

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
**«БЕЛГОРОДСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ  
ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»**  
( Н И У « Б е л Г У » )

ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ  
ИСТОРИКО-ФИЛОЛОГИЧЕСКИЙ ФАКУЛЬТЕТ  
КАФЕДРА ВСЕОБЩЕЙ ИСТОРИИ

**ТРАДИЦИОННОЕ ПИТАНИЕ НАСЕЛЕНИЯ  
ЮЖНОРУССКОГО РЕГИОНА**

Выпускная квалификационная работа  
обучающейся по направлению подготовки  
44.03.01 Педагогическое образование, профиль История  
заочной формы обучения, группы 02031252  
Лобановской Кристины Валерьевны

Научный руководитель:  
кандидат исторических наук, доцент  
Сарапулкин В.А.

БЕЛГОРОД 2017

## Оглавление

Введение.....	3
Глава 1. Продукты питания и кулинарии, спиртные напитки.....	3
1.1. Этнокультурные особенности южнорусского населения .....	10
1.2. Повседневные продукты питания .....	24
1.3. Праздничное меню .....	31
Глава 2. Порядок приема пищи и ритуалы .....	36
2.1. Режим питания .....	36
2.2. Организация застолья, процесс принятия пищи .....	44
2.3. Ритуалы праздничных застолий.....	52
Заключение .....	63
Список литературы .....	69

## Введение

**Актуальность темы исследования.** Традиции питания, как и любые другие традиции, соблюдаемые народом, характеризуют его как отдельную самостоятельную общность, отличную от остальных. В то же время анализ традиций может выявить такие компоненты, на основании которых можно установить связь определенного народа с другими этносами. Это в свою очередь поможет лучше понять закономерности и пути развития изучаемой этнической общности.

Питание как фактор, характеризующий определенную этническую группу, изучалось учеными-этнографами постоянно. Процесс питания с точки зрения физиологии человека также всесторонне исследовался учеными-биологами и медиками. Ученые-экономисты рассматривали проблемы питания с точки зрения организации производства продуктов питания, а ученые-аграрии – с точки зрения изготовления сырья для них. Вместе с тем понятия «питание», «пища» – это более многогранные категории и могут исследоваться в более широком контексте, учеными разных областей знания: как гуманитарного, так и социально-экономического.

Несмотря на важность изучения вопросов питания, на протяжении долгого времени эти проблемы, как и ряд других социальных явлений, не становились объектами исследования ученых. В период существования Советского государства, когда официальная идеология определяла приоритетными направления развития научных исследований, тема питания, продовольственного обеспечения попала в число, если не запрещенных тем, то не особо актуальных. Это объясняется в целом позицией государства относительно решения социальных вопросов в стране.

**Историография.** Некоторые исследователи считают, что среди всех традиций, сохраняемых отдельным этносом, традиции питания являются наиболее устойчивыми.

В настоящее время изучение вопросов питания ведется по всевозможным направлениям, разные исследователи анализируют различные аспекты этой проблемы.

Например, Забылин М.М. рассказывал о русском образе жизни, традициях и обычаях, систематизировал основные этнографические источники о русском народе. В своей патриархальной простоте наши предки довольствовались весьма немногим: полусырая пища, мясо, коренья и шкуры диких или домашних зверей удовлетворяли их нужды. Наши предки долго не знали роскоши; в XI ст. они питались еще просом, гречихой и молоком, потому же выучились готовить яства и прочее; и встарь отличались хлебосольством<sup>1</sup>.

Зеленин Д.К. считал что, изучая восточнославянскую этнографию, можно выделить два периода: 1) начальный этап этой науки и 2) период научного сбора материалов. Естественной границей между обоими периодами является 1847 год – год основания Русского географического общества, которое начало свою деятельность с систематического сбора этнографических материалов и разработало для этой цели специальную программу<sup>2</sup>.

В книге Шмелева М.Н. «Традиции и народное питание русских»<sup>3</sup> уделено особое внимание традициям питания русского народа. Обширная область народного питания до сих пор остается одной из наиболее выразительных сторон бытовой культуры русских. Несмотря на смену нескольких социально-экономических формаций, национальное своеобразие ей придают многочисленные и стойко сохраняющиеся на протяжении истории народа традиции. Основные формационные особенности питания, связанные главным образом с производством и распределением продовольствия, являются одним из жизненно важных факторов, влияющих

---

<sup>1</sup> Забылин М.М. Русский народ. Его обычаи, обряды, предания, суеверия и поэзия. В 4 ч. / Институт русской цивилизации. – М., 2014. – 516 с.

<sup>2</sup> Зеленин Д.К. Восточнославянская этнография. – М., 1991. – 126 с.

<sup>3</sup> Шмелева М.Н. Традиции и народное питание русских. – М., 1995 – 89 с.

на эту область народной культуры. Однако народные традиции, благодаря органически присущим им свойствам стабильности и изменчивости, продолжают сохраняться в постоянно меняющихся условиях, передаваясь из поколения в поколение либо в неизменном их виде, либо все в новых и новых вариантах, приспособленных к действительности.

Основные традиционные особенности пищи русских, как и других народов, восходят к глубокой древности. Формирование их в первую очередь связанное со специфической направленностью хозяйственной деятельности, во многом определяется природными условиями мест обитания этих народов. Как известно, хозяйство русских со времен средневековья характеризуется преобладанием зернового земледелия, развитием огородничества и дополняющего земледелие животноводства. Заметную роль вплоть до XIX века играл промысел рыбы, а также собирательство дикорастущих плодов, грибов и трав, а отчасти и охота на диких животных, которая с течением времени сильно сокращалась.

О традициях питания южнорусского народа было достаточно много сказано и в книге Сергеевой А.В. «Русские: стереотипы поведения, традиции, ментальность»<sup>4</sup>. В ее трудах особое внимание было уделено русской кухне. Она отмечает, что «Порою кухня говорит о народе больше, чем слова национального гимна. Самый короткий путь к пониманию чужой культуры (как и к сердцу мужчины) лежит через желудок. С уверенностью можно сказать, что настоящая русская кухня на Западе неизвестна. Многочисленные рестораны с русской кухней, модные в Западной Европе и Америке, как правило, сделаны «а ля рюсс» (за очень редким исключением). Там основная приправа к русскому обеду — это цыгане, балалайка, стопка водки, а на закуску пирожок или три пельменя, разумеется, за бешеные деньги. Такие рестораны лишней раз убеждают, что русскую кухню легче симулировать, чем реализовать. Как говорят острословы, Запад до сих пор не разобрался в русской душе потому, что не распробовал настоящей русской кухни».

---

<sup>4</sup> Сергеева А.В. Русские: стереотипы поведения, традиции, ментальность. – М., 2005 – 115 с.

В работах В.В. Похлебкина<sup>5</sup> и Н.И. Шангиной<sup>6</sup> освещены вопросы, посвященные традиции русского питания; обобщен положительный опыт народных традиций и обрядов – семейных, свадебных, хозяйственных, праздничных и игровых.

Н.И. Ковалев в своей работе отмечал, что русская национальная кухня прошла чрезвычайно длительный путь развития, отмеченный несколькими крупными этапами, каждый из которых оставил неизгладимый след. Древнерусская кухня, развивавшаяся с IX – X вв. и достигшая наибольшего расцвета в XV – XVI вв., хотя становление ее и охватывает огромный исторический период, характеризуется общими чертами, во многом сохранившимися и донныне.<sup>7</sup>

О традициях питания русского народа подробно написано в работах Л.Н. Чижиковой<sup>8</sup>, в трудах которой рассматривается специфика традиционной культуры. Этнографическая тематика представлена работами авторов А.А. Шахматовым, авторским коллективом под руководством В.В. Бунак и др.<sup>9</sup>

Б.Л. Смоленский и Л.В. Белова уделяли достаточно много внимания обрядам питания в мировых религиях; рассматривали запреты на питание.<sup>10</sup>

В исследовании Л.В. Милова были затронуты проблемы исследования производственных возможностей крестьянского хозяйства и его влияния на культуру питания<sup>11</sup>.

---

<sup>5</sup> Похлебкин В.В. Национальные кухни наших народов. Основное кулинарные направления, их история и особенности. Рецептура. – 2-е изд., перераб. и доп. – М., 1990. – С. 123.

<sup>6</sup> Шангина И.И. Русский народ. Будни и праздники. – СПб.: 2003. – 231 с.

