

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
МИКОЛАЇВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ АГРАРНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Факультет технології виробництва і переробки продукції
тваринництва, стандартизації та біотехнології

Кафедра переробки продукції тваринництва
та харчових технологій

КУЛІНАРНА ЕТНОЛОГІЯ

методичні рекомендації для практичних занять
для здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
ОПП «Готельно-ресторанна справа» спеціальності 241 – «Готельно-
ресторанна справа» денної форми здобуття вищої освіти

Миколаїв

2023

УДК 392.81:641.5

К90

Друкується за рішенням науково-методичної комісії факультету технології виробництва і переробки продукції тваринництва, стандартизації та біотехнології Миколаївського національного аграрного університету від 23.03.2023 р., протокол № 8.

Укладачі:

Н. П. Шевчук – доктор філософії, старший викладач кафедри переробки продукції тваринництва та харчових технологій Миколаївського національного аграрного університету;

О. І. Петрова – кандидат с.-г. наук, завідувач кафедри переробки продукції тваринництва та харчових технологій Миколаївського національного аграрного університету.

Рецензенти:

І. О. Банєва – доктор економічних наук, професор кафедри готельно-ресторанної справи та організації бізнесу;

Г. І. Калиниченко – канд. с.-г. наук, доцент, доцент кафедри технології виробництва продукції тваринництва Миколаївського національного аграрного університету.

©Шевчук Н.П., Петрова О.І., 2023

©Миколаївський національний
аграрний університет, 2023

ЗМІСТ

ТЕМА 1. Кулінарна етнологія країн Західної Європи	4
ТЕМА 2. Кулінарна етнологія країн Південної Європи	15
ТЕМА 3. Кулінарна етнологія країн Північної та Центральної Європи	43
ТЕМА 4. Кулінарна етнологія країн Східної Європи	70
ТЕМА 5. Кулінарна етнологія країн кавказького регіону	81
ТЕМА 6. Кулінарна етнологія країн Східної Азії (Китай, Японія, Корея)	91
ТЕМА 7. Кулінарна етнологія країн Південної та Південно-Східної Азії	100
ТЕМА 8. Кулінарна етнологія країн Центральної Азії	105
ТЕМА 9. Кулінарна етнологія країн Близького та Середнього Сходу	112
ТЕМА 10. Кулінарна етнологія країн Північної Америки (Канада, Сполучені Штати Америки)	121
ТЕМА 11. Кулінарна етнологія країн Центральної Америки (Мексика, Куба, Сальвадор, Еквадор)	125
ТЕМА 12. Кулінарна етнологія країн Південної Америки (Бразилія, Венесуела, Колумбія, Чилі, Аргентина)	131
ТЕМА 13. Кулінарна етнологія країн Африки (Алжир, Марокко, Туніс, Ефіопія, країни побережжя Атлантичного і Тихого океану)	137
Список використаної літератури	140

ТЕМА 1. Кулінарна етнологія країн західної Європи

1. Кулінарна етнологія країн Західної Європи (Велика Британія, Франція).

2. Основні види сировини, спецій та харчових продуктів, особливості їх використання.

3. Технологія приготування страв, кулінарних виробів, напоїв та особливості їх подавання.

4. Енотехнології в кулінарній етнології країн Західної Європи. Еногастрономічні поєднання в меню.

5. Асортимент страв, меню, режими харчування в країнах Західної Європи.

Ключові слова: ростбіф, біфштекс, суп-пюре, пудинг, фарширована індичка, йоркширська кухня, шотландська кухня, регіональна кухня, загальнопоширена французька кухня, вишукана кухня, устриці, виноградні вина, сири, льезон, вино, лікери, коньяк, чай, кава, пиво.

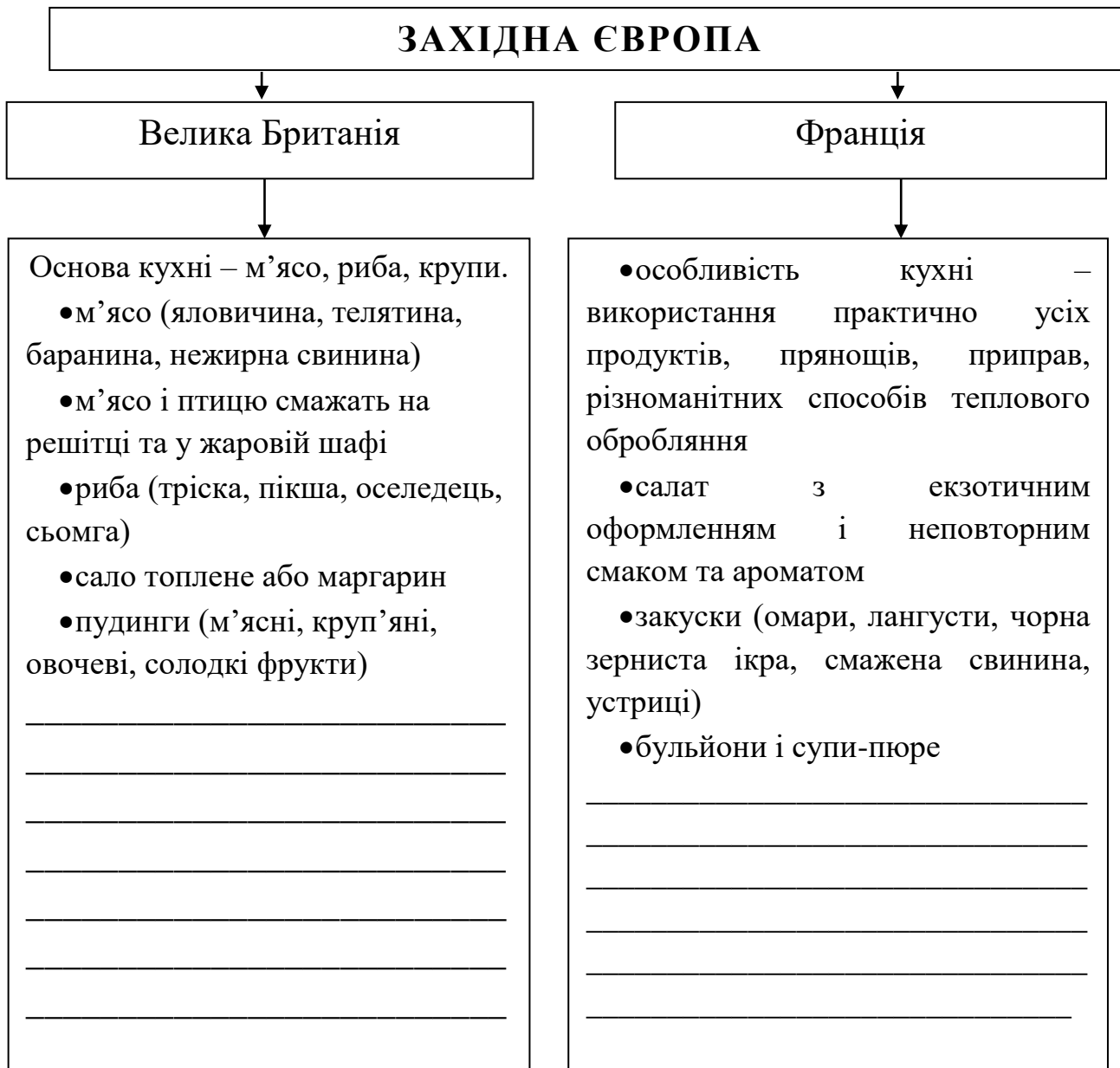
1. Кулінарна етнологія країн Західної Європи (Велика Британія, Франція)

Для Європи основною зерновою культурою є пшениця, поширено вживання соусів та сиру (твердого, домашнього та м'якого).



Кулінарна етнологія країн Західної Європи характерна традиційними стравами відомих усьому світові, і які вплинули на

розвиток світової кулінарії.



КУЛІНАРНА ЕТНОЛОГІЯ ВЕЛИКОЇ БРИТАНІЇ

Основу англійської кулінарної етнології складають _____

До м'яса подають:

1. _____

2. _____

3. _____

Складовою частиною англійської національної кухні є шотландська кухня. Традиційна шотландська святкова страва _____

Кращою в країні вважається йоркширська кухня _____

КУЛІНАРНА ЕТНОЛОГІЯ ФРАНЦІЇ

Французька кулінарна етнологія є прикладом досконалості в кулінарному мистецтві. Заповніть таблицю. Написати страви.

Французьку кулінарну етнологію умовно поділяють на три частини		
<i>cuisineregionale</i> (регіональна кухня)	<i>hautcuisine</i> (загальнопоширена кухня)	<i>cuisinebourgeoise</i> (вишукана кухня)

Регіональна кухня _____

Заповнити таблицю про характерні страви французької кухні.

Характерні страви

Страви	Характеристика
Перші страви:	
М'ясні страви:	
Страви із морепродуктів (устриці, креветки, лангусти, морські гребінці)	
Омлети і сирні суфле з різними приправами і спеціями	

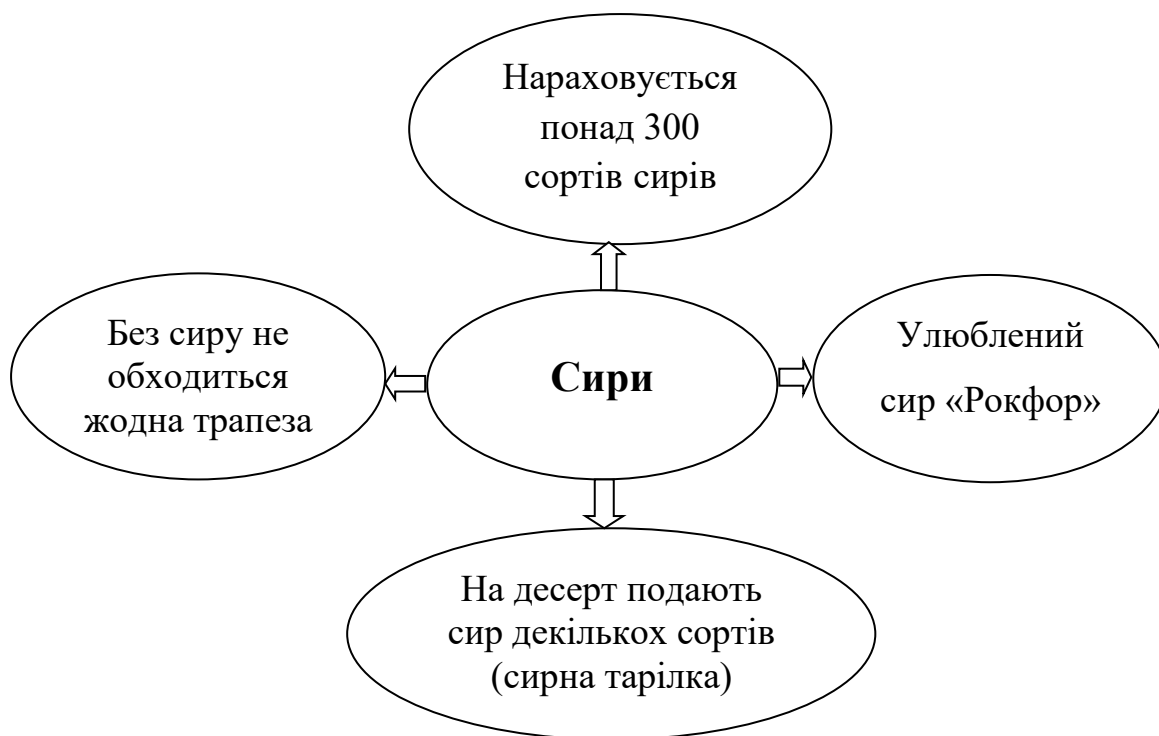
Французи вважаються винахідниками соусів. Соуси займають важливе місце у кулінарній етнології. Соуси надають страві ніжного смаку і запаху. Французька кухня нараховує більше як 3000 соусів і заправок.

Однією із особливостей французької кулінарії є використання для приготування страв виноградного вина (сухі, напівсухі), коньяків і лікерів.

Дуже розповсюджено у французькій кухні до столу подавати сири.

Перші страви – м'ясні супи варять тільки 2 рази на тиждень. В інші дні сім'я їсть овочеві супи, заправлені цибулею, яйцями і маслом.

Французи широко використовують, особливо в гарнірах до других страв, артишоки, спаржу і салат «латук». Сурове дотримання правил під час варіння:



Важливим компонентом у приготуванні страв вважається:

Яйця: _____

Прянощі: _____

2. Основні види сировини, спецій та харчових продуктів, особливості їх використання

Англійська кухня. Перерахувати, які харчові продукти вживають англійці.

М'ясні продукти: яловичину, телятину, баранину, нежирну свинину в натуральному вигляді

Крупи: _____

Риба: _____

Овочі: _____

Соуси: _____

Французька кухня. Написати, які продукти вживають французи.
М'ясні продукти: _____

Риба: _____

Молочні продукти: _____

Овочі: _____

Соуси: _____

Жири: _____

3. Технологія приготування страв, кулінарних виробів та напоїв, особливості їх подавання

Англійська кухня. Описати технологію приготування страв. Приготувати вибрану страву, зробити фото, записати, які інгредієнти використовували та описати етапи приготування даної страви. Страву можна вибрати за власним бажанням здобувача вищої освіти.

Холодні та гарячі страви та закуски _____

Салат _____

Перші страви _____

Страви із риби _____

Страви із м'яса _____

Солодкі страви _____

Французька кухня. Описати технологію приготування страв. Приготувати вибрану страву, зробити фото, записати, які інгредієнти використовували та описати етапи приготування даної страви. Страву

можна вибрати за власним бажанням здобувача вищої освіти.

Холодні страви та закуски _____

Страви із овочів _____

Перші страви _____

Страви із риби _____

Страви із м'яса _____

Солодкі страви _____

4. Енотехнології в кулінарних етнологіях Західної Європи. Еногастрономічні поєднання в меню

Під час приготування багатьох страв французької національної кухні використовують вино. При цьому, як правило, вино піддається значному виварюванню, в результаті чого винний спирт випаровується, а склад, який залишився, надає їжі специфічний присмак і приємний аромат.

Франція займає **I місце** у світі по вживанню виноградного вина. Його обов'язково подають до столу два рази на день.

Діти і, інколи, жінки п'ють вино, яке розводять водою. Інколи вино наливають в суп.

Особливості споживання напоїв _____

5. Асортимент страв меню, режими харчування країни Західної Європи

Для складання меню для країн Західної Європи необхідно передбачити:

Для англійців _____

Для французів _____

Скласти режим харчування.

Режим харчування в Англії

Перший сніданок о 7.00-8.00 год. ранку включає _____

Другий сніданок о 12.00-13.00 год. включає _____

П'ятигодинний чай о 17.00-18.00 год. включає _____

Обід о 19.00-20.00 год. включає

Холодні закуски: _____

Перші страви: _____

Другі страви: _____

Примітка: не рекомендується пропонувати англійцям заливну рибу, кетову й паюсну ікру, варення, ковбаси, борошняні соуси.

Режим харчування у Франції

Континентальний сніданок з 9.30 до 10.00 ранку включає _____

Другий (щільний) сніданок (ланч) о 13.00 год. включає _____

Вечеря включає: _____

Написати, які страви рекомендовано подавати французам?

Холодні закуски: _____

Перші страви: _____

Другі страви: _____

Другі страви: _____

Десерти: _____

Запитання для самоконтролю

1. Коли необхідно додавати сіль і перець під час приготування страв?
2. Які відмінності існують між англійською і французькою кухнями?
3. Які страви і напої бажано рекомендувати туристам з Англії і Франції?
4. Яка температура подавання гарячих страв?
5. Яка температура подавання холодних страв?
6. Вимоги до якості страв і виробів?

ТЕМА 2. Кулінарна етнологія країн Південної Європи

1. Кулінарна етнологія країн Південної Європи (Греція, Італія, Іспанія, Португалія, Болгарія, Румунія, Сербія, Чорногорія)
2. Основні види сировини, спецій та харчових продуктів, особливості їх приготування
3. Технологія приготування страв, кулінарних виробів та напоїв, особливості їх подавання
4. Енотехнології в кулінарній етнології країн Південної Європи. Еногастрономічні поєднання в меню
5. Асортимент страв, меню, режими харчування туристів країн Південної Європи

Ключові слова: оливкова олія, мадера, портвейн, аперитив, лимонад, мандариновий напій, «капіле», спагеті, кукурудзяне борошно, борошняні кондитерські вироби, столове вино, тверді сири, прянощі, ароматичні трави, часник, телятина, свинина, овочі, молоко і кисломолочні продукти (бринза).

1. Кулінарна етнологія країн Південної Європи (Греція, Італія, Іспанія, Португалія, Болгарія, Румунія, Сербія, Чорногорія)

В кулінарній етнології країн Південної Європи є характерним вживання молочних і кисломолочних продуктів (бринза, кисле молоко), а також бобових, помідорів, перцю солодкого. Напишіть основні страви.

Греція _____

Болгарія _____

Румунія _____

Сербія, Чорногорія _____

Італія _____

В кулінарній етнології країн Піренейського півострову є характерним вживання м'яса і риби, а також використання різноманітних прянощів і ароматичних трав. Заповніть таблицю.

Південна Європа (країни Піренейського півострова)

Іспанія	Португалія

ГРЕЦЬКА КУЛІНАРНА ЕТНОЛОГІЯ

За кулінарним уподобанням згідно кулінарних особливостей Грецію поділяють на:

1. _____

2. _____

Готується і подається риба у варіаціях: _____

У вигляді начинки для інших страв: _____

Греки – великі шанувальники овочевих страв. Найбільш поширеними стравами із овочів є страви з: _____

ІТАЛІЙСЬКА КУЛІНАРНА ЕТНОЛОГІЯ

Італійська кулінарна етнологія здавна конкурує з французькою, визнана в Європі і в світі. Специфічним є споживання великої кількості макаронних виробів.

Італійська кухня дуже багата на вироби з тіста:

- ✓ пиріжки
- ✓ міланські булочки з виноградом і фруктами
- ✓ торт з мигдалем
- ✓ мигдальні тістечка та ін.

Національна страва італійців: _____

До якої подають: _____

Популярні короткі макарони – *каннеллоні*. Зварені до напівготовності *каннеллоні* наповнюють фаршем з:

- ✚ січеної яловичини
- ✚ подрібнених грибів
- ✚ зелені і яєць.

Рис використовують як гарнір і подають до: _____

Для приготування смаженого м'яса і соусів застосовують кукурудзяне борошно.

Оливкову олію використовують для смаження і приготування _____

Основними компонентами більшості соусів є: _____

Популярні перші страви – супи-пюре _____

Другі страви готують з овочів. Перевагу віддають: _____

ІСПАНСЬКА КУЛІНАРНА ЕТНОЛОГІЯ

Характерним в іспанській кухні є _____

До соусів додають

- ❖ жовтий шафран
- ❖ часник
- ❖ червоний перець
- ❖ подрібнені соснові голки
- ❖ цибулю
- ❖ мигдаль

ІСПАНСЬКА КУЛІНАРНА ЕТНОЛОГІЯ

Характерним іспанській кухні є _____

Характер харчування іспанців обумовлює три кліматичні пояси та гірський ландшафт.

Жителі Середземноморського узбережжя споживають: _____

Жителі центральних районів споживають: _____

Жителі Півночі споживають: _____

Популярні в Іспанії страви з: _____

Улюблені страви: _____

ПОРТУГАЛЬСЬКА КУЛІНАРНА ЕТНОЛОГІЯ

Їжа португальської кулінарної етнології:

- не гостра
- соковита
- ситна
- дуже жирна

Особливість португальської кулінарії: _____

У португальській кухні, зазвичай, готують гарніри з: _____

Перші страви готують з м'яса, риби, молюсків, приправлені оливковою олією. Їх подають двічі на день: _____

Шедевром кондитерського мистецтва є: _____

Яйця є важливим продуктом в португальській кулінарії. Їх використовують для приготування _____

Національна страва португальців – **тріска солона**. Її готують 150 способами. До неї подають гарнір _____

БОЛГАРСЬКА КУЛІНАРНА ЕТНОЛОГІЯ

На характеристику болгарської кулінарної етнології має великий вплив Схід. Це сприяє тому, що страви болгарської кухні досить популярні в Європі.

Для приготування національних страв болгарські кулінари користуються **скарпичю** (вогнищем) з димоходом і металевими решітками.

На решітках цієї печі готують такі страви, як _____

Йогурт – кисломолочний продукт. Готують особливим способом. Відомий у всьому світі. Подають з _____

Бринза і овочевий сир (кашкавал). Використовують для приготування: закусок, супів, других страв; начинок для виробів із тіста.

Національна болгарська страва: _____

Традиційний гарячий напій: _____

РУМУНСЬКА КУЛІНАРНА ЕТНОЛОГІЯ

Раків у румунській кулінарії дуже цінують. Готують у пряному, духмяному відварі, який приправляють.

Напишіть популярні молочні продукти: _____

Розповсюджені другі страви _____

Улюблений соус – часниковий з борошном і оцтом, з олією, жовтками і меленим червоним солодким перцем.

Вироби з борошна: листкове тісто, пироги з начинкою з м'яса, фруктів, бринзи і варенням. Поширені: торти, кекси, тістечка.

СЕРБІЯ. ЧОРНОГОРІЯ

Балканська кухня дуже схожа з болгарською. Незамінним компонентом багатьох страв є каймак.

Серби широко використовують: овочі, свинину, баранину, дичину, різні види риби, бринзу, кашкавал, йогурт, прянощі, приправи.