<sup>7</sup> Ковалев Н.И. Рассказы о русской кухне. – М., 1984. – 168 с.

<sup>8</sup> Чижикова Л.Н. Этнокультурная история южнорусского населения // Этнографическое обозрение. – М., 1988. – 234 с.; Она же. Русско-украинское пограничье. История и судьбы традиционно-бытовой культуры. – М., 1988. – 317 с.

<sup>9</sup> Происхождение и этническая история русского народа по антропологическим данным // Труды Института этнографии. Новая серия / Отв. ред. В.В. Бунак. – М., 1965. – Т. 88. – 320 с.; Шахматов А.А. Очерки истории русской этнографии, фольклористики и антропологии. – М., 1988. – 116 с.; Энциклопедия обрядов и обычаев / под ред. Л.И. Брудная, З.М. Гуревич, О.Л. Дмитриева. – СПб.: , 1997. – 618 с.

<sup>10</sup> Смоленский Б.Л., Белова Л.В. Вера и питание: Обряды и народные традиции питания в мировых религиях. – СПб., 1994. – 168 с.

<sup>11</sup> Милов Л.В. Великорусский пахарь и особенности российского исторического процесса. – М., 1998 – 263 с.

Достаточно подробно рассматривается процесс принятия пищи и ритуалы в трудах А.К. Байбурина, А.И. Козлова, В.С. Михайлова и С.В. Поповой, которые затрагивали главные аспекты в традиционном питании и обрядах южнорусского региона.<sup>12</sup>

Более подробное исследование традиций питания южнорусского региона представлено в работах А.В. Аношина, В.С. Михайлова, Е.М. Величко, Л.Ф.Змеева, В.А. Липинской, В.В. Седова, А.И. Титюник и И.И. Шангиной В данных работах очень хорошо раскрыта тема режима питания и организации приема пищи.<sup>13</sup>

В.К. Абрамов, Е.А. Лысенкова, Н.Ф. Мокшин и М.Г. Якунчева затрагивают процессы развития этикета в питании Мордвы.<sup>14</sup>

Вопросы культуры питания рассматривали В.С. Михайлов в книге «Культура питания и здоровья семьи», С.В. Попова в книге «Обрядовая и праздничная культура питания русских»<sup>15</sup>.

Часть исследователей, в своих работах характеризуют процесс питания, особенности традиционных блюд разных народов<sup>16</sup>.

<sup>12</sup> Байбурин А.К. Жилище в обрядах и представлениях восточных славян. – Л., 1983. – 168 с.; Козлов А. И. Пища людей. – Фрязино, 2005. – 294 с.; Ковалев Н.И. Рассказы о русской кухне. – М., 1984. – 145 с.; Михайлов В.С. Культура питания и здоровья семьи. – М., 1987. – 113 с.; Попова С.В. Обрядовая и праздничная культура питания русских. – М., 2007. – 87 с.

<sup>13</sup> Аношин А.В., Михайлов В.С. Русские блюда на нашем столе: Краснодарское книжное издательство. – М., 1990. – 189 с.; Величко Е.М. Русская народная кухня. – М., 1992. – 134 с.; Липинская В.А. Пища (XII-XX веков) // Русские / Отв. ред. В.А. Александров, И.В. Власова, Н.С. Полищук. – М., 2005. – С. 53 – 58 с.; Седов В.В. Восточные славяне в VI – XIII вв. – М., 1982. – 178 с.; Титюник А.И. Советская национальная и зарубежная кухни. – М., 2006. – 232 с.; Шангина И.И.: Русский народ. Будни и праздники. – СПб., 2003. – 167 с.

<sup>14</sup> Абрамов В.К. Мордовский народ (1897–1939). – Саранск, 1996. – 139 с.; Лысенкова Е.А. Обычаи мордвы. – М., 1998. – 167с.; Мокшин Н.Ф. Религиозные верования мордвы. мзд. 2-е, дополненное и переработанное. – Саранск, 1998. – 234 с.; Якунчева М.Г. Система и этикет питания мордвы конца XIX – начала XX века: Дисс. канд. исторических наук. – Саранск., 2004. – 57 с.

<sup>15</sup> Михайлов, В.С. Культура питания и здоровья семьи / В.С. Михайлов. – М.: Профиздат, 1987. – 486 с.; Попова, С.В. Обрядовая и праздничная культура питания русских / С.В. Попов.– М.: Б.и., 2007. – 389 с

<sup>16</sup> Арутюнов С.А. Основные пищевые модели и их локальные варианты у народов России // Традиционная пища как выражение этнического самосознания. – М., 2001. – 451 с.; Воронина Г.А. Основы рационального питания. – М., 2009. – 146 с.; Похлебкин В.В. Национальные кухни наших народов. Основное кулинарные направления, их история и особенности. Рецептура. – М., 1990. – 657 с.;

В многотомном Этнолингвистическом словаре «Славянские древности» есть публикация, посвящен определением, понятиям по теме исследования, а также в словаре С.И. Ожегова<sup>17</sup>.

Достаточно большой материал по теме исследования представлен Интернет ресурсами<sup>18</sup>.

**Географические рамки.** Южнорусская историко-культурная зона выделяется по «акающему» диалекту и так называемым южнорусским чертам культуры, которые свойственны населению региона, простирающегося с севера на юг от реки Оки до Хопра и среднего Дона и с запада на восток от Десны до Суры (территория бывших Тульской, Орловской, Курской, Воронежской, Тамбовской, большей части Рязанской, Калужской, частично Пензенской губерний, согласно административному делению XIX – начала XX в.). Значительную часть этого обширного пространства географы и демографы определяют как Центрально-Черноземный (или Центрально-Земледельческий) регион.

**Объект исследования** – этнокультурные особенности населения южно-русского региона.

**Предмет исследования** – традиции питания населения южно-русского региона.

**Цель работы** – рассмотреть, как трансформируются традиции питания населения южно-русского региона.

<sup>17</sup> Агапкина Т.А., Толстая С.М. Пища // Славянские древности: Этнолингвистический словарь: В 5 т. Т. 4: П (Переправа через реку) – С (Сито) / Под общ. ред. Н. И. Толстого. – М., 2009. – С. 65 – 68.; Гура А.В., Плотникова А.А. Калач // Там же. Т. 2: Д (Давать-братъ) – К (Крошки). – С. 126 – 131.; Ожегов С.И. Словарь русского языка. – М., 1990. – 234 с.

<sup>18</sup> Иванов И.И. Организация праздников. – Режим доступа: <http://www.history-gyazan.ru/node/1213>; Русские. – Режим доступа: <http://www.travel-journal.ru/ethno/44/1203/>; Этнокультурные особенности южнорусского населения. – Режим доступа: <http://рустрана.рф/article.php?nid=29026>; Шмелев М.Н. Русские народные традиции и современность. – Режим доступа: <http://www.soyka.ru/ozd-pit/shmeleva.shtml>; Традиции и обычаи русского народа. – Режим доступа: <http://referat.niv.ru/view/referat-art/112/111226.htm>; Русская кухня и традиции питания русского народа. – Режим доступа: <http://www.skachatreferat.ru/referaty/Русская-Кухня-и-Традиции-Питания-Русского/8372.html>; Традиции русского застолья. – Режим доступа: <http://studentbank.ru/view.php?id=44705>; Культура потребления пищи разных народов. – Режим доступа: <http://iessay.ru/ru/other/trud/stati/etiket-za-stolom/kultura-potrebleniya-pishhi-raznyh-narodov>; Традиции в питании русских людей. – Режим доступа: <http://project5gym6.narod.ru/5/21/p3aa1.html>

Для реализации цели работы необходимо решить следующие **задачи**:

- рассмотреть этнокультурные особенности южнорусского населения;
- определить особенности повседневных продуктов питания и праздничного меню;
- проанализировать порядок приема пищи и ритуалы населения южнорусского региона.

Основные **методы**, использованные в исследовании: анализ, синтез, систематизация, сравнение.

В качестве одной из методологических основ в данном исследовании применяется *принцип историзма*, который заключается прежде всего, в обосновании глубокой связи времени, зависимости настоящего и будущего от исторического прошлого.

В работе также использован *историко-культурологический подход*, на основании которого определяется историко-культурное наследие южнорусского региона.

*Сравнительно-исторический метод* был употреблен нами при анализе особенностей питания различных категорий населения южнорусского региона.