Широко в сербській кухні представлені рибні страви і страви з морепродуктів: _____

Спосіб приготування: _____

Балканська кухня славиться своєю національною їжею:

- ☞ Сербія – чевапчичиками;
- ☞ Воєводина – стравами з дичини;
- ☞ Хорватія – страви з риби

2. Основні види сировини, спецій та харчових продуктів, особливості їх приготування

Грецька кухня. Греки вживають в їжу:

М'ясо _____

Субпродукти _____

Рибу _____

Овочі _____

Яйця _____

Горіхи _____

Молочні продукти _____

Крупи _____

Жири _____

Приправи _____

Болгарська кухня. Болгари вживають в їжу:

М'ясо _____

Субпродукти _____

Рибу _____

Овочі _____

Бобові _____

Жири _____

Крупи _____

Макаронні вироби _____

Молочні продукти _____

Фрукти _____

Приправи _____

Румунська кухня. Румуни вживають в їжу:

М'ясо _____

Овочі _____

Рибу _____

Крупи _____

Макаронні вироби _____

Дичину _____

Молочні продукти _____

Вина _____

Фрукти _____

Напої _____

Приправи _____

Соуси _____

Італійська кухня. Італійці вживають в їжу:

М'ясо _____

Субпродукти _____

Рибу _____

Продукти моря _____

Жири _____

Крупи _____

Борошно _____

Макаронні вироби _____

Овочі _____

Бобові _____

Напої _____

Приправи і спеції _____

Кухня Сербії, Чорногорії. Балканці вживають в їжу:

М'ясо _____

Рибу _____

Жир _____

Субпродукти _____

Овочі _____

Крупи _____

Молочні продукти _____

Приправи _____

Напої _____

Іспанська кухня. Іспанці вживають в їжу:

М'ясо _____

Рибу _____

Овочі _____

Молочні продукти _____

Бобові _____

Приправи та спеції _____

Напої _____

Португальська кухня. Португальці вживають в їжу:

М'ясо _____

Рибу _____

Крупи _____

Молочні продукти _____

Жири _____

Овочі _____

Фрукти _____

Прянощі і спеції _____

Напої _____

3. Технології приготування страв, кулінарних виробів та напоїв, особливості їх подавання

Болгарія.

Холодні страви. Серед холодних закусок перше місце в болгарській кулінарії відводиться _____. Їх подають в будь-яку пору року, на обід, вечерю, в якості самостійної їжі до других страв.

Існує багато видів овочевих салатів. Салати заправляють винним оцтом, рослинною (соняшниковою або оливковою) олією. В салати кладуть: дуже часто – часник, рідше – цукор.

Особливість болгарських кухарів – готуючи салати, а також перші і другі страви, знімають шкірку із стручкового перцю, свіжих помідорів, очищають огірки.

Перші страви. Болгарська кухня нараховує десятки рецептів різних супів. Умовно їх поділяють на дві великі групи:

1. _____
2. _____

Вегетаріанські супи поділяються на супи із овочів, холодні та креми-супи.

Найбільш характерна болгарська страва _____

Чорба може бути приготовлена із різних продуктів: овочів, риби, м'яса, грибів, птиці, квасолі. В кінці варіння чорбу заправляють _____

Друга розповсюджена страва таратор (холодний суп). Таратор готується двома способами:

1. Із води з додаванням оцту, товченого з сіллю часнику, олії, товчених грецьких горіхів і дрібно нарізаних свіжих огірків. Таратор готують із додаванням салату замість свіжих огірків.

2. _____

Другі страви. За способом теплового оброблення, а також за видами сировини, яку використовують, другі страви можна поділити на:

Гювечі – овочеві страви з м'ясом або без м'яса

Мусаки – _____

Плакїї – _____

Кебаби – шматочки свинини, баранини, дичини, засмажені на вертелі або обсмажені у киплячій олії

Яхнії – _____

Страви із риби. Короп тушкований _____

Страви із м'яса і птиці. Курчата плакія _____

Страви з яєць. Омлет із бринзою _____

Вироби з борошна. Банніца – вид листкового пирога із прісного тіста. Готується з начинкою із: _____

Банніца може бути солодкою з начинкою із мелених або товчених горіхів з цукром. Банніца може бути приготовлена плоскою, у вигляді рулету та конверту.

Спосіб приготування: _____

Солодкі страви. Грис-халва _____

Румунія

Кухня Румунії має турецьке, грецьке, арабське або слов'янське походження.

Румунська кухня містить рецепти страв, що мають _____

У румунів на столі можуть бути: вершкове масло, салати зі свіжих овочів, мариновані овочі, риба під маринадом, ковбаси, бекон, жарена птиця, бульйони з крупами, кльоцками, макаронними виробами, борщі, овочеві супи, блюда з вирізки _____

Борошняні кондитерські вироби турецького походження: баклава з горіхами, сараїліє з мигдалем, катаїф.

Холодні страви і закуски _____

Перші страви. В асортименті румунських національних страв найбільш популярні _____

Бульйони готуються із яловичини і птиці і заправляються:

1. манною крупою
2. борошняними кльоцками
3. локшиною
4. крупою
- 5.
- 6.

Овочеві супи готуються з борошняною заправкою або без неї. Дуже часто супи з борошняною заправкою подаються з грінками. Супи без борошняної заправки заправляють вершковим маслом, сметаною, яйцем або яйцем і сметаною разом.

Широкий асортимент своєрідних супів, які готують на м'ясоному бульйоні або овочевому відварі. Для приготування їх використовуються овочі: гарбуз, кабачки, шпинат, кольрабі, цвітна капуста, бобові, зелений горошок, біла квасоль, горох, чечевиця.

Особливу групу складають чорби, які готують м'ясними і овочевими. Їх особливість _____

Другі страви. Асортимент других страв в румунській кухні різноманітний. Це страви із картоплі і овочів, макаронів, крупів, яєць, борошна, риби, м'яса, домашньої птиці.

Найбільш розповсюджені наступні страви:

чулама _____

мусака _____

фригеруй _____

ангемахт _____

Страви з яєць _____

Солодкі страви _____

Італія

Рис по-італійськи. Перебраний і промитий рис кладуть у каструлю і заливають невеликою кількістю бульйону. Варять, помішуючи веселкою і поступово вливаючи бульйон. Коли рис зварився, солять, додають вершкове масло і тертий рис і ретельно перемішують. Подають як гарячу закуску.

Перші страви _____

Другі страви. Для приготування других страв в італійській кухні використовуються різноманітні продукти:

1. м'ясо (яловичина, телятина, свинина)
2. риба (кефаль – у смаженому вигляді)
- 3.
- 4.
- 5.

Способи приготування м'яса у італійців відрізняються великою своєрідністю. В м'ясні страви додають багато овочів, які заправлені спеціями.

Гарніри до гарячих страв подають окремо: салати, артишоки, брюсельську капусту, смажену картоплю.

Страви із риби. Риба по-сицилійські _____

Страви з м'яса. Курча з рисом – тушкування курчат, і тушкують у жаровій шафі до готовності (рис повинен увібрати усю рідину). Окремо подають тертий сир.

Страви із яєць і овочів. Помідори запечені _____

Греція

Грецька кухня – типово середземноморська кухня, досить здорова і різноманітна.

Її характеризують: свіжі інгредієнти; вміле використання приправ і зелені, котрі збирають в горах і селах та _____.

З м'яса найбільш популярна _____.

Використовується багато риби та морепродуктів.

Найхарактерніші і найдавніші елементи грецької кухні: баранина і свинина, баклажани, томати, маслини, сир, йогурти _____

У десертах переважають горіхи і мед, у чому відчувається вплив східної, турецької кухні. Деякі страви використовують традиційне грецьке тісто _____

Серед спецій греки частіше за інші вживають:

- ✓ орегано
- ✓ м'яту
- ✓ часник



Серед традиційно грецьких напоїв – _____, міцні напої – метакса, узо, а також винайдене в середині 20 століття у Салоніках фрапе.

Найпопулярніші грецькі страви _____

Типові страви. Баклава _____

Василопіта – пиріг, який випікається 1 січня у день Святого Василя.

Баклажан папуцакія _____

Гірос – м'ясо, приготоване на спеціальному вертелі.

Грецький йогурт – йогурт, на основі якого закуска цацкі, із додаванням зелені, огірка та часнику.

Долма _____

Кококита – цукіні, начинене курячим філе з томатним соусом.

Мезе – кулінарна церемонія, може бути рибною, м'ясною або змішаною та складається із 15-20 страв.

Мусака – запіканка з баклажанів та баранини, з соусом і сиром.

Сувлакі _____

Пастітсіо – макарони в сметанному соусі.

Скордалі _____

Грецькі сири. Перерахувати сири із овечого молока:

- кефалотірі
- фета
- манурі
- кефалограв'єра
-
-
-
-
-

Напої. Узо _____

Метакса – рід бренді

Фраппе _____

Рецина – грецьке вино з додаванням соснової смоли,
трьох видів: біле, рожеве, червоне

Ципуро – рід бренді

Чорногорія, Сербія

Перші страви _____

Другі страви _____

Іспанія

Холодні страви. Іспанський салат із помідорів і огірків. Салатницю натирають часником. Помідори і огірки нарізують тонкими скибочками і викладають в салатницю: шар помідорів, шар огірків, пересипаючи дрібно нарізаною ріпчастою цибулею. Не перемішуючи, поливають салатною заправкою кожний шар окремо. Зверху страву посипають тертим сиром.

Другі страви _____

Португалія

Салат із помідорів з м'ятою _____

Пудинг з портвейном _____

4. Енотехнології в кулінарній етнології країн Південної Європи. Еногастрономічні поєднання в меню

Греція. Повсякденні столові вина _____

До будь-яких страв у томатному соусі (включаючи морепродукти), помідори, салати. Не поєднують.

Болгарія. В Болгарії вирощують: Каберне, Совиньон, Мерло, Гамзу, Мавруд, Мельник – для виготовлення насиченого чорносмородинового стилю червоного вина;

Шардоне _____

Італія. Червоні вина – П'ємонта і Північно-Західної Італії вживають з їжею. Асті та інші світлі вина із мускатного винограду краще пити літом або із щільним десертом. Білі вина Північно-Східної Італії п'ють у якості аператива або з легкою закускою.

Легкі червоні вина підходять для простих страв, таких як, піца і макаронні вироби. Reclotoi Amarone (10 років витримки у пляшках) призначені для свят. Кріплена Марсала – солодка з присмаком коричневого цукру і бадьорої кислотності. Підходить для сільської італійської кухні.

Іспанія. Ріоха – виноробний регіон Іспанії. Багато червоних вин. Біла Ріоха – трав'яний стиль із свіжою лимонною гірчинкою. Елітна червона Ріоха – серйозне вино, яке заслуговує доброї їжі. Легкі червоні вина добре вживати літом.

Червоні міцні солодкі, портвейн вантажний. Температура сервірування – 10-12°C. Колір – темно-червоний. Смак – м'який, повнотілий, із сильним ванільним відтінком, пряний. Рекомендації до вживання: добре поєднується із

- ✓
- ✓
- ✓
- ✓

Біле виноградне вино натуральне сухе DOC. Іспанія. Сировина – виноград сорту Віура. Алкоголь – 12% об. Аромат – свіжий із виноградним та імбирним відтінками. Смак – медовий. Колір – зеленувато-жовтий. Температура сервірування – 9-11°C. Рекомендації до вживання: поєднується з _____

Червоні вина натуральні сухі витримані. Аромат – зрілих ягід, червоної смородини. Колір – гранатовий. Температура сервірування – 16-17°C. Рекомендації до вживання: добре поєднується з

- ✓
- ✓

Португалія. Червоні міцні солодкі, портвейн вантажний. Походження – Португалія. Сировина – виноград, сортів Баштанду, ТинтаКан, Моршику. Рік врожаю – 1974. Аромат – складний, багатоелементний, інтенсивний. Смак – м'який, повнотілий, із сильним ванільним відтінком, пряний. Температура сервірування –

10-12°C. Рекомендації до вживання: поєднується із _____

Румунія. В Румунії вирощують Піно Нуар, Шардоне та інші сорти, включаючи аборигенні Фетяска та Тамаіоаса (солодке). Румунія відрізняється нерівною якістю й низькими цінами.

Червоні вина м'які і конфитюрні. Білі вина – є добре врівноваженими та горіховими. В основному це повсякденні столові вина. Токайське вино можна вживати на урочистих подіях і в якості післяобіднього диджестива.

5. Асортимент страв, меню, режими харчування

Складаючи меню для болгарів, потрібно пам'ятати, що жителі Болгарії НЕ люблять: _____

З травня місяця болгари НЕ вживають в їжу _____. Замінюють рисом або макаронами. Болгари люблять білий хліб, обачно вживають чорний.

Необхідно враховувати, що болгари люблять гостру їжу, до столу окремо подають: оцет, олію рослинну, червоний і чорний перець, гострі і томатні соуси.

В меню бажано рекомендувати:

Із холодних закусок – масло, сир, салати із свіжих помідорів, огірків та інших свіжих овочів, фарширований перець, рибу в маринаді, курку смажену з салатом (салати з свіжих овочів потрібно подавати не заправленими).

Із перших страв – _____

Із других страв – смажені телятину і свинину з капустою, котлети свинячі відбивні, шашлик, рагу з баранини, чахохбілі із кур, голубці, фаршировані помідори і кабачки.

На гарнір – зелений салат, салат з помідорів та огірків.

На десерт – _____

Після обіду – чорна кава або кава по-східному.

Для складання меню для італійців можна рекомендувати:

З холодних закусок _____

З перших страв суп-лапшу з куркою, бульйони з різними гарнірами, супи-пюре з м'ясних продуктів і овочів

З других страв _____

До других страв зелений салат, помідори, різні мариновані овочі і маслини

На десерт свіжі фрукти і ягоди, фініки, компоти, муси, желе, морозиво, бісквітний торт, сир

Наприкінці обіду _____

Обов'язково сухе виноградне вино

Під час подачі обіду рекомендується дотримуватися такої черговості:

- 1.
- 2.
- 3.
4. Солодке
5. Сир з персиками
6. Кава чорна

Румунія. Деякі рекомендації для складання меню румунам. Румунам можна запропонувати будь-яку страву європейської кухні. Проте потрібно включати в меню страви із січеного м'яса і баранини. Слід пам'ятати також, що румуни НЕ їдять _____, хліб вживають тільки пшеничний. Румуни дуже люблять солоні і мариновані овочі. Їх подають до других страв. Окрім того, необхідно ставити на стіл _____.

Із страв вітчизняної кухні румунам можна рекомендувати наступне:

Із холодних закусок м'ясо з сиром, салати із свіжих овочів, ковбаси, рибу під маринадом, м'ясне асорті, смажену курку.

Із перших страв _____

Із других страв _____

Десерт _____

Після обіду кава.

Італійцям можна рекомендувати:

Із холодних закусок: салат з крабами, натуральних крабів, сардини, відварену і заливну рибу, рибу під маринадом, шинку, язик варений, маслини, курку варену або смажену.

Із перших страв: суп-лапшу з куркою, бульйони з різними гарнірами (макаронними виробами, овочами); супи-пюре із м'ясних продуктів та овочів.

Із других страв: рибу смажену з картоплею та овочами, натуральні м'ясні страви із вирізки (особливо лангет), баранину і свинину смажені з овочевим гарніром, курку або індичку смажену, гуляш і азу з макаронами або вермішеллю.

На десерт: свіжі фрукти і ягоди, фініки, компоти, муси, желе, морозиво, бісквітний торт, сир. **Обов'язково** сухе виноградне вино. **В кінці обіду подається чорна кава.**

Під час подавання обіду рекомендується притримуватися такої

послідовності:

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____

Під час складання меню португальцям необхідно пам'ятати, що національна кухня соковита і не така гостра як іспанська кухня, навіть трохи тяжкувата. Їм можна рекомендувати:

Із холодних закусок: салати із морепродуктів, язик варений, курка варена та смажена, закуски з яєць, маслини, салати.

Із перших страв: супи-пюре, консоме, супи з рисом, м'ясом, рибою і морських молюсків, курячий бульйон.

Із других страв: рагу, печеню з м'яса, страви з птиці, дичини, риби, картоплю з овочами, морепродуктів, молюсків.

На десерт: тістечка, цукерки з використанням прянощів, кориці, мускатного горіху, гвоздики.

Питання для самоконтролю

1. Які бульйони використовуються для приготування супів?
2. Яка мета настоювання супів перед подаванням?
3. Чому не можна кип'ятити замочений желатин?
4. Чому порційні напівфабрикати із м'яса нарізуються поперек волокон?
5. Які способи визначення готовності м'ясних продуктів під час теплового оброблення Вам відомі?
6. Яке еногастрономічне поєднання страви «Відбивна поміланські»?
7. Які країни вплинули на характер болгарської кухні?
8. Яких страв не люблять італійці?
9. Яким соком приправляють греки більшість страв?
10. Яким овочам віддають переваги румуни?

ТЕМА 3. Кулінарна етнологія країн Північної та Центральної Європи

1. Кулінарна етнологія та особливості харчування населення країн Північної (Фінляндія, Данія, Норвегія) та Центральної (Німеччина, Голландія, Бельгія, Польща, Чехія, Угорщина, Австрія) Європи.

2. Основні види сировини, спецій та харчових продуктів, особливості їх використання.

3. Технологія приготування страв, кулінарних виробів та напоїв, особливості їх подавання.

4. Енотехнології в кулінарній етнології країн Північної та Центральної Європи. Еногастрономічні поєднання в меню.

5. Асортимент страв, меню, режими харчування туристів країн Північної та Центральної Європи.

Ключові слова: рибні страви, кліпфікс, бутерброди, печеня, шніцелі, регіональні кухні, соуси, калекукко, оселедець, пиво, мідії, равлики, краби, ковбаси, сосиски, пивний суп, ковбасні вироби.

1. Кулінарна етнологія та особливості харчування населення країн Північної (Фінляндія, Данія, Норвегія) та Центральної (Німеччина, Голландія, Бельгія, Польща, Чехія, Угорщина, Австрія) Європи

ЦЕНТРАЛЬНА ЄВРОПА

Перерахувати особливості харчування населення.

Німеччина.

Велика різноманітність страв з овочів, м'яса, риби;

Смаження і тушкування на свинячому жирі;

Бутерброди в асортименті;

Великий асортимент закусок і салатів;

Бульйон з яйцем, рисом, омлетом;

Супи пивні, хлібні;

Нідерланди

Рибні продукти (камбала, оселедець, морський вугор, палтус);
«Кавовий стіл» (хліб, яловичина, сосиски, сир, варення);
Мідії

Тортинки з сиром, шинкою, вершковим маслом;

Бельгія

Картопля;
Пиво;
Морепродукти (мідії, равлики, краби, в'ялена та солена камбала);

Риба (форель, щука, вугор);

Польща

М'ясо, птиця, дичина;
Салати;
Субпродукти;
Супи, соуси (до кожної страви окремо);
Риба;

Молочні продукти;

Холодні та гарячі закуски;

Чехія

Свинина;

Кури, свинячий жир і сало;

Широкий асортимент холодних страв і закусок;
Молочні продукти (вершки, сметана);

Страви з овочів, картоплі, капусти, томатів;
Вироби з тіста (пиріжки, булки, калачі);
Приправи, спеції;

Угорщина

М'ясні продукти (свинина, яловичина, птиця, дичина);

Риба ставкова;

Молочні продукти;
Овочі (паприкаш, тушковане м'ясо з червоним перцем і соусом із заквашеної сметани);
Борошняні вироби;

Торти, тістечка;

Австрія

Фрикадельки з борошна і м'яса;

Соус з кислої сметани;

Бутерброди;
Борошняні вироби (струдель, галушки);
Страви з яєць;

Пиво;

КУЛІНАРНА ЕТНОЛОГІЯ НІМЕЧЧИНИ

Кулінарна етнологія Німеччини належить до числа найбільш ситних і жирних. Висококалорійні страви з м'яса: свинини, яловичини, дичини, птиці.

Популярними у німецькій кулінарії є:

1. Бутерброди з різними продуктами (маслом, сиром, ковбасою, сирковою масою, рибою);

2. Овочі (капуста, картопля);

3. _____

_____;

4. _____

_____;

5. _____

_____;

З холодних закусок, окрім ковбасних виробів, у німецькій кулінарії популярні: масло вершкове, сир твердий, шинка, сардини, страви з оселедців з різними гарнірами і соусами, _____,

_____.

З перших страв надають перевагу супам-пюре, супу з локшини, бульйонам з гарнірами. Подають невеликими порціями (300 г).

З гарнів: варена або смажена картопля, буряк, хрін, _____, _____, _____. Гарніри прийнято подавати окремо від основного продукту.

Для оздоблення страв використовують тарталетки, в які подають краби, гриби, рибу.

Популярні солодкі страви: _____

З гарячих напоїв німці віддають перевагу: чорній каві, каві з молоком, _____.

Чай вживають німці обмежено.

Національний напій _____.

ККУЛІНАРНА ЕТНОЛОГІЯ ПОЛЬЩІ

Польська кулінарна етнологія дуже схожа з українською, російською, але вона вирізняється серед кухонь Європи. Поляки люблять ситні сніданок та обід та легку вечерю.

Основу польської кулінарії складають найрізноманітніші продукти харчування: м'ясо, риба, гриби, дичина, молочні продукти (сир, простокваша, кефір), овочі, ягоди.

Страви здебільшого варять, тушкують і запікають.

Значне місце у польській кухні займають холодні й гарячі закуски _____

Асортимент перших страв: різні бульйони, крупники, супи лимонні зі свіжими огірками та пивом, розсольники, борщі, щі.