**Структура работы** состоит из введения, двух глав, заключения и списка литературы

## Глава 1. Продукты питания и кулинарии, спиртные напитки

### 1.1. Этнокультурные особенности южнорусского населения

Восточных славян обычно подразделяют на три основных группы: русские, белорусы и украинцы (по прежней терминологии — «русские южной Руси», «малороссы»). Эта классификация — не столько этнографическая, сколько историко-политическая. Русские — славянское население древнего<sup>19</sup> Московского государства, украинцы — славяне древнего Киевского княжества, объединившегося с Москвой в 1654 г. во времена гетмана Богдана Хмельницкого, белорусы (или «русские западной Руси») — те восточные славяне, которые в конце XIV в. были включены в состав Литовско-Русского государства.

С этнографической и диалектологической точки зрения такое деление восточных славян на три ветви неудовлетворительно, так как при этом не учитываются резкие различия между обеими группами русских. Южнорусское население (т. е. русское население Рязанской, Тамбовской, Воронежской, Курской, Тульской, Орловской и Калужской губерний) этнографически и диалектологически отличается от севернорусского (в Новгородской, Владимирской, Вятской, Вологодской и др. губерниях) значительно больше, чем от белорусов. Поэтому с полным правом можно говорить о двух русских народах: севернорусском (окающий говор) и южнорусском (акающий говор).

Несмотря на значительное смешение, явившееся следствием более поздних миграционных потоков, обе названные русские народности резко отличаются друг от друга типом жилища, одежды и другими особенностями быта. Это этнографическое своеобразие, отличающее южнорусский народ от севернорусского, будет рассмотрено в различных главах этой книги. Здесь

---

<sup>19</sup> Зеленин Д.К. Восточнославянская этнография / Приготовление пищи. – М., 2010. – С. 12.

мы лишь вкратце остановимся на диалектных, языковых различиях.

Севернорусское население относится к окаящему говору, т. е. оно сохранило в своем произношении древний безударный звук о во всех таких словах, как голова, колокол, вода и т. д. Напротив, южнорусские, так же как и белорусы, относятся к акающему говору, т. е. не сохранили в произношении древние безударные о и е, а произносят вместо них либо звук а, либо редуцированные (качественно и количественно ослабленные) звуки: гълава (ъ — обозначение редуцированного звука), колькъл, вада, реже: һалава, калакала, биряга (множ. ч. от берег), дярявенкай, сяло или сило (село). Первоначальному г у севернорусских соответствует взрывной, а у южнорусских, как и у белорусов, — спирант (у, һ). В 3 л. ед. ч. у севернорусских твердое т (идет, ходит), а у южнорусских и у белорусов — г палатализованное (идёть, ходить, нисеть). В родительном падеже прилагательных и местоимений у севернорусских преобладает окончание -во (ково, чево, доброво, злово), а у южнорусских — окончание -һо (каһо, чиһо или чяһо, добръһа).

Севернорусская лексика также сильно отличается от южнорусской в названиях самых обычных действий и предметов деревенского обихода; например, севрус. боронить соответствует южрус. скородить, севрус. ухват — южрус. рогач, севрус. мутовка — южрус. колотовка и т. д. Неудивительно, что это ведет подчас к недоразумениям. Севернорусские староверы, переселившиеся в Уфимскую губ. (Белебеевский уезд) из Нижегородской, долгое время не соглашались признавать русскими своих новых южнорусских соседей из Тульской губ.: они считали их особой нацией и даже дали им новое имя надызы (от южрус. слова надысь, т. е. недавно).

Удивительно, что такие случаи редки и что не было найдено особое наименование для двух русских народностей. Между тем с точки зрения исторической этнографии почти полное слияние двух русских народностей вполне объяснимо<sup>20</sup>.

<sup>20</sup> Байбурун А.К. Жилище в обрядах и представлении восточных славян – М., 1983. – С. 78.

Этому прежде всего способствовало наличие у них с древних времен общего политического и одновременно культурного центра — Москвы.

Уже само географическое положение Москвы недалеко от границы между двумя русскими народностями способствовало быстрому распространению на север и на юг московской культуры и новых миграционных потоков из Москвы. Правда, первоначально город Москва находился на территории севернорусской народности, южная граница которой проходила по среднему течению Оки. Однако уже в XIV—XV вв. вся территория между Окой и Волгой вокруг Москвы была занята смешанным русским населением.

В XIV — XV вв. южнорусские степи (территория будущих Тульской, Орловской; Воронежской, Курской и частично примыкающих к ним губерний) постепенно становились все более безлюдными. Все население этих степей бежало от постоянных нападений и военных походов крымских и ногайских татар. Орды степных кочевников каждую весну вторгались в эти земли, грабя и уничтожая все на своем пути. Иногда они доходили на севере до Оки, и лишь очень редко им удавалось переправиться через реку, продвинуться еще дальше и начать осаду Москвы.

Мирное земледелие в южнорусских степях становилось невозможным, население уходило оттуда. Часть его бежала в леса и болота, лежащие к западу и востоку от степей, часть — в земли граничащих с ними Польши и Литвы. Основная же масса южнорусского населения ушла в то время из степей на север, за Оку, которая надежно защищала их от крымских кочевников.<sup>21</sup>

Таким образом, между Окой и Волгой, т. е. на территории будущей Московской губернии и вокруг нее сконцентрировалась основная масса южнорусских беженцев. Они оставались там не менее столетия и жили в тесном общении с исконным севернорусским населением Московского

---

<sup>21</sup> Русские: Историко-этнографический атлас. Земледелие. Крестьянское жилище. Крестьянская одежда (середина XIX- начало XX века). — М., 1967. — С. 56.

междуречья. Лишь в XVI столетии началось постепенное возвращение беженцев на старые места — в южнорусские степи.

В результате длительной совместной жизни обеих русских народностей между Окой и Волгой здесь возникла этническая общность, которую обычно называют среднерусской. Это носители переходных говоров — от севернорусского к южнорусскому.

В зону среднерусских переходных говоров вошел также культурный и политический центр — Москва. Так как новая культура этого центра сложилась в результате тесного взаимодействия обеих частей русского народа — севернорусской и южнорусской, эта новая московская культура оказалась равно близкой им обеим. Тем легче могли ее усвоить все русские. Московский говор, который лег в основу русского литературного языка, оказался равно близок как южнорусскому, так и севернорусскому говору: южнорусскому — аканьем, хотя и ослабленным, а севернорусскому — сохранением взрывного г, твердым конечным т в спряжении (несёт), окончанием родительного падежа прилагательных и местоимений на -во и так далее. Если бы в основу русского литературного языка лег один лишь южнорусский говор с присущим ему сильным аканьем, севернорусским подобный язык был бы чужд и малопонятен.<sup>22</sup>

Ослабление московского аканья и одновременно сохранение старой орфографии на основе окающего произношения устранило препятствия на пути объединения обеих русских народностей.

Здесь уместно заметить, что область среднерусских переходных говоров впоследствии несколько сдвинулась к востоку от Москвы. Это произошло в основном в XVII в., в Смутное время, когда усилились миграционные потоки русских в направлении с северо-запада на юго-восток.

Хотя среднерусская (т. е. московская) культура широко распространилась как на юг, так и на север России и это продвижение продолжается по сей день, однако не может быть и речи о полном слиянии

---

<sup>22</sup> Юрий Миролюбов. «Сакральное Руси». — М., 1998. — С. 43.

двух старых русских народностей, северной — носительницы окающего говора и южной — носительница акающего говора. Мы имеем полное право говорить о двух русских народностях, не выделяя третью, среднерусскую, т. к. эта последняя образовалась лишь недавно путем смешения элементов обеих старых народностей.

Для этнографии особенно важно разграничить эти две различные, хотя и очень близкие друг другу народности, а не рассматривать их как одну и ту же. Поэтому в дальнейшем речь все время будет идти о двух разных русских народностях. Таким образом, всех восточных славян можно разделить на четыре народа: украинцы, белорусы, севернорусские (окающий диалект) и южнорусские (акающий диалект).

Теперь мы подходим к вопросу о происхождении этих четырех восточнославянских народов.

Уже в самых ранних древнерусских летописях мы находим этнографическое описание восточных славян IX в., которое летописец дает, исходя главным образом из преданий того времени, отчасти же — основываясь на их быте. Там еще нет речи о названных нами четырех народностях. Вместо них мы находим двенадцать других племен. Это поляне, древляне, северяне, тиверцы, уличи, бужане или дулебы, кривичи, ильменьские словене, полочане, дреговичи, радимичи и вятичи. Летописец отмечает различия в свадебных и погребальных обрядах полян и вятичей. Из этого можно сделать вывод о различиях в образе жизни всех двенадцати племен.

Как соотносится это древнее деление восточных славян на двенадцать отдельных племен с теперешним делением на четыре ветви? На этот вопрос пытался ответить А. Шахматов.<sup>23</sup>

По его мнению, уже в VI в. восточные славяне под именем «анты» ("Avtai, "Avtes) были известны византийским историкам. (Л. Нидерле и М.

---

<sup>23</sup> Шахматов А.А. Очерки истории русской этнографии, фольклористики и антропологии. — М., 1963. — Вып. 2. — 154 с.

Грушевский отождествляют антов с южными русскими.) Эти анты во второй половине IV в. пришли в бассейн Припяти и позднее расселились по Днепру и Днестру. На этой территории и ищет Шахматов прародину русского народа.

В VII и VIII вв. восточные славяне распались на три племени. Восточная группа русских, фигурирующая в древнейших рукописях под названием вятичи, проникла на восток и заселила области по северному течению Дона; ей впоследствии принадлежала Тьмутаракань — третий после Киева и Новгорода значительный культурный центр Древней Руси. Северные русские распространились к северу; летописец называет их словенами (на оз. Иль-мень возле Новгорода), кривичами (по верхнему течению Волги и Западной Двине и у истоков Днепра, т. е. в Смоленске, Витебске и Пскове) и полочанами (на Западной Двине, у Полоцка). Южные русские остались на древнейшей территории, т. е., согласно терминологии летописи, поляне — на Днепре, около Киева, древляне — в Полесье, дулебы — на Буге, уличи и тиверцы — на Днестре, северяне — на Десне, Сейме и Суле, дреговичи — между Припятью и Двиной.

Таким образом, современные украинцы являются потомками южных древнерусских племен, а современные севернорусские (окающий говор) — потомками северных древнерусских племен<sup>24</sup>.

Что же касается восточных древнерусских племен, или вятичей, то из них вышли современные южнорусские (акающий говор), а также белорусы. Из донских степей, опустошаемых печенегами и половцами (куманами), вятичи ушли на север и северо-запад. На севере, в Рязани, они явились предками современных южнорусских (акающий говор). На северо-западе, на территории современной Белоруссии, вятичи слились с населением, которое представляло собой смесь южнорусских и польских элементов; таким образом возник белорусский народ.

Такова вкратце теория Шахматова о происхождении четырех восточнославянских народностей. Ее нельзя считать общепризнанной в

---

<sup>24</sup> Похлебкин В.В. Национальные кухни наших народов. Основное кулинарные направления, их история и особенности. Рецептура. — 2-е изд., перераб. и доп. — М., 1990. — С. 98.

современной науке.

Часть исследователей считает предками белорусов дреговичей, радимичей и частично кривичей — из Полоцка и Смоленска. По его мнению, белорусы в период литовского господства (в XIII—XIV вв. и позднее) ассимилировались с северянами, вятичами и даже с некоторыми балтийскими племенами, например с ятвягами и восточной голедью. Т. Лер-Сплавинский выдвигает новую гипотезу: он считает, что первоначально существовали две группы: северная — предки современных севернорусских и южная — предки украинцев, белорусов и южнорусских.

Нельзя не признать, что, несмотря на некоторые еще не решенные вопросы, все же наиболее убедительное объяснение всей совокупности известных нам этнографических и диалектологических фактов до сих пор дает теория Шахматова.

Еще и в наши дни довольно широко распространено мнение, что русский народ появился в результате смешения славян и финно-угорских племен. С этой точкой зрения ни в коем случае нельзя согласиться. Хотя и не вызывает сомнений, что русский народ, так же как и все народы на земле, смешанного происхождения, однако пока у нас нет никаких оснований считать, что в образовании русского народа финноязычные элементы играли значительную роль.<sup>25</sup>

Массовая ассимиляция финноязычных групп началась очень поздно, во всяком случае, значительно позже того времени, к которому русская народность уже сформировалась. Сами обрусевшие финны отличают себя от русских, так же как отличают их и их соседи. Народ не забыл, что он иного происхождения, и сохранил своеобразие языка и быта. Напротив, у настоящих русских мы не находим никаких заметных следов смешения с финно-уграми ни в языке, ни в традиционной культуре.

Все финноязычные племена, упоминаемые в древних русских

---

<sup>25</sup> Происхождение и этническая история русского народа по антропологическим данным // Труды Института этнографии. — М., 1965. — Т.88. — С. 136.

летописях, сохранились до нашего времени, и даже под своими прежними названиями. Исчезло лишь одно название — мурома, однако вполне вероятно, что древние мурома составляли одну из трех ветвей современной мордвы (мордва, мокша и каратаи). Сохранились весь под названием вепсы или чухари; меря — как мари или черемисы; мещера — как мишари; менее вероятно, что заволоческая чудь — это саволакс и часть карелов, и т. д. Если вспомнить, что многие финноязычные группы под влиянием ислама тюркизовались и теперь называются татарами, тептерями и башкирами и что, с другой стороны, многие из них погибли от эпидемий и в борьбе с суровой природой севера и с соседями, то нельзя не удивляться, что им все-таки удалось в столь тяжких условиях сохраниться в качестве самостоятельных народов.<sup>26</sup>

Несомненно, однако, что теперь финно-угорские народы живут в основном не на тех территориях, на которых застала их история. Это вполне понятно, так как они уходили от своих новых соседей. Иногда этому отступлению предшествовали жестокие кровавые бои; многие из них упоминаются в летописях XII—XIII вв., а многие так и остались не упомянутыми. В других случаях финны бежали, не вступая в открытую борьбу. То обстоятельство, что теперь финноязычные народы (как обрусевшие, так и необрусевшие) по всей Восточной Европе живут вдали от больших рек, в болотах и на неплодородных землях, не оставляет никаких сомнений в том, что они уступали силе. Поэтому идилически мирная колонизация русскими северо-восточной Европы, заселенной раньше финноязычными племенами, — это одна из созданных историками легенд. Стоит только вспомнить колонизацию русскими вятских земель, происходившую в более позднее время и более известную, чтобы составить себе ясное представление о том, как эта колонизация проходила. Вотяки и черемисы жили на берегах Вятки испокон веков, здесь были их города. Теперь они живут в лесистых и болотистых местностях вдали от берегов

---

<sup>26</sup> Шангина И.И.: Русский народ. Будни и праздники. — СПб., 2003. — С. 57.

Вятки и от других больших рек. Разумеется, финно-угорские народы, занимавшиеся рыбной ловлей, не по доброй воле покинули берега рек, дававших им пропитание. Еще в XVIII в. вятские финноязычные группы бежали в дремучие леса из тех земель, где действовали предприимчивые христианские миссионеры.

Южнорусская историко-культурная зона выделяется по «акающему» диалекту и так называемым южнорусским чертам культуры, которые свойственны населению региона, простирающегося с севера на юг от реки Оки до Хопра и среднего Дона и с запада на восток от Десны до Суры (территория бывших Тульской, Орловской, Курской, Воронежской, Тамбовской, большей части Рязанской, Калужской, частично Пензенской губерний, согласно административному делению XIX-начала XX в.). Значительную часть этого обширного пространства географы и демографы определяют как Центрально-Черноземный (или Центрально-Земледельческий) регион.<sup>27</sup>

Хозяйственному освоению Южнорусского региона способствовало выгодное географическое положение в пределах Восточно-Европейской равнины. Богатейшая водная система (бассейны Оки, Дона, левобережных притоков Днепра), плодородные черноземы, умеренный климат – всё это создавало благоприятные условия для заселения края, развития земледелия и путей сообщения.

С XI в. на территории расселения древних славян, известных здесь ещё с I тыс. н.э., возникли русские княжества – Черниговское, Рязанское, Новгород-Северское и др. Золотоордынское нашествие XIII в. опустошило значительную часть Центрально-Черноземной зоны. С образованием Русского централизованного государства на его рубежах создается сложная система оборонительных укреплений, благодаря чему в XVI-XVIII вв. происходит активное заселение и хозяйственное освоение обширных пространств лесостепи южнее Оки. Сюда поступательно смещалось

---

<sup>27</sup> Шангина, И.И. Указ. соч. С. 65.

население из более плотно заселенных северных и западных районов.