КУЛІНАРНА ЕТНОЛОГІЯ БЕЛЬГІЇ

Більша частина страв бельгійської кухні за походженням – французькі, причому готують їх за найкращими рецептами. У харчуванні бельгійців велике місце займає картопля. Вона замінює хліб і є обов'язковою складовою других страв (особливо у смаженому вигляді). Хліб бельгійці майже завжди їдять з маслом.

Великою популярністю у них користуються мідії, равлики,

Із гарячих напоїв на першому місці _____ (з молоком і без), яку п'ють під час будь-якого прийому їжі.

КУЛІНАРНА ЕТНОЛОГІЯ ЧЕХІЇ ТА СЛОВАКІЇ

Чехія і Словачія довгий час були єдиною державою, нині вони сусідні країни, тому кухня у них дуже схожа. Кухня включає в себе значну кількість страв із свинини і продуктів її переробки (шинка, сосиски), _____

Найпоширеніші страви з натурального м'яса (телятини, дичини) та _____.

У раціоні чехів і словаків мало риби, її подають, в основному холодною під маринадом або майонезом.

Страви з баранини і січеного м'яса готуються дуже рідко.

Надають перевагу стравам з овочів, картоплі, капусти, томатів.

Характерною рисою кухні чехів і словаків є широкий асортимент холодних страв і закусок:

- салати з солодкого перцю, томатів, редису, латука, капусти, заправлені: томатом, майонезом і томатом, _____,

_____.

- _____

_____.

Поширені бутерброди – канале з різними бутербродними маслами, які називаються помазанками.

Помазанки – це хрін, плавлений сир, редиска, сир твердий, баклажани.

Супи подають порціями по 250-300 г. Готують їх на м'ясо-кісткових бульйонах і овочевих відварах. Найчастіше вживають бульйони з яйцями, картопляний суп, суп прозорий з куркою і локшиною, супи з різноманітними овочами.

Багато перших страв готуються на овочевих відварах і заправляються лезоном з молока і яєчних жовтків.

Борошно широко застосовується для приготування різних страв і борошняних кондитерських виробів.

Найчастіше готують кнедлики, які роблять з прісного або кислого тіста, начиняють сливами, ягодами або повидлом і варять у підсоленій воді, посипають маком і поливають маслом.

Кнедлики з кислого тіста подають з підливою або капустою до м'яса, їх також готують з сирі або вареної картоплі.

КУЛІНАРНА ЕТНОЛОГІЯ УГОРЩИНИ

Угорська кухня досить різноманітна, як за смаком, так і за оформленням.

Характерною особливістю кухні є широкий асортимент продуктів, які використовуються для приготування страв. Це м'ясні продукти: свинина, яловичина, телятина, сільськогосподарська птиця (індичка, гуси, кури, курчата), дичина.

Річкова та ставкова риба _____

Високоякісні молочні продукти _____

Овочі, зелень. Рідкісні угорські страви.

Рулет « _____ » – гордість національної кухні.

До борошняних страв належать галушки, варгабелеш, духмяний кулич з мигдалем.

Основними способами теплової обробки продуктів в угорській кулінарії є _____

_____.

Для смаження угорські кулінари використовують сало. Інші види жирів (вершкове масло, олія) застосовують в основному для дієтичного харчування.

Топлене сало – найважливіший компонент більшості страв, особливо для борошняних заправ.

Відмінність угорської кухні: гострота страв і широке використання овочів та різноманітних прянощів.

Паприка – найбільш популярна спеція. Вона надає стравам гострого смаку і специфічного аромату.

Основою тушкованих і заправлених солодким червоним перцем страв є цибуля, підсмажена на топленому салі.

В угорській кухні широко застосовують сметану. Вона є

складовою частиною супів, соусів, овочевих та м'ясних страв.

Найкращі сорти сирів та широковідомі фрукти завершують меню угорської кухні.

До кожної страви обов'язково подають відповідне _____

КУЛІНАРНА ЕТНОЛОГІЯ АВСТРІЇ

Австрійська національна кухня відрізняється водночас простотою і вишуканістю. Вона дала світову: рулети, багато видів печива, омлети з начинками.

У XV столітті віденська кухня вважалася кращою у світі. І сьогодні страви австрійських кулінарів користуються великим попитом.

В Австрії їдять порівняно багато. Харчуються п'ять разів на день:

- Перший сніданок – між 7 і 9 годинами ранку
- Другий сніданок – між 10 і 11 годинами
- Обід – між 12 і 14 годинами
- Другий обід – між 16 і 17 годинами
- Вечеря – увечері

Перший сніданок: булочка, масло, джем, _____,

_____.

Другий сніданок (більш ситний): дві сушки, дрібно нарізана печінка або охолоджене м'ясо з хлібом та хрінном.

Обід: бульйон чи суп (пюреподібний, посипаний дрібно нарізаною цибулею), другі страви, _____,

_____.

Особливим попит користується: соус з кислої сметани, кисломолочні, _____,

_____.

Австрійці – великі любителі тістечок та легких солодких страв. Деякі з них є досягненнями кулінарії, наприклад, сливи в тісті.

Продукція австрійських пекарень кондитерських виробів відома в усіх країнах світу.

В Австрії люблять каву і готують її 50-ма способами.

2. Основні види сировини, спецій та харчових продуктів, особливості їх використання

Фінляндія

Фіни вживають в їжу: м'ясо – яловичину, свинину, курятину, телятину, баранину;

рибу – лососину, окунь морський, камбалу, палтус, тріску;

крупяні – _____

_____;

молочні продукти – свіже охолоджене молоко, кефір, вершки, сири;

овочі – картоплю, моркву, огірки, цибулю ріпчасту, горох, квасолю, капусту, різні салати, кріп, петрушку, хрін;

яйця і яйцепродукти – _____

_____;

гриби – шампіньйони. Фіни є великими шанувальниками лисичок;

ягоди і фрукти – _____

_____;

майонези – _____

_____;

жири – _____

_____.

Данія

Датчани вживають в їжу: м'ясо – _____

_____;

рибу і морепродукти – оселедець і тріску (в основному), макрель, омари, мідії, устриці, вугор, камбалу, лососину;

крупя – _____

_____;

молочні продукти – _____

_____;

овочі – картоплю, моркву, огірки, цибулю ріпчасту, горох, квасоллю, капусту, різні салати, кріп, петрушку, хрін;

яйця і яйцепродукти – _____

_____;

гриби – _____

_____;

ягоди і фрукти – чорницю, брусницю, яблука, чорнослив;

жири – масло вершкове, олію рослинну, маргарини, свиняче сало шпик.

Норвегія

Норвежці вживають в їжу: м'ясо – _____

_____;

рибу – тріску, камбалу, палтус (дуже популярний), оселедець, різні морепродукти;

крупы – пшеничну, вівсяну, перлову, манну, гречану;

молочні продукти – молоко, сметану, вершки, сири (особливо козячий), кисломолочні продукти;

овочі – картоплю (дуже популярна), моркву, капусту, огірки, помідори, цибулю ріпчасту, хрін;

яйця – _____

_____;

майонез – _____

_____;

гриби – _____

_____;

ягоди і фрукти – _____

_____;

жири – _____

_____.

Швеція

Шведи вживають в їжу: м'ясо – _____

_____ ;

рибу – оселедець, вугор, сьомгу, морепродукти;

крупни – _____

_____ ;

молочні продукти – _____

_____ ;

овочі – картоплю (дуже популярна), моркву, капусту, огірки, помідори, цибулю ріпчасту, хрін;

майонез – _____

_____ ;

гриби – _____

_____ ;

ягоди і фрукти – _____

_____ ;

жири – маргарини, масло вершкове, олію рослинну.

Німеччина.

Німці вживають в їжу: м'ясо – яловичину, свинину, телятину, птицю, дичину (в основному натуральну), свиняче сало;

рибу – _____

крупы – _____

молочні продукти – _____

овочі – картоплю, моркву, цибулю ріпчасту, бобові, капусту, огірки, селеру, зелень цибулі, салат латук, корнішони;

фрукти – яблука, лимон;

гриби – _____

жири – _____

Бельгія.

Бельгійці вживають в їжу: м'ясо – _____

_____ ;

рибу – форель, щуку, вугор, мідії, равлики, краби, камбалу (в'ялену, смажену), морепродукти;

крупни – _____

_____ ;

овочі – картоплю (відіграє значну роль у харчування), моркву, капусту, цибулю ріпчасту тощо;

жири – _____

_____ .

Польща

Поляки вживають в їжу: м'ясо – яловичину, свинину, птицю, телятину, дичину, субпродукти (печінка, легені, язик, мозок);

рибу – _____

_____ ;

крупни – в асортименті;

овочі – _____

_____ .

Чехія. Словачія.

Чехи та словаки вживають в їжу: м'ясо – свинину, птицю, телятину, дичину, баранину (рідко);

рибу – _____

_____ ;

крупни – _____

_____ ;

молочні продукти – вершки, сметану;

овочі – картоплю, капусту, томати, селеру, петрушку, цибулю;

прянощі – майоран, кмин, імбир, червоний перець;

фрукти – _____

_____ .

Угорщина

Угорці вживають в їжу: м'ясо – свинину, яловичину, телятину, сільськогосподарську птицю (індичку, гуси, кури, курчата), дичину;

рибу – річкову та ставкову (балатонський судак, дунайський сом, щуку і короп).

Австрія

Австрійці вживають в їжу: м'ясо – телятину, яловичину, свинину, птицю, дичину;

рибу – річкову та ставкову;

крупни – _____ .

3. Технологія приготування страв, кулінарних виробів та напоїв, особливості їх подавання

Холодні закуски.

Холодні закуски займають видне місце в скандинавській кухні. У Норвегії в асортименті холодного столу входять бутерброди, холодне м'ясо і риба, _____, _____, _____.

Високою калорійністю, смаком і зовнішнім оформленням вирізняються _____.

Одна із особливостей норвезького холодного столу _____

У більшості – рибні та овочеві страви _____

Широкою популярністю в усьому світі користується «лигеса» – стіл із великим асортиментом різноманітних закусок і страв. Характерна особливість шведського столу – самообслуговування і їжа у залежності від апетиту та смаку.

Багатство шведського столу: сири різних сортів, риба (копчена, варена, маринована), овочеві салати з майонезом і сметаною; овочеві салати з майонезом і сметаною, креветки, омари; паштет із оселедця і різних сортів риби, холодні курчата.

Характерна риса шведської кухні _____

Салат із квасолі по-датськи. Стручки квасолі розрізають на кусочки і припускають до готовності у невеликій кількості води з додаванням оцту і солі. Ріпчасту цибулю дрібно шаткують. Відварюють картоплю у шкірці, обчищають її, нарізають тонкими скибочками. Оселедець наразить соломкою. Продукти перемішують, викладають в салатник, заправляють майонезом. Оформляють зеленим салатом.

СТРАВИ КРАЇН ЦЕНТРАЛЬНОЇ ЄВРОПИ

Німецька кухня

Оселедець в сметані з яблуками і цибулею _____

Суп-пюре із томатів з рисом _____

Нога бараняча задня по-німецьки _____

Польська кухня

Холодні страви і закуски

Бутерброди: відкриті, шарові (лишкові), бутербродні торти

Бутерброд із житнього хліба _____

Бутербродні маси _____

Перші страви

Жур із копченої грудинки. Із кісток та овочів з додаванням копченої грудинки варять бульйон, проціджують, вливають в нього жур, кип'ятять і солять, додають нарізану кусочками грудинку і часник, розтертий з сіллю. Окремо подають варену картоплю, политу розтопленим салом (100 г.)

Приготування жура. Борошно розводять киплячою водою, заливають у скляний посуд або керамічний і кладуть у тепле місце для бродіння. Жур набуває кислого смаку і специфічного запаху.

Другі страви

В асортимент других страв входить їжа із різних продуктів: овочів, м'яса, дичини, риби.

Овочі: варять; _____; _____; тушкують.

Овочі заправляють борошном і сметаною.

Морська і прісна риба її _____; парять; _____; запікають.

Фляки – _____

Чеська кухня

Холодні страви та закуски

Необхідно пам'ятати: м'ясні продукти для закусок нарізають тоненькими скибочками і подають з овочевим гарніром.

Бутерброди: на хліб кладуть салат, потім основний продукт, який прикрашають сіткою із майонезу.

Для отримання більш стійкого *майонезу* до нього додають міцний *ланспіг*. Його вливають в майонез тоненькою струминкою при швидкому помішуванні, потім майонез збивають на холоді. Співвідношення майонезу і *ланспігу* 1:3. Для отримання міцного *ланспігу* в 1 л. м'ясного бульйону додають 40 г желатину.

Перші страви

Для приготування перших страв використовують бульйони із

_____;
_____;
_____;
_____;

птиці, риби, а також відвари з овочів.
Пюреподібні супи – займають провідне місце. Наповнювачі: овочі з додаванням м'яса, нарізаного кубиками.

Бульйони подають з: яйцями, овочами, локшиною, _____,

_____.

Особливість перша: _____

Особливість друга: використання для покращення супів дріжджів. Їх попередньо піджарюють в маслі, а сушені розмішують в готовому супі. Свіжих дріжджів на вихід 300 г йде 10 г, сушених 4 г.

Суп-гуляш. Готують червону борошняну пасеровку на салі, розводять її бульйоном, додають кмин, кип'ятять і проціджують. В проціджений суп кладуть сиру нарізану кубиками картоплю, часник, розтертий з салом і доводять до готовності. Перед подаванням суп-гуляш посипають січеною зеленню.

Суп із вівсяних пластівців _____

Другі страви

В асортименті других страв страви з овочів: спаржі, савойської капусти, приготування різними способами (варена, тушкована з яйцями), цвітної капусти під соусом, смаженої в сухарях і в клярі, запеченої з томатом-пюре, огірки, тушковані і фаршировані м'ясом.

Другі страви готують в основному з натурального м'яса.

До панірованих страв з м'яса, овочів і риби часто подають соус

холодний «тартар» (майонез з січеними огірками або корнішонами).

Кнедлики із вареної картоплі _____

Солодкі страви

Крем яблучний по-задунайськи. Яблука очищають від шкірки, нарізають і припускають у невеликій кількості води або запікають. Потім протирають, з'єднують з цукром, додають збиті білки, продовжуючи збивати до загустіння й охолоджують на льоді. Під час подачі оформляють нарізаним мигдалем. Окремо подають збиті вершки.

Австрійська кухня

Телячий ескалоп _____

Сливи в тісті _____





4. Енотехнології в кулінарній етнології країн Північної та Центральної Європи. Еногастрономічні поєднання в меню

КРАЇНИ ПІВНІЧНОЇ ЄВРОПИ

В кулінарній етнології країн Північної Європи в енотехнологіях використовують: пиво, різні лікери.

Під час складання меню для туристів із країн Північної Європи страви можна поєднувати із такими популярними хмільними напоями: пиво, віскі, горілка, джин, різні лікери.

Особливо любляють

-  бельгійці – _____
-  датчани – _____
-  чехи – _____
-  угорці – _____

5. Асортимент страв, меню, режими харчування туристів країн Західної Європи

Туристи із Скандинавських країн

На сніданок рекомендується:

- холодне молоко або кефір
- подвійну порцію вершкового масла
- варення
- _____
- _____

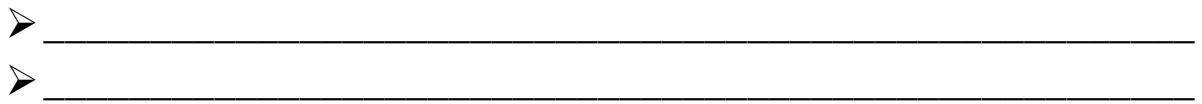
Меню обіду і вечері потрібно складати із звичайних європейських страв, враховуючи, що перші страви повинні бути вагою не більше 300 г.

Треба пропонувати більше страв з риби.

- Не пропонується *страви із сиру і баранини*.
- Фіни **не** любляють

Можна подавати:

- _____
- _____
- _____



Із холодних закусок: ікра з маслом, лососина або сьомга з лимоном, шпроти, сардини, салати із овочів, судак під маринадом та інші

Із перших страв: бульйони з кулеб'якою, овочами; уха з картоплею; солянка м'ясна; розсольники; локшина з куркою

Із других страв: судак відварний або смажений; осетрина по-московськи; риба в тісті, запечена в молочному соусі

На гарнір: варені і смажені овочі

На десерт: свіжі фрукти і ягоди; компоти із консервованих фруктів; морозиво; _____; _____; _____; _____; _____.

Туристи країн Центральної Європи

Туристи Німеччини

Під час складання меню необхідно враховувати, що німці надають перевагу овочам у вареному вигляді, особливо картоплі і капусті, бутербродам.

Можна запропонувати:

Із холодних закусок: масло з сиром; ікру; ковбасні вироби; шпроти і сардини; салати із овочів; м'яса і риби з майонезом; _____; _____.

Із перших страв: пюреподібні супи із цвітної капусти, помідорів, гороху, рису, курей і дичини

Із других страв: судака і осетрину варену з картоплею і овочами; шніцель із свинини або телятини; сосиску з капустою(без томату); свинину варену або смажену з вареною картоплею; _____; _____; _____.

На десерти: компоти, киселі, желе, муси; запіканки з фруктовими соусами; морозиво; фрукти; кондитерські вироби

Напої: _____; _____.

Туристи Польщі

Необхідно враховувати під час складання меню, що *поляки майже не їдять баранину*.

Сніданок повинен бути калорійним і складатись із:

- гарячих і холодних закусок і страв
- кефіру і молочних продуктів
- різних м'ясних, рибних і овочевих салатів, заправлених майонезом, сметаною, лимонним соком або олією

- _____
- _____
- _____
- _____

Гарячі закуски:

- _____
- _____
- _____
- _____
- _____

Гарячі напої:

- кава чорна з молоком
- _____
- варенням

Перші страви:

- супи прозорі з грінками, пиріжками, яйцями, куркою, овочами, рисовою запіканкою
- супи заправні (борщі, розсольники, солянки, м'ясні і грибні)

Другі страви:

- варену і смажену рибу з картоплею
- телятину і свинину смажені
- бефстроганов, пироги і кулеб'яки
- страви із субпродуктів (серце, нирки, мозок, рубці)
- дичину (лось, заєць)

Окремо до других страв треба дати _____ або

_____.

На десерт:

- _____
- _____
- _____

Вечеря повинна бути легкою і складатися із

- молочних
- овочевих або круп'яних страв
- кави чорної або з молоком

Туристи Чехії

Режим харчування – трьохразовий: легкий сніданок, багатий обід, ситна вечеря.

Сніданок легкий: масло, шинка, кефір, булочка, кава

Холодні закуски на обід:

- _____
- _____
- _____
- _____
- _____

- м'ясне асорті
- бутерброди з м'ясними, рибними і овочевими продуктами
- салати усіх видів, заправлені майонезом

Перші страви:

- бульйони з овочами, фрикадельками, пиріжками
- суп-лапша з куркою
- супи з різними макаронними виробами і кльоцками
- пюреподібні супи з картоплі, гороху, цвітної капусти

Маса перших страв – 300 г.

Другі страви:

- свинина варена і смажена
- _____
- _____
- _____
- _____

➤ цвітна капуста з сухарним соусом

Рибні страви краще подавати як холодну закуску під майонезом або маринадом.

Другі страви чеши їдять без паніровки (м'ясо свинини) і без жиру, а також телятину і яловичу вирізку.

М'ясні страви із баранини або січеного м'яса в меню **НЕ** включати.

Обмежено використовувати томат-пасту і томат-пюре.

Перед десертом подають сир.

Чорна кава після обіду.

На вечерю можна запропонувати холодну або гарячу закуску.

На десерт:

➤ компоти із свіжих і консервованих фруктів

➤ свіжі фрукти і ягоди

➤ _____

➤ _____

Туристи з Австрії

Харчуються **п'ять разів на день**

- Перший сніданок – між 7 і 9 годинами ранку
- Другий сніданок – між 10 і 11 годинами
- Обід – між 12 і 14 годинами
- Другий обід – між 16 і 17 годинами
- Вечеря – увечері

Перший сніданок: булочка, масло, _____, джем,
_____.

Другий сніданок (більш ситний): дві сушки, дрібно нарізана печінка або охолоджене м'ясо з хлібом та хріном

Обід: бульйон чи суп (пюреподібний, посипаний дрібно нарізаною цибулею), другі страви, _____

_____.

_____.

_____.

Туристи Угорщини

✚ Під час складання меню треба враховувати, що угорці дуже рідко вживають *страви із баранини*.

✚ НЕ люблять *кетову ікру, оселедці, кільку*, а також *гречану кашу і киселі*.

✚ *Рибу* вживають тільки прісноводну.

Режим харчування: легкий сніданок і обід; вечеря щільна, ситна.

До столу необхідно подати гострі спеції: _____,

_____.

Холодні закуски: сир з маслом, риба заливна і під маринадом, сардини.

Питання для самоконтролю

1. Чим цінні страви з м'яса? Які зміни відбуваються у м'ясі під час теплового оброблення?

2. Правила смаження м'яса порційними, натуральними і панірованими шматками.

3. Які страви і напої можна рекомендувати туристам з Румунії? Які види продуктів використовуються в румунській національній кухні?

4. Які відмінності національних кухонь Угорщини і Польщі?

5. Якою вагою подають перші страви в німецькій кухні?

6. Перерахуйте види і асортимент холодних страв і закусок чеської кухні.

7. Особливості харчування туристів із Скандинавських країн.

ТЕМА 4. Кулінарна етнологія країн Східної Європи

1. Кулінарна етнологія країн Східної Європи (Україна, росія, білорусь) та Північно-Східної Європи (Литва, Латвія, Естонія).