Особенностью хозяйственного освоения южной окраины России в XVI-XVII вв. было сочетание вольной народной при одновременной монастырской, помещичьей и правительственной колонизации. Вокруг новых городов-крепостей возникали села и деревни. В заселении южных земель историки отмечают большую роль низших служилых людей, известных позднее под названием «однодворцев». Южные и западные районы Воронежской и Курской губерний в XVII-XVIII вв. интенсивно осваивали переселенцы с Украины, в результате к концу XIX в. они составляли около 30% всего сельского населения этих губерний<sup>28</sup>.

Сложная история заселения Южнорусского региона отразилась в многообразии культурных традиций, восходящих к ранним и более поздним периодам исторического развития.

Для населения региона характерно южнорусское наречие. Оно выделяется по комплексу таких основных особенностей, как «аканье», фрикативное г, мягкое т в окончаниях 3-го лица глаголов, формы мене, тебе, себе в родительном и винительном падежах, смягчение к после мягких согласных и др. В этом наречии диалектологи выделяют несколько групп говоров, локализованных в определенных ареалах. Восточная или рязанская группа говоров определяется восточнее реки Дон, в среднем течении Оки и в бассейне Цны. К западу от реки Дон диалектологи выделяют несколько групп: южную или курско-орловскую, тульскую диалектную группу и говоры калужского и орловского Полесья.

Антропологи выявили особенности русского населения юго-восточных и юго-западных районов региона. На территории юго-востока, расположенной в междуречьи Дона и Волги, выделены три антропологических типа: дон-сурский (в междуречьи Дона и Суры), дон-хопёрский (в междуречьи Дона и Хопра) и средневожский (в бассейне

---

<sup>28</sup> Чижикова Л.Н. Этнокультурная история южнорусского населения // Этнографическое обозрение. – М., 1988. – С. 159.

средней Волги). На территории юго-запада определены антропологические типы: вернеокский и близкие между собой десно-сейменский и западный.

Этнокультурные особенности в жизни населения этой зоны ярче проявились в его традиционной материальной культуре. В лесостепной и степной полосе со сравнительно теплым климатом, в условиях развитого земледельческого хозяйства с распространенной барщинной системой феодализма преобладали крупные многодворные поселения, расположенные в речных долинах, по балкам и оврагам, в районах с пересеченно-холмистым рельефом местности.

В пореформенную эпоху возрастает удельный вес водораздельных поселений. В XIX – начале XX в. здесь строили небольшие рубленые (нередко кирпичные или саманные) низкие дома без подклета, с глинобитным или деревянным полом, под соломенной четырехскатной крышей. На юго-западе в районах смешанного русско-украинского расселения стены дома обмазывали глиной и белили. Как и на Украине, такие дома называли хатой. В отличие от более северных районов, в южнорусских селах дом выходил на улицу длинной стороной, вход в сени был с улицы.

Свои особенности имела и внутренняя планировка дома: русская печь была расположена в дальнем от входа углу, по диагонали от печи (т.е. рядом с дверью) находился передний (святой, красный) угол, где стоял обеденный стол и висели иконы. В зависимости от того, куда было повернуто устье печи, этнографы выделили восточный (в Тамбовской, Воронежской, частично в Рязанской и Пензенской губерниях) и западный (в Тульской, Калужской, Орловской, Курской губерниях) план избы (хаты)<sup>29</sup>.

Распространен открытый тип двора: значительная площадь двора была не занята постройками и не покрыта крышей. Характер расположения, состав хозяйственных построек, варьиовавшие в разных районах региона, зависели

---

<sup>29</sup> Чижикова Л.Н. Русско-украинское пограничье. История и судьбы традиционно-бытовой культуры. – М., 1990. – С. 132.

от достатка крестьянской семьи. Амбар, кладовую, погреб нередко ставили или перед окнами дома посередине улицы или на огороде, на гумне. Баня, типичная для северных и некоторых среднерусских губерний, на юге Черноземья встречалась не везде. Здесь чаще парились в русской печи, мылись дома, летом на речке.

В традиционной одежде преобладали особенности южнорусского костюма. Наиболее древним для этого региона был комплекс одежды с поневой, связанный с южнорусской средой. Он включал длинную холщовую рубаху с косыми поликами (т.е. плечевыми вставками трапециевидной формы); поневу – архаичную поясную одежду, в которой несколько продольных полотнищ из домотканой клетчатой шерстяной ткани были частично или полностью сшиты друг с другом (распашная или глухая понева).

Поверх рубахи и поневы надевали длинный с рукавами или на лямках передник (занавеска, запан) и туникообразный мешковидной формы нагрудник (навершник, шушпан, шушка, носов и др.) с длинными или короткими рукавами, из тонкой домотканой шерсти или холста, подчас богато украшенный ярким орнаментом. Замужние женщины носили сложный, так называемый кичкообразный головной убор, состоявший из кички (волосник, роги) – с твердой основой, нередко в форме рогов, сороки – из ткани, надеваемой на кичку, позатыльника – из ткани или с твердой основой, закрывающего затылок и шею, и множества ярких красочных деталей – разноцветных лент, подвесков из бисера, гаруса, шнурков, птичьих перьев и пуха. Для южнорусского костюма характерна своеобразная яркая, построенная на контрастных сочетаниях цветовая гамма. О древности многих компонентов этого костюма свидетельствуют исторические и археологические материалы.<sup>30</sup>

Некоторые детали этой одежды указывали на древние связи с аборигенами финно-угорского происхождения: старинный покрой глухого

---

<sup>30</sup> Сергеева А.В. Русские: стереотипы поведения, традиции, ментальность. – М., 2005 – С 89.

туникообразного нагрудника, поясные наспинные парные подвески из полосок ткани, высокие лопатообразные кички, лапти мордовского типа, обилие украшений из бисера, гусяного пуха, птичьих перьев и др. Сходные черты в одежде могли сложиться как на базе культурной общности древних насельников края, так и позднее, в результате контактов и взаимовлияний русских с финно-уграми. Эти древние связи проявились также в топонимии и гидронимии рязанских и тамбовских селений, рек и озер<sup>31</sup>.

Более поздний пласт одежды южнорусского населения составляли компоненты, типичные в прошлом для средней полосы России и отчасти для ее западных районов: разные типы сарафанов, головной убор с кокошником, комплекс одежды с полосатой шерстяной домотканой юбкой и рубахой с прямыми поликами и отложным воротником. Они появились вместе с переселенцами из центральных и западных районов России.

На юго-западе, в районах смешанного русско-украинского расселения, этнокультурные особенности формировались в ходе активно протекавших процессов межэтнической интеграции и непосредственного влияния украинской культуры. Наиболее ярко это проявилось в жилище, в пище, в свадебных обрядах. Например, большой популярностью пользовались такие блюда национальной украинской кухни, как борщ, вареники, галушки, колбасы, сало, взвар, различные сдобные лепешки и др. В конце XIX – начале XX в. многие из этих кушаний распространяются в русских селах более северных районов региона. В свадебном обряде сложилось множество вариантов. Если структура южнорусской свадьбы более сопоставима с северно-среднерусской традицией, то ее отдельные обряды чаще встречались в южнорусских селах и на Украине. Это сложный «каравайный ритуал», исполняемый с соблюдением многих архаических обрядов, бесшабашные веселья послесвадебного цикла (перезва), пляски с живой разряженной

---

<sup>31</sup> Русские: Историко-этнографический атлас. Земледелие. Крестьянское жилище. Крестьянская одежда (середина XIX - начало XX века). – М., 1967. – С. 126.

курицей, обычай прятать невесту у соседей перед прибытием поезда жениха, более жизнерадостный характер всей свадьбы и многое другое.

В составе населения южнорусской зоны формировались различные по происхождению локальные историко-культурные группы. Они отличались от окружающего населения и названиями (или самоназваниями), и особенностями говора, и некоторыми компонентами культуры. Это: полехи – жители калужско-орловского Полесья, горюны – монастырские крестьяне Путивльского уезда Курской губернии, саяны – монастырские крестьяне на севере Курской губернии, мешеряки в рязанском Поочье, цуканы – преимущественно в бассейне реки Хворостань Воронежской губернии и наиболее многочисленная социальная категория – однодворцы – потомки бывшего служилого сословия, составлявшие значительную часть жителей Рязанской, Тамбовской, Воронежской, Курской, Орловской губерний, а также и другие сравнительно мелкие группы населения<sup>32</sup>.

Таким образом, как свидетельствуют исторические и этнографические материалы, на формирование традиционно-бытовой культуры южнорусского населения оказали влияние преимущественно южнорусские, а также среднерусские и западные этнические традиции, которые и сами были многослойным продуктом предшествующего синтеза этнического субстрата. На основе древних и более поздних этнических компонентов происходила этнокультурная консолидация южнорусского населения, способствовавшая выработке общерусских черт в культуре с преобладающими южнорусскими реалиями. Вместе с тем у населения региона в пределах крупных и мелких его ареалов возникали локализмы в говорах и культуре, обусловившие ее многообразие.

---

<sup>32</sup> Происхождение и этническая история русского народа по антропологическим данным // Труды Института этнографии. – М., 1965. – Т.88. – С. 132.

## 1.2. Повседневные продукты питания

Основные формационные особенности питания, связанные главным образом с производством и распределением продовольствия, являются одним из жизненно важных факторов, влияющих на эту область народной культуры. Однако народные традиции, благодаря органически присущим им свойствам стабильности и изменчивости, продолжают сохраняться в постоянно меняющихся условиях, передаваясь из поколения в поколение либо в неизменном их виде, либо все в новых и новых вариантах, приспособленных к действительности.

Основные традиционные особенности пищи русских, как и других народов, восходят к глубокой древности. Формирование их в первую очередь связанное со специфической направленностью хозяйственной деятельности, во многом определяется природными условиями мест обитания этих народов. Как известно, хозяйство русских со времен средневековья характеризуется преобладанием зернового земледелия, развитием огородничества и дополняющего земледелия животноводства. Заметную роль вплоть до XIX века играл промысел рыбы, а также собирательство дикорастущих плодов, грибов и трав, а отчасти и охота на диких животных, которая с течением времени сильно сокращалась<sup>33</sup>.

Комплексный характер хозяйства русских уже в период феодализма определил в основном довольно широкий круг пищевых продуктов, потреблявшихся всеми слоями общества. Естественно, потребление это было далеко не одинаковым. У знатных и богатых, имевших возможность широко пользоваться местным и межобластным обменом, пища была более разнообразной. Ассортимент ее увеличивался еще и за счет привозных из-за границы съестных продуктов. Основное же население страны, крестьянство, при господстве натурального уклада питалось тем, что само производило и отчасти могло приобрести на местном рынке. Потому пища крестьян в

---

<sup>33</sup> Шмелева М.Н. Традиции и народное питание русских. – М., 1995. – С. 102.

большой степени, чем пища господствующих классов, отличалась единообразием и имела достаточно выраженные местные, локальные черты.

Немногочисленные еще тогда горожане, среди которых общественное разделение труда было значительно глубже, чем в деревне, отчасти также добывали пищу в своем хозяйстве, которое вели в меньшем, чем крестьяне, размере, отчасти же зависели в питании от окрестного сельского населения, и в меньшей степени – от иноземного привоза.

Основу питания русского крестьянина составлял хлеб. Поскольку самой главной зерновой культурой была рожь, обычным хлебом русских крестьян был ржаной «черный» хлеб. Хлеб пекли в русской печи, обычно один раз в неделю. От каждой выпечки обычно оставляли ком теста — так называемый «заквас»<sup>34</sup>.

Предпочтение, которое одни восточные славяне отдают черному, или ржаному, хлебу, а другие — белому, или пшеничному, не совпадают с этнографическими границами. В южных степях — в Новороссийском округе, в Нижнем Поволжье, в Южной Сибири русские, как и украинцы, едят пшеничный хлеб. Напротив, на севере Украины пшеничный хлеб бывает редко. Только белорусы совсем не знают белого хлеба и называют его пирог в отличие от ржаного, который носит название бохон, точно так же русские северных областей называют редкий для них покупной пшеничный хлеб колоб или колач, в отличие от ковриги из ржаной муки и от коровая из смеси ржаной и ячменной муки. Русская пословица «Нужда научит колачи есть» означает, что нужда заставит уйти на чужбину, на Нижнюю Волгу и есть вместо ржаного хлеба (которого там нет) пшеничный. Только после своего проникновения в Нижнее Поволжье и в Южную Сибирь часть русских перешла от ржаного хлеба к непривычному для них пшеничному. В северных областях ячменный и даже овсяный хлеб едят чаще, чем ржаной. Из овсяной муки пекут маленькие хлебцы, так называемые ярушники. С преобладанием

---

<sup>34</sup> Агапкина Т.А., Толстая С.М. Пища // Славянские древности: Этнолингвистический словарь: В 5 т. Т. 4: П (Переправа через реку) -С (Сито)/Под общ. ред. Н. И. Толстого. – М., 2009. – С. 62.

на Севере ячменного хлеба надо сопоставить тот факт, что у севернорусских слово жито наряду с общим значением «зерно» имеет и другое — «ячень»; напротив, у украинцев и белорусов жито означает исключительно рожь.

Особенно большое значение для русских имели и имеют хлеб и хлебные изделия. В XIX – начале XX в. они составили, по существу, основу питания большей части населения в течение всего года. По своему составу, изготовлению, по форме и названиям хлебная пища была чрезвычайно разнообразна. Главным был хлеб, который, как считал А.В. Арциховский<sup>35</sup>, еще в домонгольский период стал основной пищей для восточных славян и приобрел современных вид. Интересно отметить, что при археологических раскопках был найден игрушечных хлеб и виде круглого подового каравая с нарезками на корке.

Все другие сорта хлеба различаются в зависимости от чистоты зерна, из которого смолота мука. Н. Никифоровский, исходя из этого признака, устанавливает наличие у белорусов шести сортов хлеба: 1) чистый хлеб из просеянной муки из веяной ржи; 2) пушнэй, пушной (собственно, «с пухом», т.е. с мякиной и высевами) из невеянной ржи и непросеянной муки; 3) градовый из плохо провеянного зерна; 4) пылавэй (собственно полу) из смеси ржаной, ячменной, овсяной и пшеничной муки; 5) мякинный из ржаной муки с примесью различных высевок, мякины и 6) картофельный хлеб — бульбяной, состоящий из ржаной муки, смешанной с толченой картошкой. Оба последних сорта, бульбяной и мякинный, едят только в недород или при крайней бедности.

Русские различают три сорта хлеба:

1) пушной, или мякинный, из плохо провеянной ржи и непросеянной муки;

2) решотный — из ржаной муки, просеянной через очень редкое сито (решето);

---

<sup>35</sup> Арутюнов С.А. Основные пищевые модели и их локальные варианты у народов России // Традиционная пища как выражение этнического самосознания. – М., 2001. – С 243.

3) ситный — из муки, просеянной через обычное частое сито. Этот последний сорт хлеба у многих южнорусских известен также под названием пирог. Что же касается слова ситный, то так уже довольно давно стали называть в Москве и ее окрестностях белый пшеничный хлеб.

Жители Псковской губернии едят много мякинного хлеба и за это их называют мякинники. Утверждают, будто они едят такой хлеб даже в самые урожайные годы.

У некоторых южнорусских принято замешивать хлеб на вару, т.е. залив предварительно муку кипящей водой. Географические границы распространения этого обычая пока не установлены. Некоторые хлебные изделия, перед тем как сажать их в печь, также обливают кипятком, например, русские баранки (отсюда и их название, собственно «обваранки»), украинские бублики.

Закваской обычно служит гуца кваса, реже пивные дрожжи. Как правило, оставляют немного кислого теста от прошлого раза и используют его затем как закваску. Дрожжи (севрус. мел) употребляют только для пшеничного хлеба; их делают из солода и хмеля. Для того чтобы вымесить в квашне муку с водой и закваской, севернорусские пользуются мутовкой, а все остальные восточные славяне веселкой. Мутовка — это палка, вырезанная из верхушки небольшой сосны; снизу у нее оставляют несколько (3—7) сучков, длиной не более 10 см, расположенных в одной плоскости и обращенных кверху. Веселка — небольшая деревянная лопатка. Кислое тесто замешивают в квашне (рус. квашня, укр. и белорус. дряжа, діжа), обычно вечером, и это называется творить или растворять квашню, діжу замісити (укр.).<sup>36</sup>

Рано утром хозяйка размешивает муку в квашне (притворяет квашню), досыпает муку и замешивает еще раз. Однако так делают не всегда и не везде. Когда брожение в квашне закончится, тесто начинают месить (укр. місити), т.е. добавляют муку и месят тесто рукой, чтобы мука как следует с

---

<sup>36</sup> Русские: Историко-этнографический атлас. Земледелие. Крестьянское жилище. Крестьянская одежда (середина XIX- начало XX века). — М., 1967. — С. 187.