2. Основні види сировини, спецій та харчових продуктів, особливості їх використання.

3. Технологія приготування страв, кулінарних виробів та напоїв, особливості їх подавання.

4. Енотехнології в кулінарній етнології країн Східної та Північно-Східної Європи. Еногастрономічні поєднання в меню.

Ключові слова: комбіновані способи теплового оброблення, казани, глиняний посуд, шаткування, січення, борщі, сало шпик, кулешики, вареники, пельмені, галушки, лемішки, кулеб'яка, руська піч, деруни, мачанка, цепелінай, ведерай.

1. Кулінарна етнологія країн Східної Європи (Україна, росія, білорусь) та Північно-Східної Європи (Литва, Латвія, Естонія).

Для кулінарної етнології країн Східної Європи є характерним використання _____

Східна (слов'янська кулінарна технологія) Європа

Росія приготування страв у руській печі; гарячі супи (щі, розсольники, крошка, свекольник); уха; риба; крупи (пшениця, жито).

УКРАЇНА _____

Білорусь картопля, овочі, гриби, м'ясні продукти (свинина, свиняче сало), супи, фрукти (сливи, груші, яблука).

УКРАЇНСЬКА КУЛІНАРНА ЕТНОЛОГІЯ

Страви української кулінарії відрізняються: складною рецептурою; різноманітним поєднанням продуктів; комбінованими способами теплового оброблення.

Особливості українського посуду: казанки для варіння, сковорідки для смаження (глибокі і напівглибокі), невисокий глиняний посуд для подальшого тушкування (глечики, миски, чашки, макітри).

Технологічні прийоми для приготування їжі: _____,
_____, _____, _____,
_____.

Національними стравами вважають _____

Улюблені напої українців _____

Кожному з етнографічних районів України властиві свої особливості кухні, зумовлені географічними умовами і національними традиціями: _____

Російська кулінарна етнологія. Саме в росії відкрили секрет виготовлення дріжджового тіста. Через це росії характерна наявність випечених виробів: різноманітних пирогів і пиріжків, кулеб'як, калачів, пшиків, шанежків, розтягаї, оладків, млинців, сочнів. Із

прісного тіста готують: пельмені, млинчасті пироги, вареники, локшину.

Білоруська кулінарна етнологія. Щоденні страви: варена картопля, картопляна каша або комовики. Особливо люблять білоруси традиційні картопляні млинці (деруни або драники). Із картоплі готують також пиріжки з різними начинками, картопляні бабки.

Мачанка – популярна страва білорусів. В рідке тісто із житнього або пшеничного борошна крошили дрібні кусочки звареного свинного сала, ковбаси, додають цибулю, перець і смажене сало. Види теплового оброблення: варіння, смаження, тушкування.

Північно-Східна Європа (Прибалтика)

ЛИТВА картопля (цепеліни, оладки, фарш для вареників), велика кількість страв із свинини (рулети із натурального і січеного м'яса)

ЛАТВІЯ _____

ЕСТОНІЯ страви з житнього, горохового, пшеничного, ячмінного борошна «кама», молоко свіже або кисле, риба свіжа

ЛИТОВСЬКА КУЛІНАРНА ЕТНОЛОГІЯ

Традиційну основу литовської кулінарії складають різноманітні продукти хліборобства: зернові, картопля, буряки, капуста, морква

Особливою популярністю користується картопля. Варену картоплю подають з: сметаною, шкварками, сиром, молочними продуктами.

Асортимент м'ясних виробів _____

ЛАТВІЙСЬКА КУЛІНАРНА ЕТНОЛОГІЯ

Основу латвійської національної кулінарії, складають продукти землеробства _____

Для приготування латвійських національних страв широко використовують солоні й мариновані оселедці, кілька, копчена риба (салака).

Улюбленими стравами латишів вважаються густі каші із: гороху, бобів, перлових крупів, галушки з гороху, бобів, нахтою, кефіром

Солодкі страви _____

ЕСТОНСЬКА КУЛІНАРНА ЕТНОЛОГІЯ

Вплив російської, скандинавської кухонь Дуже популярні страви з борошна: житнього, горохового, пшеничного, ячмінного («кама»), що вживаються із: свіжим або кислим молоком, мульгикапсад, капустою по-мульгськи, приготовлена зі свининою і крупами, кров'яною ковбасою, кров'яними кльоцками.

До своєрідності естонської кулінарії можна віднести: _____

2. Основні види сировини, спецій та харчових продуктів, особливості їх використання

Українці вживають в їжу:

М'ясо – свинину, яловичину, телятину, сало, шпик, баранину, сільськогосподарську птицю (курей, качок, гусей), дичину

Рибу – ставкову, річкову, морську, океанічну (свіжу, в'ялену,

сушену і солону)

Крупи – в асортименті (пшоняну й кукурудзяну – найчастіше), гречану, рисову, перлову, ячну, манну, вівсяну.

Молочні продукти – молоко, молочнокислі продукти (сметану, кефір, простоквашу).

Жири, прянощі.

Білоруси вживають в їжу: м'ясо – яловичину, свинину і сало (особливо), смажений шпик, телятину, птицю; рибу – озерну, морську; овочі – картоплю (другий хліб), моркву, цибулю, капусту, буряк; яйця, гриби, жири – масло вершкове, олію рослинну; молоко і молочні продукти; плоди і ягоди – в асортименті; прянощі і приправи.

Росіяни вживають в їжу: м'ясо – яловичину, телятину, птицю, дичину, баранину, м'ясо кіз; рибу – річкову, океанічну, морську; крупи – перлову, рисову, гречану, пшоняну; молочні продукти – сири, вершки, сметану, простоквашу, кефір; овочі – картоплю, моркву, цибулю, капусту, буряк, ріпу, томати, огірки, кавуни, дині; фрукти – яблука, груші, сливу, обліпиху; ягоди – брусницю, чорницю, клюкву; яйця; гриби; жири – олію, масло вершкове, маргарин; прянощі і приправи.

Литовці вживають в їжу:

М'ясо – свинину, птицю, яловичину. Рибу – в асортименті. Молочні продукти – сири, кисле молоко, сметану, молоко, масло. Овочі – картоплю, моркву, цибулю, капусту, буряк, огірки, помідори, солоні овочі. Яйця. Гриби. Жири – олію, масло вершкове, маргарин, свинячі шкварки. Прянощі – кмин, пелетрун, петрушку, кріп.

Латвійці вживають в їжу

Естонці вживають в їжу

3. Технологія приготування страв, кулінарних виробів та напоїв, особливості їх подавання

Українська кухня

Закуси і холодні страви. Це різноманітні салати, овочеві кашки, меживо, риба заливна, м'ясні холодці, завиванці, ковбаси, які мають надзвичайно велике значення у харчуванні людини. Для їхнього приготування використовують різноманітні продукти – сирі і варені овочі.

Перші страви _____

Другі страви. Битки по-селянськи. М'ясо пропускають через м'ясорубку з решіткою з великими отворами, додають воду, сиру ріпчасту цибулю, солять, посипають перцем і перемішують. Із фаршу формують битки, панірують їх і у борошні, обсмажують, укладають у сотейник, заливають соусом.

Борошняні вироби _____

РОСІЙСЬКА КУХНЯ

Закуси і холодні страви. Редька з олією або сметаною. Закуска рибна. Язик або телятина заливні.

Страви із овочів і грибів. Капуста смажена. Качан капусти після зачистки і видалення кочережки варять у цілому вигляді у підсоленій воді.

Потім видаляють листя, обережно зрізують потовщені частини або відбивають їх тяткою. Лист змащують густим соусом молочним і накривають незмащеним листом. Виріб злегка придавлюють, вирівнюють, надають йому овальну форму, обкачують у борошні, змащують яйцем і знову панірують, але тепер уже в сухарях. Обсмажують на сковороді з обох боків. Подають з маслом, сметаною, соусом молочним або сметанним і маслом.

Страви з м'яса. Яловичина (телятина) з вишнями. У великому куску телятини, вздовж волокон роблять глибокі проколи ножем, шпигують вишнями без кісточок і солять. В розігрітій сотейник кладуть телятину, поливають маслом, посипають корицею і обсмажують в жаровій шафі до напівготовності. Потім додають вишневий сік, борошняну пасеровку, бульйон і тушкують до готовності.

БІЛОРУСЬКА КУХНЯ

Холодні страви. Салат закусочний. Очищують від шкірки редьку і натирають її на терці з великими отворами. Очищують, шинкують свіжі огірки, перемішують, солять, заправляють лимонною кислотою або лимонним соком, викладають гіркою в салатник, посипають нашинкованою зеленою цибулею, поливають зверху

Страви з м'яса. Драчена картопляна із свининою. Натирають сиру картоплю, додають борошно, сіль, перець, соду, цибулю смажену зі шпиком, дрібні кусочки обсмаженої свинини. Все ретельно перемішують і запікають.

Солодкі страви. Чорнослив в молоці. Кисіль білоруський

ЛИТОВСЬКА КУХНЯ

Холодні страви і закуски. Якнине (паштет литовський). Ошпарену печінку нарізають кусками, тушкують з додаванням смаженої цибулі і пропускають через м'ясорубку. Потім додають сіль, масло, перець, вино і збивають суміш до отримання повітряної маси і варять.

Перші страви. _____

Другі страви. Ковбаса фарширована, цепелинай, телятина «Гинтарис».

Солодкі страви. _____

ЛАТВІЙСЬКА КУХНЯ

Холодні страви і закуски. _____

Перші страви. Суп хлібний _____

Другі страви. Курземес-строганов. Свинину злегка відбивають, нарізують продовгуватими кусочками і смажать із шпиком та ріпчастою цибулею. Перед кінцем смаження додають дрібно нарізані солоні огірки, пасероване борошно, бульйон, сіль, перець, сметану і доводять до готовності.

ЕСТОНСЬКА КУХНЯ

Холодні страви і закуски. Салака маринована. Ніжки свинячі в желе.

Перші страви. Щі кислі з бобами. Підготовлені боби заливають холодною водою й доводять до кипіння, додають підготовлені свинину, квашену капусту, ячні крупи і варять протягом 1,5-2 год.

Наприкінці варіння кладуть сіль і спеції.

Страви з м'яса. Мультыкапсад. Свинину нарізають на порції, посипають сіллю і укладають у котел шарами з капустою. Шари пересипають перловою крупою, заливають водою і варять до готовності. Подають звареною картоплею.

Страви із круп і борошна. _____

4. Енотехнології в кулінарній етнології країн Східної та Північно-Східної Європи. Еногастрономічні поєднання в меню

Україна

Вина винограду ОАТ. Коблево. Шардоне, Мерло, Сапераві, Каберне, Водевіль, Чорний ворон, Франческа

Вина Коблево. Совиньон, Фетяска, Фауст, Мускат золотий

Шардоне біле натуральне виноградне сухе, колір золотистий з лимонним відтінком Температура сервірування – 12-14°C. Подається до морепродуктів, маринованої телятини, птиці, м'яких сирів.

Савиньон _____

Фетяска – біле натуральне виноградне сухе. Температура сервірування – 12-14°C. Подається до рибних страв, страв і з птиці.

Райський сад (Херсонщина). Перлина степу – біле сухе марочне. Смак тонкий, свіжий. Колір світло-золотистий. Температура сервірування – 10-12°C. Подається до страв з риби морепродуктів.

Білі виноградні сухі марочні. Херес Массандра - температура сервірування – 16-18°C. Подають до нього маслини, сири, овочеві

салати, тартинки.

Мадера кримська Температура сервірування – 16-18°C. Подають до аперитивів, будь-яких страв із солоної риби.

Портвейн білий кримський Температура сервірування – 16-18°C. Подають на десерт до м'ясних бутербродів з шинкою, карбонатом **Ч**

Червоні виноградні міцні марочні

Портвейн червоний Кримський Температура сервірування – 16-18°C. Подають після їжі або з легкими закусками, до карбонату, буженини.

Портвейн червоний «Южнобережний» _____

Портвейн червоний Лівадія. Температура сервірування – 16-18°C. Подають: диджестив, подають з м'ясними закусками.

Бастардо Массандра. Температура сервірування – 16-18°C. Подають до фруктів на десерт.

Кагор Южнобережний _____

Питання для самоконтролю

1. Які характерні особливості національних кухонь країн Східної та Північно-Східної Європи?

2. Охарактеризувати технологію приготування страв з м'яса у країнах Східної Європи.

3. Як в українській кухні готують борщі: український, селянський, київський, полтавський з галушками та інші?

4. Чим відрізняються кулеші від супів?

5. Як готують холодні закуски у білоруській кулінарії?

6. Технологія приготування вареників з картоплею, капустою, сиром, вишнями.

7. Технологія приготування пельменів.

8. Які види теплового оброблення використовують під час приготування страв російської кухні? Наведіть приклади.

9. Які характерні особливості національних кухонь країн Північно-Східної Європи?

10. Перерахуйте види продуктів, із яких готують страви в країнах Північно-Східної Європи?

ТЕМА 5. Кулінарна етнологія країн кавказького регіону

1. Кулінарна етнологія кавказьких країн (Грузія, Вірменія, Азербайджан).

2. Основні види сировини, спецій та харчових продуктів, особливості їх використання.

3. Технологія приготування страв, кулінарних виробів та напоїв, особливості їх подавання.

4. Енотехнології в кулінарній етнології кавказьких країн. Еногастрономічні поєднання в меню.

5. Асортимент страв, меню, режими харчування іноземних туристів.

Ключові слова: хінкалі, мчаді, гомі, сациві, хачапурі, аджика, ткемалі, толма, лаваш, піті, люля-кебаб, ярпах-долмси, сир-пендир, гатиг, халва, рахат-лукум, пахвала, джонджолі.

1. Кулінарна етнологія кавказьких країн (Грузія, Вірменія, Азербайджан)

Грузинська кулінарна етнологія

Грузинська кухня спирається на контраст пряного і гострого. За історико-географічними особливостями грузинська кулінарія поділяється на кухні Західної і Східної Грузії.

Східна Грузія. Кахетії та Картлі (вплив іранської кулінарії) споживають більше жиру та пшеничного хліба. Гострі сири: тушинський, кобміський, «Гуда».

Західна Грузія (вплив турецької кулінарії) – популярні хліб та «мчаді» (балабушки з кукурудзяного борошна). Сулугуні (лишковий сир), розсольний сир «Імерулі»

Традиційна національна страва – хачапурі (борошняний виріб з сиру). Популярна страва – хаші (бульйон з яловичої голінки ніг, рубців, здобрений часником (традиційно їдять уранці). Специфічна страва – лобіо (квасоля).

Для грузинської національної кулінарії характерна велика кількість **соусів**: ткемалі – кислуватий соус, який готують з диких сортів однойменних плодів, рясно приправлений перцем і січеною зеленню. Подається до м'ясних страв;

приправ: аджика – готують із суміші червоного перцю, ароматичних трав (хмелі-сунелі), часнику, коріандру посівного (кіндзи) і кропу. Додають сіль і оцет. Зберігають у керамічному посуді. Подають до м'ясних і рибних, овочевих страв, вареної квасолі.

Вірменська кулінарна етнологія

Вірменська кулінарія відрізняється від інших значним вмістом хліба в раціоні харчування населення.

На національні свята готують _____

Азербайджанська кулінарна етнологія

Сучасна азербайджанська кухня відрізняється від кухонь країн Кавказу застосуванням різноманітних пряних трав: кіндза (коріандр посівний), м'ята перцева, тархун (полин, естрагон), кявара, цибуля-порей, кріп, петрушка, рейхан (васильки справжні).

Відмінна властивість азербайджанської кухні – переважно використання баранини. Для приготування рибних страв

використовуються: _____

Поліпшують смакові властивості страв: маслини, оливи, абгора (сік незрілого винограду), наршараб (згущений гранатовий сік), сумах (сушене листя пряної рослини), лавашана пастила (сушені пластинки з гранатового соку), аличадльбухара (слива сушена), курага, мускатний горіх, кизил-ахта (сушений кизил). Гострі сири: тушинський, кобміський, «Гуда».

Страви із січеного м'яса: люля-кебаб, тава-кебаб, ярпах-долмаси.

Плови готують із різними продуктами (м'ясними, рибними, овочевими, фруктовими), від яких вони одержали свою назву: плов коурма (баранина), тоюг плов (з куркою), бамлг плов (з рибою), мейвя плов (з фруктами) та ін. Рис для плову готують і подають окремо від решти компонентів.

Гатиг – основний кисломолочний продукт. Основною сировиною для приготування є сюзьми (концентрованого гатила).

Гурут – підсолена й висушена сюзьма.

Серед гарячих напоїв перше місце посідає чай. Його подають у скляних «армуди» із цукром, лимоном, варенням. Чай заварюють часто із дикорослими лікувальними травами.

Національні борошняні вироби готують із тіста: дріжджового (приготовленого опарним або безопарним способами) та прісного здобного.

2. Основні види сировини, спецій та харчових продуктів, особливості їх використання

Грузини вживають в їжу: м'ясо: баранину, яловичину, свинину, сільськогосподарську птицю, субпродукти. Рибу: морську, океанічну. Крупи: рис. Бобові: квасоля, горох. Молочні продукти: молоко, сметану, сулу гуні (лишковий сир), розсольний сир «Імурелі», гострі сири. Овочі: редис, редька, помідори, огірки, стручковий перець, цибулю ріпчасту, картоплю, крес-салати. Жири: жир-сирець, масло вершкове. Прянощі і приправи: петрушка, кріп, естрагон, м'ята перцева, кіндза (коріандр посівний), цибуля зелена, часник, хмелі сунелі. Спеції: червоний і чорний перець, лавровий лист, оцет.

Вірмени вживають в їжу: м'ясо: баранину, яловичину, свинину, сільськогосподарську птицю, диких тварин (гірського барана, оленя), субпродукти. Рибу: форель (сванська), сванський сиг, форель гірських річок, сазан та ін. Молочні продукти: молоко, свіжі і після переробки продукти (квашене молоко-мацун). Крупи: рис. Бобові: горох, боби, горох лущений, чечевиця). Яйця. Овочі: баклажани, картоплю, моркву, помідори, часник, цибулю ріпчасту, гарбузи. Фрукти і ягоди: в асортименті. Жири: олію рослинну, маргарин, масло вершкове, масло топлене. Прянощі й приправи: культурні рослини (близько 300 видів), бамія (гібіс їстівний), портулак городний, петрушка (корінь), петрушка (зелень), естрагон (зелень). Спеції: перець чорний мелений, лавровий лист.

Азербайджанці вживають в їжу: м'ясо: баранину (переважно), птицю домашню, яловичину. Рибу: кутум, судак, сазан, жерех, короп, кільку каспійську, окунь, білугу, берш, осетер, севрюгу. Молочні продукти: молоко коров'яче, овече, козяче, буйволине, сир-пендир, гатиг – основний кисломолочний продукт, сметану. Прянощі і приправи: _____

3. Технологія приготування страв, кулінарних виробів та напоїв, особливості їх подавання

Страви грузинської кухні

Холодні страви. Салат з помідорів і огірків із горіховим соусом,

сациві з баклажанів

Перші страви. _____

Другі страви. Шашлик по-кавказьки, курчата табака, чанахі, купати, чахохбілі

Борошняні вироби. Хачапурі імеретинське – дріжджове тісто, приготовлене опарним способом, розділяють на коржі масою 160 г. На середину коржа кладуть 100 г фаршу, вкінці коржа защіпають, надають йому округлої форми, після цього укладають вироби на змащений жиром лист, розстоюють протягом 10-15 хв, змащують яйцями й випікають при температурі 220-240°C протягом 20-25 хв. Готові хачапурі змащують вершковим маслом.

Соус ткемалі. Плоди ткемалі перебирають, відварюють протягом 5 хв. і протирають через сито. Після цього розводять відваром, додають товчений часник, дрібно нарізану зелень кіндзи, кропу, заправляють перцем, сіллю, доводять до кипіння й охолоджують.

Страви вірменської кухні

Холодні страви. Баклажани з часниковою начинкою. Салат із червоної квасолі

Перші страви. _____

Другі страви. Плов із сушеними фруктами, форель припущена, вирізка на рожні, мусака з картоплею.

Напої. Тан (напій кисломолочний) – Мацун і сметану розводять холодною кип'яченою водою, додають сіль. Подають тан охолодженим.

Страви азербайджанської кухні

Холодні страви. Салат по-шекинськи – підготовлені помідори, огірки й солодкий перець нарізують кубиками, додають дрібно нарізані зелену цибулю й зелень, оцет або абгору, перець, сіль, перемішують. Салат подають по 100-150 г на порцію, прикрашають зеленню кіндзи й рейхану.

Перші страви. Суп із м'ясними кульками і аличею _____

Другі страви. Люля-кебаб – баранину, ріпчасту цибулю, жир-сирець подрібнюють на м'ясорубці, заправляють сіллю й перцем чорним меленим. Фарш охолоджують протягом 20 хв. Після цього формують люля у вигляді сардельок масою 45 г, нанизують на рожен і смажать над вугіллям. З борошна й води замішують круте тісто, розкачують у вигляді коржа товщиною 1 мм і печуть його на листі без жиру.

Напої. _____

4. Енотехнології в кулінарній етнології кавказьких країн. Еногастрономічні поєднання в меню

ГРУЗІЯ

Червоні виноградні вина природні напівсолодкі вина:

Хванчкара – колір – темно рубіновий; аромат плодовий; температура сервірування – 9-10°C.

Ахашені, Оджалеші – температура сервірування – 9-10°C, поєднуються з фруктами, солодощами.

Піросмані – колір – темно рубіновий; смак – терпкий; температура сервірування – 10-12°C.