ним смешалась и получилось тесто нужной густоты. После этого начинают валять хлебы (укр. діжу виробляти): хозяйка берет кусок теста величиной с детскую голову, руками придает ей форму шара, кладет на хлебную лопату и затем осторожно сажает в горячую печь. Так делают белорусы. У других тесто сперва кладут в овальную миску (севрус. чаруша), обычно сделанную из древесного корня. В миске хлеб катают, подбрасывая его вверх, так что он выпрыгивает из миски и снова в нее падает. В миске хлеб поднимается (подходит), и уже после этого его садят деревянной лопатой в печь.

Перед тем как печь хлеб, под печи тщательно очищают от углей и золы с помощью помела (укр. помело). Оно состоит из длинной деревянной ручки, к концу которой привязаны сосновые или можжевельные ветки, мочало или просто тряпка. Как предмет домашнего обихода, связанный с очагом, помело широко используют в обрядах.

Хлеб пекут не в формах, а чаще прямо на горячем поду (укр. черінь), иногда на зеленых капустных или сухих дубовых листьях, в западной части Украины — на тонком кружке из соломы. Хлеб обычно бывает круглым, хотя названия у него различные: коврига, коровай (рус.), бохан (белорус.); последнее — от польского *bochen*, из средневерхненемецкого *wochenze*.

Из других видов хлеба следует упомянуть русские солоники, соответствующие украинской перепичке. Это маленький хлебец из того же кислого теста, из которого пекут обычный хлеб; сверху он посыпан солью, и пекут его, пока печь еще топится, перед сильным огнем, часто на углях.<sup>37</sup>

Пресное тесто шло также на изготовление многих видов сдобного печения. Из пресного теста на яйцах выпекали тонкие блинцы. Сдобное тонко раскатанное тесто шло на поджаренные пряженцы и на вареный в масле хворост.

Хлеб ели в будни и в праздники при каждой трапезе и почти с каждым блюдом. Особенно ценился мягкий хлеб.

Наряду с хлебом в крестьянском питании были широко

---

<sup>37</sup>Миролюбов Ю.П. Сакральное Руси. — М., 1988. — С. 98.

распространены быстро изготавливаемые блины и оладьи из овсяной, ячневой, а в южных районах и из гречневой муки.

Важной составной частью системы питания русских крестьян были каши. Их варили повседневно из гречневой, полбенной, ржаной, овсяной или просяной крупы. Как правило, это были крутые каши, сваренные на воде. Каши приправляли конопляным, льняным или коровьим маслом<sup>38</sup>.

Повседневной широко распространенной пищей крестьянской семьи были щи из рубленой кислой капусты — т. е. кислая капуста, вареная с добавлением растительного масла (чаще всего конопляного) в постные дни и сметаны — в скоромные. Для приготовления щей капусту, заготавливая ее на зиму, квасили: рубили и клали в кадку, пересыпая слой за слоем ржаной мукой и солью. Капусту набивали в кадку плотно с помощью колотушек и сверху ставили гнет. В капусту добавляли тмин, укроп, анис, можжевеловые ягоды. В праздник в щи добавляли мясо.

Кроме капусты засаливали в кадках также редьку, свеклу, хрен. Из квашенных овощей варили различные похлебки, добавляя в них в скоромные дни мясо или сметану.

Мясная еда в будни чаще всего для основной массы крестьян являлась едой сезонной. Для консервации мясо солили. Как правило, мясо берегли на период наиболее тяжелых работ (особенно для сенокосов).

В настоящее время состав мясного стола у русских в основе своей остается прежним, но в целом мясная часть питания по сравнению с прошлым претерпела значительные изменения. Главные изменения произошли вследствие экономической перестройки - сокращения индивидуального хозяйства крестьянских и городских семей (в частности, домашнего животноводства) и почти полного перехода снабжения мясными продуктами через централизованную государственную торговлю. В селе, правда, индивидуальное хозяйство обладает большими

<sup>38</sup> Гура А.В., Плотникова А.А. Калач // Славянские древности: Этнолингвистический словарь: В 5 т. Т. 2: Д (Давать-братъ) -К (Крошки) / Под общ. ред. Н.И. Толстого. – М., 1999. – С. 326.

возможностями, но государственная торговля здесь развита значительно слабее, чем в городе. Недостаточность ее должна компенсироваться сельской потребительской кооперацией и приобретением продуктов непосредственно в общественных хозяйствах.

Выход из компетенции семьи и домашнего хозяйства мясных заготовок привел к значительному сокращению, а чаще всего - к забвению некоторых традиционных мясных продуктов, как, например, солонины, домашней колбасы (на юге), домашней ветчины. Мало стало потребляться мясных субпродуктов (голов, голя), блюда из которых в прошлом составляли значительное подспорье в питании широких слоев крестьян и горожан. Вместо всего этого увеличилось, особенно в городе, потребление фабричной колбасы и колбасных продуктов, мясных полуфабрикатов и мясных консервов, готового шпига и т.п.

Отход значительной части русского населения от регулярного соблюдения постов в целом способствовал расширению потребления мяса и мясных блюд. Многие мясные кушанья из разряда праздничных перешли в ежедневное меню. Это, несомненно, усиливает питание, поднимает его калорийность и способствует большему разнообразию, но вместе с тем лишает привычный рацион естественной гигиенической разгрузки и приводит к сглаживанию различий между пищей праздничной и будничной. А это, в свою очередь, неблагоприятно сказывается на развитии семейного и общественного быта. В настоящее время в связи с известным возрождением православия число людей, соблюдающих пост, возрастает.<sup>39</sup>

Большое значение в пище русских издавна имела рыба. Она заменяла мясо во время многочисленных постов (кроме строгих), ее много ели горожане и крестьяне. Расположение подавляющего большинства сельских и городских поселений близ водоемов, которые, как правило, еще в XIX в. были богаты рыбой, давало возможность для развития как любительского, так и промыслового рыболовства. Это последнее имело местное, а иногда и более

---

<sup>39</sup> Седов В.В. Восточные славяне в VI-XIII вв. – М., 1982. – С. 167.

широкое значение. С развитием рынка и обмена значение добычи рыбы для питания всех слоев общества, в том числе и крестьянства, постоянно возрастало. Более обеспеченные имели возможность потреблять рыбу ценных осетровых и лососевых пород ("красная рыба"), черную и красную ирку. Широкие слои горожан и крестьян пользовались больше частиковой рыбой.

В тех местностях, где были крупные реки и озера, в прибрежных селениях важнейшее место в рационе занимала рыба. Из рыбы делали уху, пекли с рыбой пироги.

### 1.3. Праздничное меню

Главная праздничная еда — различного рода пироги, печенье. Делали пироги с рыбой, кашей, яйцами, мясом, луком, капустой. Для праздничного стола готовили мясные щи, жареное мясо, студень, птицу, яичницу простую и с ветчиной, «драченны»<sup>40</sup>.

В след за возделыванием полей последовало развитие огородничества. И вскоре визитной карточкой южнорусской кулинарии стало большое количество овощей и зелени. До сих пор овощи к обеду и ужину подают целиком, либо разрезанными на достаточно крупные куски: помидоры, огурцы, редька, редиска, кочанный салат. А зелень используется не только в качестве приправы, но и как самостоятельное блюдо: укроп, петрушку, эстрагон, зеленый лук, базилик, кинзу, собрав в пучок, кладут на кусок хлеба и едят с солью!

Весьма популярны различные овощные закуски, приготавливаемые из сырых, вареных, маринованных и тушеных овощей. Любимы и уважаемы баклажан и фасоль, причем последняя, как в зернах, так и стручковая. А также капуста: белокочанная, краснокочанная и цветная.

---

<sup>40</sup> Похлебкин В.В. Национальные кухни наших народов. Основное кулинарные направления, их история и особенности. Рецептура / В.В. Похлебкин. — 2-е изд., перераб. и доп. — М., 1990. — С. 65.

Обилие овощных блюд обуславливается еще и разделением постного и скоромного стола, казаки традиционно очень религиозны. В дни многодневных постов любима гарбузьянная (тыквенная) каша. Тыква не только хорошо растет в местном климате, но и долго хранится зимой. Казаки вряд ли знали, что в ней содержится 14% сахара, много пектинов, калия, магния, железа и фосфора. Однако интуитивно, видимо, чувствовали ее пользу и легкую усвояемость.