Піно Нуар – колір – темно рубіновий; смак – приємна кислотність; температура сервірування – 15-18°C.

Теліані – колір – темно рубіновий; смак – пікантна гір чинка свіжого перцю; температура сервірування – 15-18°C; подається до яловичого філе, приготовленому на грилі або чанахі.

Білі виноградні натуральні напівсолодкі ординарні вина

Алазанська Долина – колір – світлої соломи; аромат – приємний з тонкими нотками дюшеса; температура сервірування – 9-10°C; подається до фруктів, солодоців, горішків, десертів.

Тбілісурі – колір – світлої соломи; аромат – свіжий; температура сервірування – 10-12°C; подається до сулу гуні, риби і фруктів.

Цінандалі – колір – світлої соломи; смак – пікантної гірчинки; температура сервірування – 15-18°C; прекрасний аперитив, поєднується з м'ясом ягняти, курки й овочами.

Білі виноградні натуральні сухі марочні вина

Гурджаані – колір – світлої соломи, аромат – тонкий фруктовий, температура сервірування – 10-12°C, подається до риби та птиці.

Манаві – колір – світлої соломи, смак – м'який, ніжний, гармонійний, температура сервірування – 10-12°C, подається до устриць й зеленого салату.

Ереті – колір – світлої соломи, смак – гармонійний, температура сервірування – 8-12°C, подається з білим м'ясом та рибою.

Виноградні природно-напівсолодкі вина

Алазанська Долина – колір – світлої соломи; аромат – приємний з тонкими нотками дюшеса; температура сервірування – 9-10°C; подається до фруктів, солодоців, горішків, десертів.

Піросмані – колір – темно рубіновий; смак – гармонійний; аромат яскравий сортовий; температура сервірування – 18-20°C; подається як аперитив з курячим м'ясом.

Вина виноградні сухі марочні

Напареулі – колір – темно гранатовий, смак – тонкий і гармонійний, аромат – ніжний і багатий сортовий букет із тоном сливи, температура сервірування – 16-18°C, подається з курячим, яловичим м'ясом, свининою, зеленню.

Гурджаані – колір – світлої соломи, смак – гармонійний, температура сервірування – 10-16°C, подається аперитив з рибою, ікрою, курячим м'ясом, свининою.

Кавказька Долина – колір – насичений гранатовий; смак – гармонійний насичений; аромат – ніжний з ароматом польових квітів; температура сервірування – 16-18°C; подається з курячим м'ясом, яловичиною, свининою, сиром.

Білі ігристі напівсухі вина

Старий Тбілісі Брют – колір – світлої соломи; смак – ніжний з високими ігристими і пінними властивостями; аромат – ніжний і багатий сортовий з фруктовими нотами; температура сервірування – 8-10°C; подається до морозива, фруктів, десертів.

5. Асортимент страв, меню, режими харчування іноземних туристів

Режим харчування вірмен. Снідають у Вірменії дуже швидко. Сніданок вірмена – лаваш з сиром. Обід – помірний. О 18 год. починається трапеза за всіма правилами – щільна вечеря (50-60% денного раціону)

Свинину вірмени вживають рідко, але люблять баранину і яловичину, багато солі.

Вірменам можна запропонувати гострі закуски, із холодних страв і закусок – квасолі стручкову з оцтом і часником, салати (баклажани з часником, червону квасолі із смаженою цибулею ріпчастою), толму із гороху у виноградних листях.

Перші страви – суп рисовий, бозбаш ереванський, бозбаш ечмінадзинський, супи із чечевиці, хаш і суп із мадуна.

Другі страви – страви з риби, яловичини, баранини.

Із риби – форель у вареному, смаженому й запеченому виглядах й припущену.

Із м'яса – бастурму, курчат із фруктами, страви з баранини, шашлики.

Плови із сушених фруктів, копченою рибою, із смаженої баранини. Страви із овочів з включенням гарбуза.

Харчування грузинів – багато овочевих закусок, особливо, із сирих овочів, а також варених, солоних і маринованих овочів і зелені. Обов'язково включити баклажани, квасолю, шпинат, червоні й зелені помідори, а також капусту та інші овочі.

В якості закуски можна запропонувати різноманітні рибні, м'ясні страви у холодному вигляді, а також субпродукти з гострою приправою та гастрономічні вироби (ковбасу, шинку тощо).

Перші страви – заправні супи (харчо, супи, чихиртму). До них можна запропонувати гомі (кашу із суміші пшоняного та кукурудзяного борошна) і мчаді (кукурудзяні палянички).

Другі страви – страви з риби, яловичини, баранини.

Із м'яса – чахохбілі, купати, курчата табака, хинкалі, бастурма.

Страви із сиру, овочів. Соуси гострі на смак, ароматні з консистенцією сметани

Грузини люблять: страви приготовлені на вертелі: м'ясні, рибні, овочеві, молочні (сир).

Гарніри до них: перець, зелень, цибуля ріпчаста, цибуля зелена, свіжі помідори, скибочки лимону, солоні огірки, баклажани, фаршировані курдючним салом.

Для туристів із Азербайджану в меню необхідно включити страви, які розповсюджені за межами республіки.

Питання для самоконтролю

1. Характеристика технології субпродуктів у вірменській кухні.

2. Технологічні особливості приготування шашлику по-карському.

3. Асортимент страв із курей, курчат та риби.
4. Яка характерна технологічна особливість приготування вірменського хашу і яка різниця з грузинською стравою хаш?
5. Асортимент страв із баранини, яловичини.
6. В яких регіонах Грузії споживають здебільшого птицю і з якими соусами?
7. З якої сировини готують хаші та які особливості його теплового оброблення і які заправляють цю страву? В які години їдять цей суп?
8. Які ознаки і особливості мають хінкалі порівняно з пельменями?
9. Особливості технології приготування приправ до м'яса, птиці. Які трави використовують для приготування суміші сухих спецій?

ТЕМА 6. Кулінарна етнологія країн Східної Азії (Китай, Японія, Корея)

1. Кулінарна етнологія країн Східної Азії (Китай, Японія, Корея).
2. Основні види сировини, спецій та харчових продуктів, особливості їх використання.
3. Технологія приготування страв, кулінарних виробів та напоїв, особливості їх подавання.
4. Енотехнології в кулінарній етнології країн Східної Азії. Еногастрономічні поєднання в меню.
5. Асортимент страв, меню, режими харчування туристів країн Східної Азії.

Ключові слова: кулінарне мистецтво, соєва олія, соєве молоко, паста з соєвих бобів, підкопчена качка, смалець, кимзи, куряче філе, морські водорості, паростки бамбука, рисове вино, спеції, прянощі, чорний і зелений чай, пиво, саке.

1. Кулінарна етнологія країн Східної Азії (Китай, Японія, Корея)

Китайська кулінарна етнологія

Китайська кулінарна етнологія одна з найдавніших. Вона сформувалася 2,5-3 тис років до н.е., а з плином часу удосконалювалась і збагачувалась багатьма поколіннями кулінарів

Китайська кухня поділяється на 5 основних кулінарних шкіл, кожна з яких має свої особливості.

Сичуанська кухня. Славиться своїми гострими стравами, які допомагають мешканцям Сичуанської западини протистояти вологості. Пекучий червоний стручковий перець, чорний перець, імбир присутні у всіх стравах. Набір продуктів, з яких готують сичуанські кухарі, не дуже багатий, проте із них готується велика кількість страв.

Найбільш відомі сичуанські страви: тонкі кусочки свинини пікантного смаку, курячі кубики з арахісом під пекучим соусом, засмажений сухий карась.

Соєвий сир «тофу» – продукт із заквашеного особливим

способом соєвого молока, широко використовується у даній кухні.

Гуандунська (кантонська) кухня. Основна складова даної кухні – прісні страви. Сировиною служать змії, дикі кішки, собаки, морські котики, польові миші, крокодили, а також ведмежі лапи, мавп'ячі мізки. Варена змія вважається особливим делікатесом.

Найбільш відома страва – «лунхудоу» (боротьба дракона з тигром) – три види отруйних змій, дика кішка і понад 20 прянощів.

У цій кухні найвідоміша страва – суп.

Шанхайська кухня. Переважають солодкі страви. Цій кухні характерні тонкість оброблення страв, скрупульозний добір барв та вишукане зовнішнє оформлення страв. Вага страв невеличка, подають їх на маленьких тарілочках. Вживають багато соковитих і свіжих овочів, а також різні морські продукти, зокрема страви з риби, креветок, омарів.

Шаньдунська кухня. Відома легкими, нежирними стравами, поширені морські делікатеси, такі, як смажені черепашки й устриці, смажені в маслі.

Супи (чисті відвари й молочні бульйони) відносяться до шаньдунських делікатесів. Суп з ластівчиних гнізд – чистий відвар, який містить їстівні ластівчині гнізда. Подається суп на офіційних бенкетах.

Пекінська кухня. Увібрала в себе безліч традицій регіональних кухонь. Найвідоміша дипломатична страва – «Качка по-пекінськи». Готова качка ділиться на 120 скибочок, на кожній залишається золота скоринка. Скибочки мокають в соус із солодкої сої з подрібненими зеленою цибулею і часником, а потім загортають у тонкі млинчики. Окрім того, з крилець, лапок, язика, серця і печінки качки готують десятки гарячих і холодних страв, разом із самою качкою складають «повний качиний бенкет».

Бенкетні страви: плавці акули, морські черепахи, пітони, гігантські сріблясті коропи, морські гребінці, краби, фазани, мариновані качині язики.

Населення використовує овочі, крупи, борошно, водорості, м'ясо, рибу, домашню птицю, молоді пагони бамбука.

Каші варять з круп: кукурудзяної, рисової, пшоняної, гаоляна. Додають: соєву олію, соєве молоко, сир з сої (свіжої, сушеної, маринованої), негусту солону пасту з соєвих бобів, гострий темно-коричневий рідкий соус з соєвих бобів.

Великою популярністю у китайців користають вироби з:

борошна – лапша, вермішель, балабушки, перепічки, коржі, парові хлібці (пампушки), пельмені;

овочі – капуста (салатна китайська, білокачанна, сичуанська, морська), картопля, редька, цибуля зелена, часник, томати;

яйця – курячі, качині;

чай – заварюють крутим окропом у фарфорових чайниках різних розмірів. Зелений чай п'ють дуже гарячим без цукру.

Для холодного обробляння продуктів відводиться 60-80% часу приготування страви; для теплового обробляння – лише 25-35% часу і для сервірування й прикрашання страви – 5-10% часу.

Японська кулінарна: рис – готують на парі; риба – в більшості смажать; а також: різні морські водорості (їдять з паростками бамбука й грибами), черепашки, краби, яловичина, свинина, телятина, баранина

Обмежено використовуються у японській кухні спеції, прянощі, приправи, гострі соуси, щоб не заглушити смаку й запаху основних продуктів. Універсальна приправа для багатьох страв – «адзі-номото» («корінь смаку»): для курячого бульйону – наваристий й ароматний; до вареної моркви – зберігає колір, смак і свіжий запах.

Суші – тонко нарізаного філе сирії (рідше копченої) риби; морепродуктів; рису, звареного певним чином.

Фугусаші – перламутрові скибочки риби фугу, смаженої або сирії, укладають на круглomu блюді (у вигляді пелюстків) і їдять, занурюючи їх в суміш: соєвого соусу, тертої редьки, червоного перцю.

Страва «Одори» – окунь бланшують, поливають соусом, ріжуть на шматочки і їдять майже живу рибу.

Популярні морепродукти: кальмари, креветки, каракатиці, устриці, інші молюски. Їх варять, смажать, бланшують, варять супи.

Національні японські продукти з сої

тофу (не заквашені боби сої) – соєвий сир, який нагадує м'який простий сир (боби сої варять й протирають). Замінює м'ясо, яйця, молочні продукти;

місо (заквашені боби сої, зерно, вода і сіль) – густа паста. Готують супи і приправи. Використовують спеції, прянощі, приправи, гострі соуси, щоб не заглушити смаку й запаху основних продуктів.

До солодоців японці відносять: фрукти: свіжі (персики, груші), сушені (хурма, каштани); горіхи.

Корейська кулінарна етнологія. Близько 600 рецептів страв є загальними для кухонь: корейської, китайської, японської. Особливість корейської кухні – на підготовку продуктів витрачається набагато більше часу, ніж на приготування страв. Білий хліб, мариновані огірки, помідори, овочеві страви, заправлені олією, цибулею й чорним перцем

Не люблять: молочні продукти і страви з них (сирники, сир, кефір), сирокочені ковбаси, чорний хліб, каву, какао, мінеральну воду.

2. Основні види сировини, спецій та харчових продуктів, особливості їх використання

Китайці вживають в їжу: м'ясо – свинину, яловичину, баранину (вживають рідше), домашню птицю (особливо кури і качки); риба – китайський окунь, камбалу, сабея-рибу, морські безхребетні. Популярні креветки, краби, різні молюски (кальмари, восьминоги, каракатиці), устриці; крупи – рис, кукурудзяні, просо; зернобобові – соєву олію, соєве молоко, сир із сої, соєвий соус; вироби із борошна – локшину, вермішель, різного виду палянички, парові хлібці, пельмені, вушки, солодке печиво; овочі – капусту (салатну китайську, білокачанну, сичуанську), батат, картоплю, редьку різних видів, зелену цибулю, часник, томати, перець, шпинат, зелену стручкову квасоллю.

Прянощі і спеції: бадьян (гарячі страви); гірчицю; імбир (у подрібненому вигляді або у вигляді настоянки при виготовленні холодних закусок, бульйонів, соусів і гарячих страв); кунжутне масло (для надання аромату стравам); соєвий ферментативний соус (приправа); глютамат натрію (розведений у воді з сіллю за смаком, нагадує курячий бульйон). Використовують під час приготування: холодних закусок, бульйонів, соусів, гарячих страв; свиняче сало пересмажене з: бадьяном, імбиром, перцем, цибулею, пастою кунжуту, соєвою пастою; усянмань – суміш п'яти спецій розтертих в порошок: кориці, кропу, солодкого кореня, гвоздики, бадьяна.

Корейці вживають їжу: М'ясо – головним чином свинину (в невеликій кількості). Рибу – в асортименті. Фрукти – яблука, груші, персики, хурму, каштани, фініки. Крупи – рис. Овочі – моркву, редьку, капусту. Прянощі і приправи – часник, сіль, оцет, перець чорний, мелений

Японці вживають в їжу: М'ясо – яловичину, свинину, баранину, домашню птицю. Крупи – рис. Рибу – в асортименті і морепродукти (молюски, кальмари, восьминоги, краби, креветки). Овочі – морську капусту, огірки, редис, ріпу, баклажани, картоплю, ріпчасту цибулю. Бобові – тофу, місо. Жир – рослинну олію, рибний жир, масло кунжутне. Приправи і спеції.

3. Технологія приготування страв, кулінарних виробів та напоїв, особливості їх подавання

Холодні страви і закуски

Салат із баклажанів з часником _____

Другі страви

Баранина смажена з цибулею_____

Свинина смажена з перцем_____

Судак по-китайськи_____

Рис і червоні боби по-японськи_____

Лапша чорна по-японськи_____

Солодкі страви

Яблука в карамелі_____

Горіхи смажені грецькі_____

**4. Енотехнології в кулінарній етнології країн Східної Азії.
Еногастрономічні поєднання в меню**

Японці не люблять алкогольні напої. Національний алкогольний
напій sake – рисове вино. П'ють з закускою, частіше всього підігрите.

5. Асортимент страв, меню, режими харчування туристів країн Східної Азії (Китай, Корея, Монголія, Японія)

Туристам з Китаю

Сніданок. Китайці на сніданок переважно їдять: овочі, свинину або курятину, локшину, каші. Найбільш популярна страва «дім-сим» (подібне пельменям).

Обід (рівно опівдні) – на початку чай ароматичний або зелений без цукру; холодні закуски; гаряча страва. В кінці обіду суп з рисом, чай.

Вечеря (легка) – гарячий чай з десертом.

Гостям із Китаю і Кореї можна подати:

із холодних закусок: салати із овочів з грибами, салат м'ясний, салати з біло- та червоноголової капусти, квашеної капусти, свіжих огірків і томатів, вінегрети, заправлені соєвим соусом;

із перших страв: борщі, розсольники, солянку збірну (м'ясну, рибну), суп-лапшу з куркою, суп картопляний з квасолею, суп гороховий з копченою грудинкою;

із других страв: кури смажені з овочевим гарніром, курчата-табака, шашлик із свинини з рисом, свинину смажену з капустою, пельмені (у фарш обов'язково додається капуста);

на десерт: свіжі і консервовані фрукти, кавуни, компот, морозиво, чай з цукерками.

Туристам із Японії

В Японії прийнято ситно поснідати. Сніданок починається з: закусок – асакено-сокава (сирі овочі, сира риба, морські їжаки, сирі черепашки); чаю; супу; відвареного рису; смаженої риби; страви із м'яса і овочів.

На сніданок, обід і вечерю подають масло та м'які сири.

Із перших страв подають борщ, щі, бульйони, юшку із різних риб; на другі страви – страви з яловичини, телятини, баранини, курячого м'яса; гарніри – смажена картопля з зеленню, гречана каша або макарони.

Усі страви повинні бути мало солоними. На столі завжди

повинно бути: перець, сіль, гірчиця, оцет і соєвий соус.

Із холодних закусок: кефір, салати із сметаною, яйця варені, кури, індичку смажену, сир, баранину варену; із перших страв: суп-харчо, піті, рисові супи, суп-лапшу домашній з куркою, чихиртму

Питання для самоконтролю

1. Основні відмінності кулінарної етнології країн Східної Азії.
2. Які прянощі і приправи використовуються в кухнях країн Східної Азії?
3. Технологія приготування перших страв азербайджанської кухні.
4. Які особливості приготування азербайджанського відкидного плову?
5. Які характерні особливості грузинської кухні?
6. Як готують курчата-табака? Наукове обґрунтування температурного режиму смаження курчат.

ТЕМА 7. Кулінарна етнологія країн Південної та Південно-Східної Азії

1. Кулінарна етнологія країн Південної та Південно-Східної Азії (Індія, Індокитай).

2. Основні види сировини, спецій та харчових продуктів, особливості їх використання.

3. Технологія приготування страв, кулінарних виробів та напоїв, особливості їх подавання.

4. Енотехнології в кулінарній етнології країн Південної та Південно-Східної Азії. Еногастрономічні поєднання в меню.

5. Асортимент страв, меню, режими харчування туристів країн Південної та Південно-Східної Азії.

Ключові слова: каррі, кокосові горіхи, фініки, манго, вегетаріанці, рис, смажені жаби, «їстівна земля», «лаковаві качки», гусячі шкварки, товстий омлет, соя, гарбуз, цукрова тростина, чай, рисове вино, бамбукові трубочки.

1. Кулінарна етнологія країн Південної та Південно-Східної Азії

Кулінарна етнологія Індії

Індійська кулінарія – одна з найдавніших у світі, не схожа на європейську. Вона потребує: терпіння, норовистості, вміння точно визначати необхідну кількість приправ. Їдять індуси рис, бобові, овочі, молочні продукти, яйця. Індуси не їдять **яловичину**

Каррі– суміш трав та різних прянощів (куркума, кардамон, імбир, коріандр, мускатний горіх)

Поширені гострі соуси анчар – фрукти і спеції, маса – червоний гострий соус.

Гострі мариновані фрукти замінюють гірчицю. Популярні фрукти – кокосові горіхи, фініки, манго. М'ясо та рибу їдять один чи два рази на тиждень. Рибу – маринують для надання різкого запаху. З жирів вживають олію і рідше – вершкове масло.

З гарячих напоїв індійці люблять: гарячий міцний чай, як

правило, з гарячим молоком. Каву варять по-східному, з додаванням есенції з троянди. Столовими приборами в Індії частина населення не користується. Більше населення країн – вегетаріанці. На столі постійно знаходяться фрукти, фруктові соки, спеції.

Кулінарна етнологія Індокитаю (В'єтнам, Бірма, Таїланд, Лаос, Камбоджа)

Основні продукти в кулінарній етнології Індокитаю – рис, риба, фрукти, чай. В їжу вживається свинина (в основному у вигляді ковбасних виробів), м'ясо буйвола, птиця (кури, качка). У Таїланді й Бірмі рибу їдять з цукром і оцтом, люблять гусячі шкварки, смажену печінку з часником.

В країнах Південно-Східної Азії їдять багато екзотичних фруктів, а також цукрову тростину. Рисове вино п'ють за допомогою довгих бамбукових трубочок. Страви подають в маленьких чашках, які називають «каббат». Їдять паличками.

2. Основні види сировини, спецій та харчових продуктів, особливості їх використання

Індійці вживають в їжу: м'ясо – баранину, козлятину, птицю (мусульмани), яловичину (не їдять індуси); рибу – особливо прісноводну, морепродукти (кальмари, омари, креветки, устриці); крупи – рис; молоко – просто кваша, кефір, сир домашній; бобові – квасолю, сою; яйця; жири – олія, масло вершкове; фрукти – яблука, баштанні, сушений і свіжий тутовік, абрикоси, лимони; прянощі і спеції – часник, перець (червоний, чорний), корицю, гвоздику, імбир, горіхи, м'яту, майонез, петрушку, кріп, шафран, куркума, імбир, коріандр, мускатний горіх.

В'єтнамці, лаосці, таїландці та інші жителі Індокитаю вживають в їжу: м'ясо – свинину, птицю (кури, качки), м'ясо буйволів, субпродукти, яловичину; рибу – прісноводну і морську, морепродукти (омари, лангусти, краби, мідії, морські їжаки, креветки); овочі – цибулю, огірки, батат, земляну грушу, гарбуз,

паростки бамбука, сою, червоний стручковий перець, моркву, картоплю; фрукти – ананаси, банани, манго, апельсини, лимони, гранати, цукрову тростину, яблука; жири – олію рослинну, гарячий жир; яйця – курячі, качині; гриби – шампіньйони; чай – чай з жасмином, апельсином, лимоном; фруктові напої – фруктові-ягідні соки, фруктові води; хліб – білий; прянощі і спеції – червоний стручковий перець, зелень петрушки, часник, гірчиця, лимон зелений, оцет, перець чорний й червоний мелений, сіль, лавровий лист, цукор.

3. Технологія приготування страв, кулінарних виробів та напоїв, особливості їх подавання

Карі з овочів. Цибулю і часник нарізують і обсмажують на маслі, додають порошок каррі і протягом 3 хв. смажать на слабкому вогні. Помідори нарізують скибочками, квасолі з'єднують з цибулею і часником, варять до напівготовності квасолі, потім додають дрібно нарізану картоплю і тушкують до готовності. Наприкінці страву солять і збризкують лимонним соком. Подають овочеve карі гарячим.

Рис пила з родзинками і фісташками _____

Курка джалфрезі. Нагрівають масло у великій сковороді на великому вогні, поки воно не почне димитися. Додають рослинну олію і зменшують вогонь, потім додають цибулю і часник. Обсмажують часник і цибулю до золотистого кольору. Додають томатну пасту, нарізані помідори, мелену куркуму, зіру та коріандр, порошок чилі, гараму масу та червоний винний оцет. Перемішують, поки суміш не стане ароматною. Додають чорний перець і квасолі. Помішують 2 хв. Додають курку, сіль за смаком. Дають трохи

покипіти в соусі протягом 6-7 хвилин, поки квасоля не стане м'якою. Подають зі свіжим коріандром.

Ласо з манго і кардамоном. Розділюють навпіл стручки кардамону, дістають насіння і розтирають його. Відставляють.

Кладуть манго в блендер, додають йогурт, молоко і мелений кардамон. Збивають. Пробують, і, якщо необхідно, додають трохи меду або цукру.

Розливають по келихах і посипають свіжим мускатним горіхом. Подають відразу.

4. Енотехнології в кулінарній етнології країн Південної та Південно-Східної Азії. Еногастрономічні поєднання в меню

Індійський ринок алкогольних напоїв. Раксі або ракші – традиційний алкогольний напій в Індії. Виготовлений з проса або рису. Не дуже міцний напій, який рекомендують до гарячих страв.

Асортимент алкогольних напоїв виготовлені із імпортової сировини (віскі, ром – найбільш популярний, вино, пиво).

Місцеві національні різновиди алкогольних напоїв: арак – рисовий або кокосовий самогон; маху – самогон з квітів маку; рисове пиво.

5. Асортимент страв, меню, режими харчування туристів країн Південної та Південно-Східної Азії

Складаючи меню для туристів із Індії, необхідно пам'ятати, що вживання м'яса в цій країні пов'язане з розподілом населення країни в залежності від віро сподівання на індусів і мусульман.

Мусульмани – страви із баранини, птиці, яловичини.

Індуси – страви із свинини, птиці.

Для індусів вегетаріанців в меню можна включати:

на сніданок – протертий сир зі сметаною (не змішувати), вівсяну кашу на воді (молоко і цукор окремо), картоплю відварену (цибулю пасеровану окремо), рис відварений сухий гарячий не заправлений;

на обід: *із холодних закусок*: овочеві салати, салати із картоплю, грибів, капусти, перець фарширований, ікру із баклажанів і кабачків, квасоллю в горіховому соусі;

із перших страв: вегетаріанський овочевий суп, супи-пюре із зеленого горошку, цвітної капусти, шпинату, суп рисовий з цибулею, лапшу грибну, солодкі супи з рисом;

із других страв: картоплю відварену й смажену у олії, котлети із моркви, картоплі з грибним соусом, капусти, цвітну капусту із сухарним соусом, помідори, фаршировані овочами (моквою, цибулею) і грибами;

на десерт – компоти із фруктів (свіжих, консервованих), фрукти (свіжі, варені), фруктове желе, муси;

на вечерю – кефір або просто квашу, рис відварений, салат вегетаріанський овочевий (сметану окремо), морозиво, кава по-східному з додаванням есенції з троянд, чай (з гарячим молоком окремо).

Питання для самоконтролю

1. Характерні особливості кулінарної етнології Індії.
2. Асортимент та технологія приготування холодних та гарячих закусок.
3. Технологія особливості приготування перших страв та рису по-індійському.
4. Характерні особливості технологічного процесу приготування борошняних виробів.
5. Особливості складання меню для харчування туристів із Індії.
6. Які особливості приготування овочів та використання приправ у індійській кулінарії?
7. Технологічні особливості приготування овочів та використання приправ у індійській кулінарії.
8. Технологічні особливості приготування чаю з молоком.
9. Які жири використовують індійські кулінари ?
10. Особливості кулінарної етнології країн Індокитаю.

ТЕМА 8. Кулінарна етнологія країн Центральної Азії

1. Кулінарна етнологія країн Центральної Азії (Казахстан, Узбекистан, Таджикистан, Туркменістан).

2. Основні види сировини, спецій та харчових продуктів, особливості їх використання.

3. Технологія приготування страв, кулінарних виробів та напоїв, особливості їх подавання.

4. Енотехнології в кулінарній етнології країн Центральної Азії. Еногастрономічні поєднання в меню.

5. Асортимент страв, меню, режими харчування туристів країн Центральної Азії.

Ключові слова: кінська ковбаса (чужук, кази), пресерви з баранини, баранячий лівер, кумис, скороспілі сири, сухі молочні концентрати, кіндза, самса, манти, айзан, норин, чакка, созьма, катик, каймак, піч-тандир, мантоварки, зелений чай.

1. Кулінарна етнологія країн Центральної Азії (Казахстан, Узбекистан, Таджикистан, Туркменістан)

Казахстан: їжа дуже калорійна; вживають багато м'яса (баранина, яловичина, конина, субпродукти); кисле молоко (кумис, айзан); курдючний жир, хлопкова олія.

Туркменістан: баранина, птиця, дичина; національна їжа – суп; багато яєць; хліб у вигляді коржиків – чуреків.

Узбекистан: головний спосіб теплового оброблення – варіння; основа кулінарія – борошно та зерно; багато м'ясо (баранина) у вигляді фаршу та шашлики

Таджикистан: практично не вживають птицю, дичину та яйця; м'ясо (баранина, козлятина).

Казахська кулінарна етнологія

Обмежений та одноманітний асортимент продуктів: м'ясо (конина, баранина), молоко (кобиляче, овече, коров'яче, верблюже) та продукти їхньої переробки.

У казахській кулінарії виникло й розвивалося виготовлення напівфабрикатів із різноманітних частин: конини, баранини.

Характерним в казахській кулінарії є: м'ясо нарізують і відварюють шматками по 1,5-2 кг, а подрібнюють безпосередньо перед вживанням; консистенція страв займає проміжне положення між супами і другими стравами; до складу страв входить багато м'яса, тіста або зерна, незначна кількість жирного бульйону та кисломолочних продуктів; до більшості страв продукти нарізують дрібними кубиками, соломкою, ромбиками (особлива увага приділяється рівномірності нарізання); у салати, гарячі закуски, перші і другі страви додають подрібнену зелень кіндзи, петрушки, селери, рейхана.

Популярні борошняні вироби: коржі, приправлені цибулею джусаєм; самса; манти.

Національна їжа – тари (підсмажені зерна, які запивають чаєм або молоком)

Із напоїв казахи люблять чай з топленим молоком або з вершками та сіллю; айран – кисле молоко.

Узбецька кулінарна етнологія

Особливості кухні: під час приготування перших страв м'ясо попередньо обсмажують – надає стравам характерного аромату й золотисто-коричневого кольору; м'ясо спочатку подрібнюють для приготування супу; для приготування супу не використовують готовий бульйон, а спочатку варять м'ясо великим шматком, потім виймають із супу, порціонують і кладуть у суп під час подавання.

До складу густої частини супів входить норин (локшина). Для заправки супів використовують кисломолочні продукти: чакку, сюзьму, сметану, катик. Під час приготування других страв використовують обсмаження продуктів: у великій кількості попередньо прожареного жиру, на вугіллях.

Специфічним прийомів є випікання у печах-тандирах. Для приготування других страв і гарнірів використовують крупи й бобові: рис, квасолу, нут, маш, горох.

Характерною особливістю узбецької кухні є використання: зелені, прянощів, приправ, фруктів, чорного й зеленого чаю, борошняних виробів, кисломолочних продуктів.

Таджицька кулінарна етнологія

Використання значної кількості м'ясних продуктів; обмежене використання риби, яєць, окремих видів круп (гречаної, вівсяної, перлової); підвищене споживання бобових і рису.

Найпоширеніші види м'яса: баранина, козлятина, кури та курчата (рідше), гуси (майже не вживаються), дичина, куріпки, перепели (в окремих районах), конина (виготовлення ковбаси «кази».

Специфічна первинна й термічне обробляння деяких продуктів: для багатьох страв м'ясо не обвалюють; для приготування перших страв м'ясо нарубують із кістками й обсмажують (коричневий колір, своєрідний смак); у сільськогосподарської птиці до або після термічного обробляння знімають шкіру; рибу, м'ясо, овочі обсмажують у великій кількості розжареного жиру; бавовняну олію попередньо просмажують до димоутворення з додаванням ріпчастої цибулі цілими головками (для ароматизації), м'ясних кісток; у ріпчастої цибулі кореневище вирізують конусом; картоплю й моркву для перших страв варять цілими.

Перші страви та салати заправляють переважно свіжими помідорами, сюзьмою, катиком, каймаком, курутом, чаккою. До других страв окремо подають: салати зі свіжих овочів, зерна граната, ревінь, редьку.

Особливістю таджицької кухні є напіврідка консистенція других страв; велика кількість м'ясного соусу «важа»; густа консистенція перших страв.

Туркменська кулінарна етнологія

Особливості туркменської кухні – основні продукти харчування: м'ясо (баранина), молоко та властиві м'ясні страви з натурального м'яса, без використання інших продуктів або гарнірів.

Способи приготування м'яса: обсмажування у власному жиру

невеликими шматками з подальшим тушкуванням у глиняному посуді – говурма; над розжареним вугіллям (кебаби, кулі, м'ясо молодих тварин); запікання м'яса в спеціальних печах – тандитах.

Висушування м'яса на повітрі під пекучим сонцем. Великі шматки м'яса разом із кісткою настромлюють на вістря високої жердини й залишають так на декілька днів. В'ялено-сушене м'ясо називається «качмач».

Сучасна туркменська кухня застосовує поєднання м'яса з іншими продуктами: страви м'ясо-борошняні, м'ясо-круп'яні, м'ясо-овочеві

Овочі: редька, гарбуз, морква; бобові: квасоля, маш, горох; прянощі: цибуля, червоний перець, м'ята перцева, петрушка, буж гун, часник, шафран посівний; велика кількість цибулі, зелені, спецій.

Приготування перших страв: традиційний прийом – м'ясо перед варінням спочатку обсмажують (суп ароматний, золотисто-коричневий колір супу). Напій – чай зелений (чек-чек), чорний байховий з молоком верблюдихи (гора чай).

2. Основні види сировини, спецій та харчових продуктів, особливості їх використання

Казахи вживають в їжу: м'ясо – конину, баранину, яловичину; крупи – рис; молочні продукти – молоко кобиляче, коров'яче, верблюдяче, овече та молочнокислі продукти (кумис, скороспілі сири), айран, сметану; овочі – помідори свіжі, часник, огірки свіжі, огірки і помідори консервовані, цибулю ріпчасту; яйця; жири – тваринні, топлені харчові, жир сирець курдючний, олію рослинну, масло вершкове; прянощі – зелень кіндзи, петрушку, селеру, рейхан (васильки справжні); спеції – перець червоний мелений, часник, сіль.

Узбеки вживають в їжу: м'ясо – курятину, баранину, яловичину; крупи – рис; молоко і молочні продуктами – кисле молоко, ряжанка, кефір, сметану, каймак; рибу – річкову і озерну; бобові – квасолю, горох, нут, маш; жири – жир сирець баранячий і яловичий, масло вершкове, олію; прянощі й приправи, зелень –

перець червоний, перець чорний, сіль, зір, рейхан, кіндзу, крап, петрушку, зелену цибулю; овочі – картоплю, капусту; фрукти – айву, сливи, яблука, аличу, гранати, вишні.

Таджики вживають в їжу: м'ясо – баранину, козлятину, рідше кури, курчата, дичину (куріпки, перепели); рибу – обмежене використання; молочні продукти – катик, молоко, сметану; овочі – свіжі помідори, огірки свіжі, картоплю, моркву, редьку; жири – тваринний топлений (харчовий), маргарин; яйця курячі; спеції і прянощі – перець червоний, барбарис посівний, кріп, петрушку, зелену, щавель, шафран, м'яту перцеву, рейхан (васильок справній), цибулю ріпчасту.

Обід починається з чаю. Піали подають тацю із солодощами, фруктами, коржами. Потім в кесе подають суп, на великих круглих блюдах – другі страви.

Серед національного посуду: піали різноманітних розмірів, округлі блюда (другі страви). Салати з овочів – на великих круглих блюдах. Улюблений напій таджиків – чай зелений.

Туркмени вживають в їжу: м'ясо – баранину; крупи – рис; молочні продукти – молоко верблюже, бараняче, сири; овочі – редьку, помідори, гарбуз, моркву, крес-салат, помідори свіжі; бобові – квасолу, маш, горох; жири – тваринний топлений харчовий; приправи, спеції – м'яту перцеву, петрушку (зелень), хрін (корінь), кріп, майонез, часник, цибулю, сіль, шафран посівний; напій – чай зелений (чек чай), чорний байховий з молоком верблюжим (гора-чай).

3. Технологія приготування страв, кулінарних виробів та напоїв, особливості їх подавання

Касе з м'ясом _____

Плов бухарський без м'яса. Обчищену моркву, ріпчасту цибулю нарізують соломкою і пасерують у олії до напівготовності. Засипають у посуд попередньо замочений у холодній підсоленій воді рис, перебрані промиті родзинки, додають пасеровані коріння, зелень петрушки. Заливають гарячою водою, перемішують і варять при закритій кришці до готовності. (На 1 кг рису 1 л води). Подають плов гіркою у тарілці.

Салат із зеленої цибулі з гранатом _____

Ширчон В киплячу воду насипають зелений чай і продовжують кип'ятити 5 хв., потім додають молоко, доводять до кипіння, заправляють сіллю і вершковим маслом. Okремо подають солодощі.

Етлінан _____

4. Енотехнології в кулінарній етнології країн Центральної Азії. Еногастрономічні поєднання в меню

5. Асортимент страв, меню, режими харчування туристів країн Центральної Азії

Казахському народу властиві самобутнє мистецтво організації прийому і обслуговуванню гостей.

Пригощають кумисом, шубатом або айраном, чай з молоком або вершками. До чаю подають: баурсаки (шматочки дріжджового тіста, обсмажені в рослинній олії); варення; сухі і свіжі фрукти; горіхи, печиво, солодощі.

Потім подають закуски з конини і баранини. Замість хліба – коржі з пшеничного борошна. Режим харчування у кочівників – двічі на добу. На сніданок – чай. На вечерю – м'ясні страви. Асортимент м'ясних страв.

Питання для самоконтролю

1. Особливості режимів харчування населення країн Центральної Азії.
2. Рекомендації щодо організації харчування туристів з країн Центральної Азії.
3. Характеристика сировини та продуктів, які вживають в країнах Центральної Азії.
4. Порівняльна технологічна характеристика приготування страв казахської та туркменської кулінарії.
5. Асортимент страв із круп та виробів туркменської кулінарії.
6. Особливості технології приготування киргизьких напоїв: чай по-киргизькі, атканчал, бала.
7. Основні особливості приготування туркменських страв: суп-шура, мастава, чорба похуди, кюфта-шурпа, шурпа-маси.

ТЕМА 9. Кулінарна етнологія країн Близького та Середнього Сходу

1. Кулінарна етнологія країн Близького та Середнього Сходу (Єгипет, Алжир, Сирія, Ірак, Саудівська Аравія, Ліван, Лівія).

2. Основні види сировини, спецій та харчових продуктів, особливості їх використання.

3. Технологія приготування страв, кулінарних виробів та напоїв, особливості їх подавання.

4. Енотехнології в кулінарній етнології країн Близького та Середнього Сходу. Еногастрономічні поєднання в меню.

5. Асортимент страв, меню, режими харчування туристів країн Близького та Середнього Сходу.

Ключові слова: маца, топлений гусячий жир, фарширована щука, мандлех, плов, пахлава, кюфте, тамі, пастрома, берек, ракия, айран, шірпін-поло.

1. Кулінарна етнологія країн Близького та Середнього Сходу (Єгипет, Алжир, Сирія, Ірак, Саудівська Аравія, Ліван, Лівія), Арабські країни

Єгипетська кулінарна етнологія. У Єгипті дві кухні: у заможного населення – французька, італійська; у бідного – арабська (включає багато гострих страв, які не готують в інших країнах: Африки, Близького Сходу).

Характерна особливість національної кухні Єгипту: широке використання рису, бобів, баранини, козлятини, птиці, яєць; сир (схожий на бринзу); молочнокислі продукти.

Багато страв готують з риби. Свинина не вживається. Єгиптяни їдять багато хліба: кукурудзяного, пшеничного, з сорго (африканське просо). Також їдять овочеві страви. Рис використовують як: гарнір або основну частину.

Улюблені страви з рису – «розетте»; червоні боби, тушковані з лимоном, олією та ячною крупою – «фуя медомес»; суп на основі бульйону з жирної гуски «яль молокхее», приправлений травами,

підсмаженим часником і меленим коріандром. Подають з рисом.

Великою популярністю користуються: креветки; «бабаб» – солодка страва, яку подають прямо на вулиці, як у Парижі – смажені каштани; їжа з картоплі; фініки; великі солодкі лимони; єгипетські тістечка «баклава», «канафа» (з мигдального тіста); лукум у цукрі.

Основний напій – чай. З холодних напоїв: фруктові соки з льодом, сік цукрової тростини. Після обіду обов'язково – солодкий чай з лимоном або молоком.

Алжирська кулінарна етнологія. В Алжирі переважає французька кухня. Африканська ж кухня характеризується широким використанням: баранини, різних овочів. Основний м'ясний продукт – баранина. Популярні страви з: яловичини, птиці, риби. В Алжирі їдять багато: помідорів, баклажанів, картоплі, цибулі, бобів, стручків молодого гороху. Олію використовують в основному оливкову. Цукор та мед використовують у солодкі страви. Фрукти: виноград, черешня, абрикоси, персики, груші, апельсини, мандарини (збирають цілий рік), чорнослив (вирощують у великій кількості), фініки (не поступають італійські).

Сирійська, Ліванська, Йорданська кулінарна етнологія. Перевага надається: баранині (варять, тушкують, смажать – особливо на рожні), яловичині (рідко). Фініки займають важливе місце і вважаються найкращими в світі. Столовий напій «Арак» (виноградне вино) подається як столовий напій. З гарячих напоїв вживають міцний чай. Сезамовим маслом заправляють майже всі овочі, які подають з цибулею і часником. Їжу запивають – кислим молоком (замінує воду під час приготування рагу, фаршированого гарбуза), кефіром. Свинину їдять тільки християни і тільки в зимові місяці. Птиця є досить розповсюдженою. Основою більшості страв є фарш з баранини і рису.

Кулінарна етнологія Саудівської Аравії, Народно-демократичної республіки Йемен. Білки м'яса, торкаючись з розігрітою до 300°C поверхні сковорідки, згортаються і утворюють скоринку, утримуючи в продукті м'ясний сік. Від цього страва відрізняється особливою ніжністю і соковитістю

Особливість кухні Саудівської Аравії – обробка багатьох м'ясних страв без використання жиру. Яловичина вживається менше. Зовсім не вживається свинина. Дуже популярний – фарширований баранчик на шпажці

Переважають чотири компоненти: хліб, рис (національний продукт Аравії), банани, фініки. Відмінна особливість арабської кухні – широке використання прянощів: цибулі, часнику, перцю, кориці, ароматичних трав. Оливкова олія – для приготування страв

Пшенична і кукурудзяна каші «бургуль» (в Саудівській Аравії їх поливають кислим молоком). Каша з борошна, змішаного з оливковою олією, стручковим перцем.

Фініки – улюблений фрукт в Саудівській Аравії (його сушать, в'ялять, готують з них пасту, яку змішують з ячмінним або іншим борошном).

З гарячих напоїв переважає кава (сорт мокко), яку п'ють без цукру, але з прянощами (гвоздиною, кардамоном) або з корінням артишоку. Розповсюджений чай. Алкогольні напої не вживаються.

Складовою їжі йеменців є «хельба» – гострий соус з червоного перцю, гірчиці, ароматної трави. Популярна страва – молода баранина фарширована родзинками, мигдалем, прянощами

Святковий обід починається кавуном або кавою.

Потім подають «бінтас сахі» - солодке тісто залити розтоплене масло і медом. Після баранини подають відварене м'ясо з соусом «хельба». Завершується трапеза бульйоном.

Кава вживається мало. Національний напій – чіпер (відвар кавового лущиння). Заварюють каву в невеликому глиняному глечуку. В чашки кладуть цукор та інколи прянощі

Полюбляють: сир (типу бринзи), молочнокислі продукти, овочі, оливки, фрукти (свіжі і консервовані), солодощі турецького виробництва. Хліб білий (частіше у вигляді паляниці).

Кулінарна етнологія країн Сирії, Лівану, Йорданії. Перевага надається баранині. Її варять, тушкують, смажать. Розповсюджена – птиця. Останнім часом вживається свинина (особливо смажена на рожні). Християни їдять свинину (але тільки взимку).

Основа більшості страв – фарш у складі баранини і рису. Кисле молоко замінює воду під час приготування: рагу, фаршированого гарбуза. Їжу в більшості запивають: кефіром, кислим молоком.

Овочі, які подають з цибулею і часником, заправлені майонезом. Серед фруктів популярні фініки

Як столовий напій вживають «Драк» – вино (грядне вино). З гарячих напоїв – чай

Кулінарна етнологія Ізраїлю. Стародавня єврейська кулінарія дотримується багатьох релігійних пересторог. Релігійні канони диктували: тільки суворо визначені товари; способи приготування їжі.

Наприклад, прісний сухий коржик випікають з тіста (борошно, вода). Забороняється вживати: м'ясо разом з молочними продуктами; кров і вироби з неї

У єврейській кухні використовується багато тваринних білків (риба, яйця, домашня птиця, телятина, баранина). Найчастіше готують м'ясо-кісткові бульйони з яловичини, птиці. Варене м'ясо з бульйонів використовують для других страв. Бульйони подають з пельменями, галушками

Овочі використовують у єврейській кухні мало: тушковані морква, картопля з сушеними фруктами; бурякові запіканки

Суботній хліб – холлах. Готують з пшеничного борошна, яєць і посипають маком

Перевага надається жирам тваринного походження: вершковому маслу, гусячому та курячому жиру. Широко застосовуються легкозасвоювані вуглеводи: цукор, мед, здобні вироби з борошна

Кулінарні традиції кожної сім'ї в Ізраїлі відображають традиції тієї країни, з якої вона прибула польські євреї готують: жирний бульйон з галушками, солоні оселедці, печінку з цибулею і круто звареними яйцями; румунську мамалигу. Риба є обов'язковою стравою на суботньому столі.

Широко використовують: рибу, тушковану з овочами; рибу фаршировану (щуку, ляща, коропа). Жир топлений: яловичий,

гусячий (використовують для страв з яловичини).

Кулінарна етнологія Туреччини. Турецька кухня отримала широке поширення не тільки на Близькому Сході, а й по всьому світу.

Особливо популярні: печеня, плов, пастрома. Пастрома – яловичина, приправлена червоним перцем і висушена на сонці. Її вживають влітку, на початку осені

Алкогольні напої споживають в Туреччині дуже рідко. Ракія – продукт перегонки виноградного і сливового соку, ароматизованого ананасом

Багато східної кухні, особливо проявляється в: овочевих стравах (рагу); страві «берек» – листкове тісто, фаршироване сиром з сметаною і меленим м'ясом

З безалкогольних напоїв – кефір (айран), збивають до зникнення згустків солять і охолоджують. Кава по-турецьки – спосіб приготування отримав світову славу

Кулінарна етнологія Іраку. Основний продукт харчування – рис (плов). Багато страв нагадують страви кухонь: сирійської, ліванської (кебаб, баранчик на рожні, печеня (у печі).

Кухня Іраку гостра – багато перцю, цибулі, часнику, різних гострих і ароматичних коренів та зелені. Іракці дуже люблять рибу (особливо форель). Не вживають: свинину, заливну страву, алкогольні напої.

Великою популярністю користуються: солодкі страви з фруктами, тістечка, борошняні вироби, кисле молоко, кефір, сир.

Основний гарячий напій – чай. Хліб вживають, переважно, білий

Кулінарна етнологія Ірану. В Ірані всі страви кладуть одразу на стіл, щоб гості самі вирішили, у якому порядку вони будуть їх їсти. Іранці вживають: баранину, яловичину, козлятину, дичину. Майже не вживають свинину.

Особливості приготування м'яса: вимочують день у кефірі з цибулею і шафраном. Полюбляють м'ясо «кюфте» і «шамі» у вигляді фрикадельок

В Ірані їдять багато: риби (налічується більше 100 видів), овочі, гострі та ароматичні коріння.

Популярні страви: «шірпін-поло» – одають з куркою, приправами з шафрану, мигдалю, цукру; «чало-кебаб» – відварений у маслі рис з шматочками підсмаженого на рожні баранячого філе.

З перших страв популярний суп «аш» – входять рис, овочі, сир.

Не п'ють в країні алкогольні напої. Дуже люблять кефір та «дуг» – холодний збитий кефір.

На десерт вранці вживають: свіжі фрукти, цитрусові, виноград, компоти, киселі, муси, морозиво. Напої – чай з молоком та печивом. П'ють в широких п'ялах. На столі: спеції, фрукти, вода.

2. Основні види сировини, спецій та харчових продуктів, особливості їх використання

В Єгипті вживають в їжу: м'ясо – баранину, козлятину, птицю; рибу – в асортименті, морепродукти (креветки); молочні продукти – молоко, молочнокислі продукти, сири (бринза); борошно – кукурудзяне, пшеничне, з сорго (африканське просо); крупи – рис, ячна; бобові – червоні боби, горох; овочі – цибуля, морква, горошок зелений консервований; яйця і яйце продукти; жири – олія рафінована, масло вершкове; спеції, прянощі, ароматизовані трави – часник, коріандр, томат-пюре, петрушка, сіль, перець, кмин, лимон.

Алжирці вживають в їжу: м'ясо – баранину, яловичину, птицю; рибу – в асортименті; крупи – рис, пшоно, манну; овочі – помідори, баклажани, картоплю, цибулю, боби, стручки молодого гороху, картоплю; фрукти – виноград, черешня, абрикоси, персики, груші, апельсини, мандарини, чорнослив, фініки; жири – олія оливкова, масло вершкове, масло топлене; молочні продукти – молоко, сири; спеції, прянощі – перець чорний мелений, кориця.

Сирійці, ліванці, йорданці вживають в їжу: м'ясо – баранину, свинину (тільки християни); крупи – рис; молочні продукти – молоко, кефір, сметана; жири – оливкова олія, масло сезам; фрукти – фініки, виноград, апельсини; овочі – цибуля ріпчаста, часник, перець стручковий, солодкий перець, помідори, зелень; жири – масло вершкове, жир баранячий.

В Туреччині вживають в їжу: м'ясо – баранину, птицю, яловичину; рибу – в асортименті (в більшості рибу-меч); молочні продукти – молоко, молочнокислі продукти, сметану, сир; крупи – рис; овочі – моркву, петрушку, часник, цибулю, помідори; фрукти – персики, лимони, абрикоси, фініки, виноград, гранат, яблука; жири – олію рафіновану, масло вершкове; яйця; спеції, прянощі – цукор, сіль, перець чорний, червоний мелений.

Жителі Саудівської Аравії та народно-демократичної республіки Йемен вживають в їжу: м'ясо – яловичину; рибу – обмежено; молоко – кисле молоко; крупи – рис; овочі – картоплю, моркву, огірки, цибулю, кабачки, зелень кропу, петрушки, часнику, кавун, диню; жир – оливкову олію; фрукти – апельсини, лимони, фініки; спеції, прянощі, ароматичні трави – цибулю, часник, перець мелений (червоний, чорний), кислоту лимонну, цукор, сіль, гірчиця.

Іранці вживають в їжу: м'ясо – баранину; рибу – в асортименті (переважно форель); крупи – рис; молочні продукти – молоко, кисле молоко, кефір, сири, сметану; овочі – селеру, капусту (свіжу, квашену), цибулю; фрукти – в асортименті, фундук, мигдаль; жири – олію оливкову, масло вершкове; спеції, прянощі – цибулю, часник, гострі ароматичні корені, зелень, перець (чорний, червоний) мелений, сіль, цукор.

В Ізраїлі вживають в їжу: м'ясо – телятину, баранину, домашню птицю, яловичину; рибу – в асортименті, переважно щуку, ляща, коропа, тріску; молочні продукти – молоко, молочнокислі продукти, сири; крупи – рис; овочі – картоплю, цибулю ріпчасту, капусту білокачанну, моркву, буряки; фрукти – в асортименті; жири – топлений гусячий, яловичий жир; спеції, прянощі – сіль, перець чорний мелений, цукор.

3. Технологія приготування страв, кулінарних виробів та напоїв, особливості їх подавання

Яйця по-турецьки _____

Суп гороховий з вермішелью по-арабськи. В проціджений бульйон закладають перебраний цілий горох і варять до готовності. Потім додають вермішель, картоплю, нарізану кубиками, а після закипання – пасеровану цибулю з томатом. Перед подаванням додають товчений часник і посипають зеленню.

Мункачина (арабський салат) _____

Крем банановий. Яйця збивають і вводять їх в підсолене молоко додають банан, нарізані кружальцями або кубиками, дрібно нарізану цедру лимона, родзинки (без насіння) і варять суміш на водяній бані. Подають охолодженими.

4. Енотехнології в кулінарній етнології країн Близького та Середнього Сходу. Еногастрономічні поєднання в меню

В країнах Близького та Середнього Сходу мусульмани не п'ють алкогольні напої. Іракці і Іранці алкогольні напої вживають дуже рідко.

В Туреччині алкогольні напої споживають дуже рідко. Ракія – найпопулярніший напій.

В Сирії, Лівані, Йорданії вживають виноградне вино – Арак (подається як столовий напій).

5. Асортимент страв, меню, режими харчування туристів країн Близького та Середнього Сходу

Складаючи меню для туристів із арабських країн, потрібно враховувати, що араби-мусульмани не вживають свинину. Туристам рекомендується із холодних напоїв подавати соки, воду із медом, фруктову воду. Мінеральну воду тільки по проханню.

Із холодних закусок можна рекомендувати сир із зеленою цибулею; овочеві салати і вінегрети (заправлені рослинним і оливковим жиром); перець фарширований; овочеві консерви; смажену птицю (кури, індики); рибні консерви у маслі; рибу під маринадом

Із перших страв бульйони з: пиріжками, зеленим горошком, овочами, рисом; горохові супи; суп-харчо; суп-лапшу; супи-пюре із зеленим горошком, цвітної капусти; солодкі супи.

Із других страв смажену рибу, птицю, натуральні страви із баранини, козлятини; шашлики, рагу, котлети із баранини, козлятини; голубці у виноградних листах; фаршировані кабачки і помідори; овочеві котлети (морквяні, капустаєні).

Гарніри – картопля, рис, боби, квасоля, зелений горошок.

На десерт – компот із свіжих та консервованих фруктів; фруктові салати; свіжі фрукти; гарбузи, дині; желе із фруктів. Після обіду рекомендують міцний чай з лимоном, каву чорну.

ТЕМА 10. Кулінарна етнологія країн Північної Америки (Канада, Сполучені Штати Америки)

1. Кулінарна етнологія країн Північної Америки (Канада, Сполучені Штати Америки).
2. Основні види сировини, спецій та харчових продуктів, особливості їх використання.
3. Технологія приготування страв, кулінарних виробів та напоїв, особливості їх подавання.
4. Енотехнології в кулінарній етнології країн Північної Америки. Еногастрономічні поєднання в меню.
5. Асортимент страв, меню, режими харчування туристів країн Північної Америки.

Ключові слова: консерви, печінка тюленя, горб бізона, солодощі, борошняні вироби, листкові тістечка, індики, цесарки, гуси, качки, омари, устриці, паштет, харчові боби, кукурудза, правильне харчування, перероблені і збагачені продукти, тости.

1. Вплив релігійних та світських традицій на кулінарну етнологію країн Північної Америки (Канада, Сполучені Штати Америки)

Кулінарна технологія Сполучених Штатів Америки

Канада славиться пшеницею, салом, помідорами, чорницею. Кулінарія Канади розвивалась під впливом кухонь: індійської, французької, англійської, американської. Можна спробувати печінку тюленя, горб бізона, задню лапу ведмедя, хвіст бобра. Особливо характерно для канадської кухні є великий вибір солодощів, борошняних виробів (лишкові тістечка, сухарики, яблучні тістечка, яблука – сюрприз, ананасовий бісквіт, булочки).

М'ясо смажать, готують у вигляді рагу. Страви готують з риби: свіжої, мороженої, копченої, сушеної, консервованої. З морепродуктів: омарів, устриць, мідій, крабів, тощо.

Популярні: овочі (квашені, мариновані), фрукти (в асортименті, салати з них), холодне м'ясо, паштет, фаршировані яйця.

Салати канадців – оригінальні. Салат із: селери, сиру, фруктів, помідорів. Заправляють майонезом, салатною заправкою. Змішують у різних пропорціях: селеру, сливи, фініки, фрикадельки домашнього приготування, сир, яблука, цибулю, стручковий перець (зелений і червоний).

Канадським індіям відома кукурудза – завезена із Мексики. Із неї готують кашу «саганіні» – подрібнені зерна, зварені на воді з шматочками м'яса, риби. Хліб вживають в дуже обмеженій кількості.

Традиційний канадський напій – пиво. Крім того, п'ють вино (біле, рожеве, червоне).

Кулінарна технологія Сполучених Штатів Америки

Основними принципами американської кухні є: гігієна і спрощеність. Основною особливістю американської кулінарії є те, що майже всі продукти підлягають переробці, збагаченню: кава у вигляді пудри; борошна, збагаченого вітамінами; страви розмелені; овочі й фрукти протягом року в банках або замороженими

Американці вживають усі види м'яса, птицю, багато свіжих і сухих овочів. Поширені страви із квасолі, картоплі, помідорів, селери, тощо.

Шедевром американської кухні вважаються салати – на одній тарілці розміщують шматочки груш, персиків або ягід, салат-латук, тоненькі шматочки бекону, помідори, шербет із малини, сир.

До салатів подають приправи у склянках одночасно солоні, солодкі, гострі.

Дуже поширені і популярні різні соуси: майонез з добавками цибулі і перцю; грибів; яблук; желе із м'яти

Люблять солодощі: цукерки – збагачені вітамінами, мінеральними солями (друкуються на обгортках); тістечка; печиво.

Солодкі страви і вироби: фруктові салати, пудинги, вафлі, оладки, тістечка, торти, солодкі десертні соуси.

В США п'ють багато кави. Кава є складовою частиною компонентного прийому їжі (солодкої і менш підсмаженої). Деякі американці надають перевагу: чаю, молоку, тонізуючим напоям, кока-колі, пепсі-колі або пиву. Люблять (як англійці) віскі, п'ють:

чистим, розведеним водою, льодом.

2. Основні види сировини, спецій та харчових продуктів, особливості їх використання

Канадці вживають в їжу: м'ясо – яловичину, баранину, свинину, телятину, птицю, дичину; рибу – в асортименті (до 60 видів), морепродукти в асортименті – омари, устриці, мідії, краби; овочі – свіжі, квашені, мариновані (цибулю, моркву, огірки, помідори, картоплю); молочні продукти – молоко, вершки, сметану, молочно – кислі продукти; овочі – свіжі і сухі (картоплю, цибулі, селеру, перець солодкий, помідори, огірки, салат-латук, капусту, моркву, буряк); фрукти – груші, персики, яблука, банани, сливи; жири – маргарин, масло вершкове, олію рослинну, масло арахісу; спеції, прянощі – цукор, сіль, цедра лимона, перець червоний, чорний м'ята; соус – майонез.

Жителі Сполучених Штатів Америки вживають в їжу: м'ясо – яловичину, телятину, свинину, птицю(кури, індичку); молочні продукти – молоко, кисломолочні продукти, вершки, сметану, сири в асортименті; крупи – в асортименті; рибу – в асортименті; морепродукти – лангусти, устриці, креветки, омари, яйця і яйцепродукти; жири – масло вершкове, олію; спеції, прянощі – сіль, цукор, перець мелений (чорний, червоний), мускатний горіх, зелень петрушки, лавровий лист, перець горошком, гвоздика.

3. Технологія приготування страв, кулінарних виробів та напоїв, особливості їх подавання

Салат рибний по-канадські. Рибу відварюють у невеликій кількості підсоленої води з овочами на слабкому вогні, виймають, знімають з неї шкіру, нарізають скибочками і охолоджують. Змішують нарізані яблука, свіжі огірки, селеру, петрушку, майонез, солять, кладуть рибу, все обережно перемішують, викладають гіркою, посипають зеленню петрушки і січеними яйцями, прикрашають

листами салату.

Лосось в овочевому соусі _____

4. Енотехнології в кулінарній етнології країн Північної Америки. Еногастрономічні поєднання в меню

До страв із дичини під густим соусом, м'ясо тушковане, фаршированих індиків подають кисло-солодке червоне вино з високим вмістом танінів.

До страв: риба смажена, риба варена, молюски варені, а також до страв індійської кухні підходить сухе натуральне біле вино.

До устриць, копченої риби – сухі ігристі вина.

5. Асортимент страв, меню, режими харчування туристів країн Північної Америки

Страви і напої, які можна рекомендувати туристам із Канади. Меню сніданку включають фрукти і чай або чорну каву. В меню полуденка і обіду обов'язково входить міцний чай з молоком, вершками. Другі страви готують з яловичини; телятини; птиці; дичини; баранини; риби; овочів; яєць. До м'ясних страв подають овочеві гарніри, картоплю фрі.

ТЕМА 11. Кулінарна етнологія країн Центральної Америки (Мексика, Куба, Сальвадор, Еквадор)

1. Кулінарна етнологія країн Центральної Америки (Мексика, Куба, Сальвадор, Еквадор).

2. Основні види сировини, спецій та харчових продуктів, особливості їх використання.

3. Технологія приготування страв, кулінарних виробів та напоїв, особливості їх подавання.

4. Енотехнології в кулінарній етнології країн Центральної Америки. Еногастрономічні поєднання в меню.

5. Асортимент страв, меню, режими харчування туристів країн Центральної Америки.

Ключові слова: кукурудзяні пластівці, бекон, кактуси, свинячий жир, пюльк, шоколад, фіолетова кукурудза, чорна квасоля.

1. Кулінарна етнологія країн Центральної Америки (Мексика, Куба, Сальвадор, Еквадор)

Кулінарна етнологія Мексики

Відмінною особливістю кухні Мексики від інших кухонь Центральної Америки є використання великої кількості прянощів. Основний продукт – кукурудза

У Мексиці готують два види супів, які користуються попитом: рідкий – їдять ложкою; густий – виделкою (варять довго м'ясо, додають макарони, рис)

Жодний святковий обід не обходиться без індички. Вживають в Мексиці яловичину, свинину, телятину, з птиці – качки, індички.

Широко застосовують оливкову олію та страви готують на свинячому жирі. У мексиканській кухні багато страв з картоплі, за виключенням смаженої. Сири їдять із козячого молока (гарного і специфічного смаку).

Важливе місце в мексиканському десерті займають фруктові желе. Виноград вживають у великій кількості протягом усього року.

З безалкогольних напоїв розповсюджений напій – заварка з листового чаю. Найбільш розповсюджений чай з листя апельсину, кориці. В Мексиці п'ють «пюльк» (алкогольний напій молочного кольору з кактуса і манго) і пиво.

Шоколад, батьківщина, якого є Мексика, готують трьома способами: по-французькі (з молоком); по-іспанські (дуже густим); по-мексиканські (менш густим).

Кубинська кулінарна етнологія

Кубинська кулінарна етнологія складається із страв іспанського походження та багатьох національних страв. Використовують для приготування перець чорний і червоний, перець стручковий червоний і зелений, порошок «каррі», лавровий лист, кориця, часник, томат-пюре, лимонний сік, майонез, маслини.

Люблять: кукурудзу, тушковані яловичину, свинину, птицю, квасолю. М'ясні та рибні страви гарнірують овочами: помідорами; огірками; стручковим перцем; зеленим горошком; картоплею. Кубинці комбінують рис з сирною квасолею, заправляють цибулею, часником, шматочками шинки

Куба – країна фруктів. Готують різні салати з додаванням: яблук, ананасів, бананів, винограду, заливають їх майонезом. Також використовують зелені банани. Їх варять, відбивають і їдять на десерт. Їдять дуже багато: апельсин, груш, лимонів.

Кубинці люблять пиво і ром. З гарячих напоїв п'ють – каву, з холодних – мінеральну воду і соки.

Сальвадорська кулінарна етнологія

Страви сальвадорської кухні відрізняються гострим смаком. Використовується велика кількість прянощів.

Найбільш улюблена страва – страва з чорної квасолі.

В Сальвадорі широко вживаються два види бананів: «платано» – великий вид бананів; «кіпес» – дуже маленький

Розповсюджена страва – густий суп з кукурудзи.

Кулінарна етнологія Еквадору

Еквадорська кухня – це смачні і гострі супи; широке використання кукурудзи та прянощів.

Розповсюджені супи: з яловичих ніжок; «тимбушка» – суп, що вміщує відварену цілу картоплю, капусту, соус із зелених горіхів; «самконо» – яловичий або курячий бульйон з картоплею і петрушкою; суп з подрібнених зерен рису.

Найбільш популярна страва з кукурудзи «шоклотанда» – пиріг з кукурудзяного борошна, молока, сиру. Ріжуть на шматки, загортають в листя кукурудзи і так подають.

2. Основні види сировини, спецій та харчових продуктів, особливості їх використання

Мексиканці вживають в їжу: м'ясо – яловичину, телятину, свинину, баранину, птицю (індичку, качку), субпродукти; рибу і морепродукти – в асортименті; крупи – кукурудзяну, рисову; молочні продукти – молоко (козяче), кисломолочні продукти, вершки, сметану, сири; овочі – солодкий перець, цибулю, салат, помідори, селеру, диню, картоплю; фрукти – банани, виноград; жири – свинячий жир, оливкова олія, масло вершкове; спеції, прянощі – сіль, оцет, цукор, перець «чілі», кориця, аніс, перець червоний стручковий

Кубинці вживають в їжу: м'ясо – яловичину, свинину, сільськогосподарську птицю; рибу, морепродукти – в асортименті; молочні продукти – молоко, молочнокислі продукти, сметану, вершки; крупи – рис; бобові – квасолі; овочі – цибулю ріпчасту, часник, картоплю, помідори, огірки, стручковий перець, зелений горошок, цибулю зелену; фрукти – апельсини, лимони, груші, яблука, банани, виноград; жири – сало топлене, масло вершкове; спеції, прянощі – сіль, цукор, стручковий перець чорний, червоний, зелений, порошок «каррі», лавровий лист, кориця, часник, томат-пюре, лимонний сік, листя розмарину, майонез, маслини.

Сальвадорці вживають в їжу: м'ясо – свинину, яловичину, птицю (кури); рибу, морепродукти – в асортименті; молочні продукти

– молоко, молочнокислі продукти, бринзу, сири; *круп*и – кукурудзяну; бобові – квасолі; овочі – цибулю ріпчасту, помідори, картоплю, перець солодкий; фрукти – банани; спеції, прянощі – цукор, сіль, перець мелений чорний, гострий перець; жири – свинячий, олію, масло вершкове.

Еквадорці вживають в їжу: м'ясо – яловичину, свинину, сільськогосподарську птицю; рибу, морепродукти – в асортименті (тріску, севище тощо); крупы – кукурудзяну, рисову, ячмінну; молочні продукти – молоко, кисломолочні продукти, сири; бобові – квасолі, горох, боби свіжі зелені; овочі – капусту, картоплю, моркву, помідори, огірки, цибулю ріпчасту, петрушку, кріп; жири – оливкову олію, масло вершкове; спеції, прянощі – сіль, цукор, лавровий лист, перець горошком, петрушку, кріп, маслини.

3. Технологія приготування страв, кулінарних виробів та напоїв, особливості їх подавання

Салат рибний по-канадські _____

Курча по-королівські. Зелений перець ріжуть соломкою і тушкують у вершковому маслі на слабкому вогні, додають нарізані скибочками білі гриби, солять і тушкують до готовності. Вливають вершки, дають їм закипіти, кладуть нарізану вузькими смужками відварену курячу грудинку без шкіри, заправляють страву червоним перцем. Сирий яєчний жовток розтирають з білим вином і поливають ним підготовлену страву. На гарнір подають відварений розсипчастий рис.

Яблучний пиріг. Замішують пісочне тісто, ділять на дві частини, розкачують у вигляді круга. На одну половину кладуть начинку, накривають другою половиною тіста і ретельно з'єднують краї. Роблять декілька проколів і випікають до готовності. Збивають білки

з цукром, змащують поверхню пирога, викладають ядра горіхів і ставлять у пароконвектомат на 2-3 хв. Охолоджують.

Біфштекс по-чиказькі _____

4. Енотехнології в кулінарній етнології країн Центральної Америки. Еногастрономічні поєднання в меню

5. Асортимент страв, меню, режими харчування туристів країн Центральної Америки

Складаючи меню для туристів з Сполучених Штатів Америки потрібно враховувати про особливості режиму їх харчування

Сніданок американців – сік, великий типовий американський пончик, кукурудзяні пластівці, яйця, бекон, тости, каву з вершками

Ланч – сандвіча із декількох шарів або бутерброда з парою сосисок або січеного біфштекса зі смаженою картоплею. І все це запивається стаканом какао.

Вживання їжі ввечері інколи обмежене коктейлю і різноманітних закусок; маленьких пиріжків з: анчоусами, сосисками, копченою рибою; різних «канапе» на паличці; шматочків сирих

овочів: капусти, моркви, які вмочують в гострий соус «каррі», томатний, яблучний і сливовий соуси.

Супи подають частіше всього на вечерю. Устриці, креветки, лангусти, омари свіжі мариновані консервовані займають велике місце, особливо в прибережних районах.

З напоїв: кава солодка і менш підсмажена, чай, молоко, тонізуючі напої (кока-кола, пепсі-кола), пиво.

Для туристів з Мексики сніданок складається з шматочка солодкої дині; кави з молоком; булочки з маслом.

Обід – щільний й багатий стравами (м'ясними, рибними, овочевими).

Вечеря – щільна. Порції повинні бути великими, по 350-500 г

ТЕМА 12. Кулінарна етнологія країн Південної Америки (Бразилія, Венесуела, Колумбія, Чилі, Аргентина)

1. Кулінарна етнологія країн Південної Америки (Бразилія, Венесуела, Колумбія, Чилі, Аргентина).

2. Основні види сировини, спецій та харчових продуктів, особливості їх використання.

3. Технологія приготування страв, кулінарних виробів та напоїв, особливості їх подавання.

4. Енотехнології в кулінарній етнології країн Південної Америки. Еногастрономічні поєднання в меню.

5. Асортимент страв, меню, режими харчування туристів країн Південної Америки.

Ключові слова: черепаховий жир, черепахові яйця, кокосовий горох, цукрова тростина, мате, какао, ервідо, аллака – м'ясо зелених черепах, кокун, рекуело, печеня з яловичини, желе з айви.

1. Кулінарна етнологія країн Південної Америки (Бразилія, Венесуела, Колумбія, Чилі, Аргентина)

Кулінарна етнологія Бразилії. Бразильська кулінарна етнологія характерна різноманітними смачними стравами із м'яса (свинини, козлятини, баранини), риби (майже всі види).

В Бразилії поширені такі національні страви з м'яса: мавп, крокодила, водяних змій. На Амазонці використовують черепаховий жир і яйця (тільки жовті). Страви, гострі з великою кількістю приправ. Цукор із власної цукрової тростини використовують для приготування десертів.

Вина у Бразилії завозять з: Франції, Португалії, Італії, Іспанії. У пошані: пиво, фруктові соки, слабоалкогольні напої власного приготування. Популярний національний напій – «мате», приготовлений із листя дерева плаке.

Його п'ють через трубочку на сімейних урочистостях; дружніх зустрічах; під час ділових переговорів.

За виробництвом какао Бразилія займає одне з перших місць у світі. Бразилія є основним світовим виробником кави. Напій із кави

вживається в будь-який час обіду і вечері. Подається в маленьких чашках.

Венесуельська кулінарна етнологія. Кулінарна етнологія Венесуели схожа з кухнею Бразилії. Із м'яса більше всього розповсюджені яловичина і свинина.

Перші страви, як і в інших латиноамериканських країнах, споживають обмежено. Із закусок овочі в натуральному вигляді (особливо помідори); червоний перець; червона квасоля; овочеві салати; краби; креветки; телятина; сирокочена ковбаса.

Найбільш поширена венесуельська страва «*ервідо*» – овочевий суп з яловичини і птиці.

Популярні страви. «*Аллаха*» – пироги з кукурудзяного борошна з м'ясом телятини і виноградом, крутими яйцями, загорнуті в листя бананів; страви із червоної квасолі «*карати*».

М'ясо земляних черепах смажать, готують у вигляді рагу, із маніюки – великі тонкі хрусткі галети («казабе»); з кукурудзяного борошна випікають млинці «кашана», хліб «арепа». Обіди і вечері завершуються завжди чорною кавою – національним напоєм всіх латиноамериканських країн.

Із спиртних напоїв вживають: «кокун», міцністю 56°C; «рекуело», міцністю 62°C. Одержують їх із кактуса.

Колумбійська кулінарна етнологія. Для колумбійської кулінарної етнології характерна велика кількість супів, заправлених різними травами та страв з бананів (шести видів)

Супи. Картопляний суп. В курячий бульйон засипають порцію картоплі і розварюють її до утворення пюре. Потім додають нарізану скибочками картоплю, заправляють суп травою, що за смаком нагадує м'яту.

На тихоокеанському узбережжі користується попитом «сапкомо-суп», основним компонентом якого є один із шести сортів зеленого банану, який відрізняється борошняністю (замінює картоплю).

У Колумбії їдять: яйця ігуани (великої ящірки), смажених термітів (великих і соковитих), їх вживають з аперитивами замість

маслин або солоних горішків.

Із алкогольних напоїв у Колумбії популярний ром.

Чилійська кулінарна етнологія Чилійська кулінарна етнологія є найбільш оригінальною на Сході Америки.

Особливості кухні: приготування різноманітних страв з риби, лангустів, мідій, креветок, морських водоростей; надмірність страв з квасолі і цибулі.

Основою багатьох страв є «Шаркун» – в'ялене м'ясо, мелене або нарізане широкими смужками.

Солодощі. Улюбленими є торти, великі тістечка, приготовлені з цукром, горіхами, варенням, молоком, жовтками, густим пальмовим медом.

Аргентинська кулінарна етнологія. Аргентина – країна скотарства. Яловичину споживають у великій кількості. Основні страви країн: «біфе» – біфштекс і «кюрреско» – печеня з яловичини. За способом приготування багатьох м'ясних страв кухня Аргентини нагадує кухню народів Кавказу. Національна страва Аргентини – «Щокло» (ніжний качан кукурудзи). З овочів найбільше цінується солодкий батат. Аргентина виготовляє багато сиру – французькі, швейцарські, італійські, англійські. А також аргентинські: тафі, тандія, кесілло.

Популярний десерт, як європейський, так і національний – «желе з айви». Готують із листя дерева плакс. Національний напій Аргентини «мате».

Вина користуються хорошою репутацією за своїми якостями і стоять в одному ряду з винами Каліфорнії (США). Пиво – улюблений напій в Аргентині. Пивоварні, створені емігрантами, пропонують майже всі сорти європейського пива.

2. Основні види сировини, спецій та харчових продуктів, особливості їх використання

Бразильці вживають в їжу. М'ясо – яловичину, телятину, свинину, козлятину, баранину, сільськогосподарському птицю, м'ясо мавпи, м'ясо крокодила; рибу, морепродукти – в асортименті; крупи –

рис; молочні продукти – молоко, молочнокислі продукти, вершки, сметану; бобові – квасолі; яйця і яйце продукти; овочі – в асортименті; фрукти – банани, ананаси, лимони; кавові продукти; жири – олія оливкову, черепаховий жир; спеції, прянощі – сіль, цукор, лимонний сік, перець чорний, лавровий лист.

Венесуельці вживають в їжу. М'ясо – яловичину, свинину, телятину, сільськогосподарську птицю; рибу, морепродукти – асортименті; крупи – рис, кукурудза; молочні продукти – молоко, молочнокислі продукти, сметану, вершки; жири – олію оливкову, масло вершкове; спеції, прянощі – червоний перець горошком, перець стручковий зелений; сіль, цукор, лавровий лист, зелень петрушки; овочі – цибулю ріпчасту, цибуля-порей, картоплю, моркву, буряк, помідори (найбільш поширені); бобові – червону квасолі; фрукти – тропічні.

Колумбійці вживають в їжу. Крупи – рис; молочні продукти – молоко, молочнокислі продукти, сири в асортименті; м'ясо – баранину, птицю (кури); рибу, морепродукти – в асортименті; жири – олію оливкову, масло вершкове; спеції, прянощі – сіль, цукор, перець чорний мелений; овочі – цибулю, моркву, картоплю; фрукти – лимони, банани; яйця – курячі, ігуани.

Аргентинці вживають в їжу. М'ясо – баранину, яловичину; рибу, морепродукти – в асортименті; крупи – рис, кукурудзу; молочні продукти – молоко, молочнокислі продукти; фрукти – банани, персики, авокадо, карамболь, ананаси; овочі – помідори, цибулю ріпчасту, помідори, капусту білоголову; жири – олію рослинну, масло вершкове.

3. Технологія приготування страв, кулінарних виробів та напоїв, особливості їх подавання

Салат бразильський _____

Карбонадо аргентинська. Ріпчасту цибулю шинкують півкільцями, помідори нарізують скибочки, м'ясо – кубиками. Підготовлені продукти смажать на вершковому маслі 5 хв., додають бульйон, сіль, перець і тушкують під кришкою протягом 60 хв. Потім кладуть картоплю, груші, нарізані скибочками, і тушкують ще 15 хв. За 5 хв. до готовності додають родзинки без кісточок.

Картопля по-перуанські _____

Курка в зеленому соусі. Зерна гарбуза обчищають, смажать і пропускають через м'ясорубку. Стручки зеленого перцю, обчищені від зерен, листя салату, дрібно нарізають і смажать в оливковій олії, додають бульйон, кладуть подрібнені зерна гарбуза, нарізану на порційні шматки курку і тушкують до готовності. Доводять до смаку.

4. Енотехнології в кулінарній етнології країн Південної Америки. Еногастрономічні поєднання в меню

В Бразилії до страв пропонують вина з Франції, Португалії, Іспанії. У Колумбії з алкогольних напоїв популярний ром. В Чилі вино є національним напоєм і вживається у будь-який час дня. У Венесуелі із спиртних напоїв вживають алкогольні напої: «кокун», міцністю 56°C, «рекуємо», міцністю 62°C, французький коньяк. В Аргентині вино супроводжує кожний прийом їжі.

5. Асортимент страв, меню, режими харчування туристів країн Південної Америки

Складаючи меню для туристів із Латинської Америки, необхідно пам'ятати про особливість режиму їх харчування: легкий сніданок, щільний і багатий обід та вечеря. М'ясо, як правило, повинно використовуватися тільки охолоджене або парне. Порції повинні бути

великими, по 350-500 г. Нирки (цілими), шматки (вагою по 100 г) печінки, яловичини, телятини, підсмажені на решітці і подають у вигляді гарячого асорті.

Із холодних закусок: масло вершкове з сиром; сирокочену ковбасу; салат зелений; салат із овочів; помідори (цілі); перець червоний солодкий; перець, фарширований овочами; краби; кури відварені; індичина смажена.

Із перших страв: бульйони з різними гарнірами; супи-пюре; борщі; розсольники; супи-харчо.

Із других страв: курчата-табака; котлети по-київськи; ростбіф; вирізку, підсмажену на вугіллі; біфштекс натуральний; шашлик; чахохбілі.

Гарніри: зелену стручкову квасоллю; кабачки; цвітну капусту; спаржу; моркву; буряк; шпинат; картоплю смажену або картопляне пюре. Із круп'яних гарнірів – розсипчастий рис.

На десерт: свіжі фрукти і ягоди, компоти із свіжих фруктів і ягід, пломбір, желе, муси, креми, солодкі пиріжки, тістечка, каву.

На сніданок рекомендується подавати каву з молоком (гаряче молоко окремо). Після обіду й вечері – чорну каву.

**ТЕМА 13. Кулінарна етнологія країн Африки
(Алжир, Марокко, Туніс, Ефіопія, країни побережжя
Атлантичного і Тихого океану)**

Ключові слова: оливкова олія, кускус, баранячий суп чорба, сферія, баранячі насінники, морська щука, страви з термітів, ящірок і змії, м'ясо верблюже, пальмове вино, смажені павуки і сарана, мелена кукурудза, яйця крокодила, черепахи і страуса, кокосові горіхи, арахіс.

1. Кулінарна етнологія країн Африки (Алжир, Марокко, Туніс, Ефіопія, країни побережжя Атлантичного і Тихого океану)

Кулінарна етнологія Алжиру. Характерним для африканської кухні є використання: баранини (основний м'ясний продукт, де більшість населення мусульмани), яловичини, птиці, риби.

На алжирську кулінарну етнологію вплинули кухні: французька (переважає); іспанська; італійська. Не вживається свинина!

Найбільш поширеною стравою в Алжирі є Кускус – готується із дробленого пшона. До готової каші подається: м'ясо із соусом (м'ясо домашньої птиці), яловичина, чотиринога дичина, м'ясо дикого кабана. В Алжирі їдять багато: помідорів, баклажанів, картоплі, цибулі, бобів, стручків молодого гороху.

У повсякденний раціон народу входять: баранячий суп чорба з овочами (з локшиною, з помідорами, ароматичними травами); сферія – страва з м'яса домашньої птиці з нутом.

Всі страви заправляють перцем і різними прянощами, оливковою олією. Солодкі страви готують з великою кількістю цукру і меду. Алжир – країна фруктів _____

Алжирці їдять білий хліб і п'ють фруктову воду (мінеральну подавати не рекомендується). Мусульмани не п'ють алкогольні напої. Алжир належить до числа найбільших виробників чудових сортових вин.

Кулінарна етнологія Тунісу. Особливість кухні Тунісу є вживання: риби, бобових, баранини, козлятини, птиці, яєць. Свинину не вживають. У Тунісі переважає не французька кухня, а арабська.

Хліб – пшеничний у вигляді паляниць. Багато страв готують на відкритому вогні. Характерний смак багатьом стравам надає оливкова олія і незвичайний аромат нуту.

Широко використовують: сири (схожі на бринзу), молочнокислі продукти, мигдаль, фініки, маслини, лимони, гранати.

З гарячих напоїв: чай (з м'яти), кава (в меншій кількості ніж чай). Із прохолоджених напоїв популярні: шербет, фруктові соки і холодна вода з льодом.

Найбільш улюблена страва – кускус (готують із манної крупи й картоплі, рідше із дробленого пшона). Кускус подається з пікантним соусом до м'яса молодого баранчика, птаха, яловичини

Таджінє – запечені овочі з м'ясом. Чакчука – гуляш з м'яса й овочів – готуються разом в одній каструлі. В Тунісі популярні страви з риби.

Кулінарна етнологія Марокко. В Марокко відчувається вплив французької кухні. З національних страв особливо популярні різноманітні страви із соусом з: риби, м'яса, птиці. Кус-кус – готують із манної крупи, баранини, птиці, гороху, родзинок. Заправляють соусом з цибулею і перцем.

Пастила – теплі пироги із начинкою з: голубів, птиці, мигдалю.

Страви з м'яса домашньої птиці подають до святкового столу. Велику кількість м'ясних страв смажать на відкритому вогні. Свинина не вживається. Її замінюють баранина і козлятина. Яловичину споживають незаможні верстви населення (дешевша баранина). В прибережних районах готують багато страв з риби (свіжої, солоної, в'яленої).

Для приготування гострих страв використовують: перець,

цибулю, часник, гострі й ароматичні корені, зелень.

Хліб пшеничний у вигляді круглої паляниці («лаваш» або «чурек») – у великій кількості. Солодкі страви з фруктів, борошняні вироби (тістечка з мигдального тіста), кисле молоко, кефір, сир. Чай і каву марокканці п'ють тільки міцними.

Список використаної літератури

1. Архіпов В. В. Організація ресторанного господарства. Київ : Центр учбової літератури, 2015. 280 с.
2. Байлік С. І., Писаревський І. М. Організація готельного господарства / Харків. нац. ун-т міськ. госп-ва ім. О. М. Бекетова. Харків : ХНУМГ ім. О. М. Бекетова, 2015. 329 с.
3. Дахно І. І., Тимофієв С. М. Країни світу : енциклопедичний словник. Київ : МАПА, 2011. 602 с.
4. Мальська М. П., Гаталяк О. М., Ганич Н. М. Ресторанна справа: технологія та організація обслуговування туристів (теорія та практика). Київ : Центр учбової літератури, 2013. 304 с.
5. Малюк Л. П., Варапаєв О. М., Цюлковська А. В. Сервісологія та сервісна діяльність. Харків : ХДУХТ, 2014. 211 с.
6. Михайлов В. М., Радченко Л. О., Новікова О. В. Технологія приготування їжі. Українська кухня. Харків : Світ книги, 2012. 537 с.
7. Неїленко С., Русавська В. Кулінарна етнологія. Київ : Ліра-К. 2020. 612 с.
8. Організація обслуговування в закладах ресторанного господарства : підручник / А. А. Мазаракі [та ін.], за заг. ред. Н. О. П'ятницької. 2 -ге вид., пероб. та допов. Київ : Центр навч. л-ри, 2011. 584 с.
9. Островська Г. Кухні народів світу. Тернопіль, 2018. 162 с.
10. Ощипок І. М., Пономарьов П. Х., Філь М. І. Кухні народів світу. Львів : Магнолія 2006, 2018. 248 с.
11. П'ятницька Г. Т. Менеджмент ресторанного господарства : навч. посіб. Київ : КНТЕУ, 2015. 430 с.
12. П'ятницька Г. Т. Ресторанне господарство України: ринкові трансформації, інноваційний розвиток, структурна переорієнтація. Київ : КНТЕУ, 2015. 465 с.
13. Ростовський В. Кухні народів світу. Київ : Кондор, 2016. 502 с.
14. Ростовський В. С., Шамян С. М. Барна справа. Київ : Центр учбової літератури, 2011. 395 с.
15. Русавська В. А. Гостинність в українській традиційній культурі. Київ : Ліра-К, 2016. 280 с.

16. Сало Я. М. Організація обслуговування населення на підприємствах ресторанного сервісу. Ресторанна справа : довідник офіціанта. Львів : Афіша, 2010. 304 с.

17. Шумило Г. І. Технологія приготування їжі. Київ : Кондор, 2012. 504 с.

НАВЧАЛЬНЕ ВИДАННЯ

КУЛІНАРНА ЕТНОЛОГІЯ

Методичні рекомендації

Укладачі: **Шевчук** Наталя Петрівна
Петрова Олена Іванівна

Формат 60×84 1/16 Ум. друк. арк. 8,87 .
Тираж 20 прим. Зам. № ____

Надруковано у видавничому відділі
Миколаївського національного аграрного університету
54020, м. Миколаїв, вул. Георгія Гонгадзе, 9
Свідоцтво суб'єкта видавничої справи ДК № 4490
від 20.02.2013 р.