Неизменно сопровождают закуски самые разнообразные заправки с добавлением вина, винного уксуса, горчицы, грецких орехов, зелени. Во только некоторые из них: соус сметанный с хреном; соус красный, основной; хрен с укропом и уксусом.

Широко развито на Кубани животноводство, а отсюда обилие мясных блюд из свинины, говядины, баранины, домашней птицы (курицы, утки, гуся). Все это богатство варят, тушат, запекают, и, в отличие от центральных областей страны, издавна жарят — сказывается влияние азиатской, в основном турецкой кухни.

Главное блюдо, конечно, борщ. Его рецепт принесли с собой запорожские казаки. Это одновременно и праздничное, и повседневное кушанье. Однако здесь он приобрел неповторимые черты и, несомненно, выделился из большой семьи украинских, белорусских, московских и других борщей. Ведь на новом месте жительства возникли и новые реалии: другой продуктовый набор и слияние украинских традиций с привычками переселенцев из других уголков России<sup>41</sup>.

Отдельную роль сыграло своеобразие казачьего быта — необходимость сочетать крестьянский труд с несением военной службы. Тяжелые физические нагрузки требовали восстановления сил, прежде всего, с помощью полноценного, высококалорийного питания.

Если украинский борщ обязательно насыщенного ярко-малинового

---

<sup>41</sup> Милов Л.В. Великорусский пахарь и особенности российского исторического процесса – М., 1998. – С. 135.

цвета, для чего некоторые хозяйки даже используют маленькую хитрость — добавляют в суп свекольный настой, кубанский имеет право выглядеть и красно-оранжевым, и золотисто-желтым, и даже чуть зеленоватым. Цвет не столь важен. Более того, этот борщ может быть приготовлен вовсе без свеклы, от чего, поверьте, абсолютно не пострадает. И еще одна особенность, южные хозяйки не варят, а "складывают" борщ. Соответственно, на вкус супа влияет не только список ингредиентов, но и очередность их попадания в кастрюлю, и время приготовления.

К уже вышеперечисленным достоинствам, кубанский борщ очень демократичен. Раз и навсегда установленного его рецепта просто не существует. Готовится блюдо из того, что на данный момент есть в доме. В результате каждый раз получается исключительно индивидуальное, неповторимое кушанье, которое так полюбилось и прижилось, что иногда его едят 3 раза в день!

Кроме борща пользуются популярностью и другие многочисленные заправочные супы. В них, кроме привычных овощей и круп, добавляются яйца, орехи, молоко, и разумеется, зелень: суп манный с молочно-яичной смесью, суп хлебный по-кубански, суп кровяной из гуся, суп слизистый из пшеничной крупы на воде.<sup>42</sup>

До сих распространена на Кубани жарка на углях не только мяса, но и рыбы, овощей и даже сыра. Особый, экзотический, местный деликатес — жареная на углях нутрия по-кубански. А как ароматны баклажаны и помидоры, фаршированные зеленью и салом, и тоже запеченные на открытом огне!

Близость к морю, многочисленные пруды и озера, обусловили широчайшее разнообразие рыбных блюд: судак по-казацки, щука фаршированная, раки тушеные со сметаной, сом, припущенный с рисом, и, разумеется, уха. Ведь ее тоже очень удобно готовить на костре - из свежельовленной рыбы без овощей с добавлением одного лишь лука — да и то цельной головкой.

---

<sup>42</sup> Милов Л.В. Указ. соч. – С. 115..

Может сложиться впечатление, что южнорусская кухня слишком сложна в исполнении и требует не только мастерских навыков, но большого количества времени. С одной стороны это, безусловно, верно. Но стоит потренироваться, и вы ни в чем не уступите почти идеальной хозяйке, о которой поется в народной песне:

"У сусида, у Ивана била жинка гарна.  
Завсегда встае ранэнько, прыбэре всэ чепурэнько,  
На снідания галушкы, шиликы да помпушкы,  
А к обиду борщ з смэтанною, та ще з мыски полывяний,  
З часныком помпушкы – кваша, та ще з вышкваркамы каша,  
Курчат пара з пидлываном, йидять соби вдох з Иваном,  
И локшину з молоком, и ковбаску с часныком".

Оригинальный праздничный рецепт "Сельдь по-кубански"<sup>43</sup>

филе сельди – 400 г

лук репчатый – 1 штука

яблоки – 2 штуки

яйца куриные – 4 штуки

майонез – 120 г.

Филе сельди вымачиваем в крепком чае или в молоке около получаса. Лук мелко режем, обжариваем на растительном масле и вместе с сельдью пропускаем через мясорубку. Яйца варим вкрутую, чистим, один желток откладываем, остальные измельчаем вместе с белками. У яблок снимаем кожуру, удаляем семена, натираем на мелкой терке. Соединяем все ингредиенты, добавляем майонез, тщательно перемешиваем. Выкладываем в селедочницу и украшаем тёртым яичным желтком.

Из праздничных напитков употребляли пиво, брагу, мед, медовый квас и «вино» (хлебная водка).

Хмельные меды, столь популярные в феодальной России, в XIX в. в связи с упадком пчеловодства встречались редко. Из меда готовили горячий "сбитень" с пряностями, которым торговали на улицах в городах и на

<sup>43</sup> Похлебкин В.В. Национальные кухни наших народов. – С. 165.

сельских ярмарках. Кое-где варили легкое пиво на меду - "медовуху". На праздничный стол подавали алкогольные напитки: водку, а также разнообразные настойки и наливки, которыми славились русские хозяйки. Виноградные вина отечественного производства и привозные в крестьянском быту известны не были.

В лесной части страны весенним напитком служил древесный сок березы, клена, который собирали из просыпающихся после зимы деревьев. В настоящее время этот весенний сок заготовительные организации консервируют, как и фруктовые соки, и продают. С пробуждением в нашем обществе повышенного интереса к традициям в общественном питании наблюдаются также попытки возродить "медовуху" и "сбитень", особенно на массовых праздничных гуляниях.

Самым распространенным напитком у русских является чай. В повседневный обиход русских оно вошел в XIX в. в европейской части России и несколько ранее в Сибири. Чай заваривали байховый, главным образом китайский. В деревни чаепитие не было распространено. Чай считался целительным, им старались напоить больного. Вместо натурального чая употребляли сухие ягоды, траву иван-чая, земляничник. В городе чаепитие входило в обычный распорядок дня и было непременной частью приема гостей. С него в большинстве случаев и начинали угощение.<sup>44</sup>

Воду для чая кипятили в самоварах, которые из России распространились во многих странах Европы, а в деревне - в чугунах. Заваривали чай в чайниках - фаянсовых и фарфоровых, пили из таких же чашек с блюдцами, из стеклянных стаканов. Самовар и чайная посуда у простонародья считались роскошью. Пили чай с сахаром, больше - вприкуску, с медом, вареньем. У русских, соседствующих с монгольским и тюркскими народами, существовал обычай пить чай, приправленный мукой, солью, жиром.

---

<sup>44</sup> Ковалев Н.И. Рассказы о русской кухне - М., 1984. - С. 123.

## Глава 2. Порядок приема пищи и ритуалы

### 2.1. Режим питания

Питание – поддержание жизни и здоровья человека с помощью пищи. В процессе питания удовлетворяется одна из важнейших физиологических потребностей человеческого организма, обеспечивающая его формирование, функционирование, устойчивость к неблагоприятным воздействиям внешней среды.

Для того чтобы ячмень, овес, пшеницу, гречиху, коноплю и т. д. можно было употреблять в пищу, надо сперва очистить зерно от оболочки. Для этого его толкут в ступе. Толченое зерно веют в не очень большом плоском корыте с ручками или, реже, просеивают сквозь частое сито. При толчении в ступе зерно очищается от оболочек, однако размельчается оно при этом незначительно. В результате получается крупа, а не мука, притом крупа довольно грубая (так называемая кутья, заспа). Славянские названия толченого проса (пшьено), кукурузы (рус. пшонка), пшеницы (пшьеница) происходят от глагола пьхати, т. е. «толочь (в ступе)». Как мы видим, это еще не мука. Последняя появилась лишь тогда, когда славянин стал не размельчать зерно в ступе ударами песта, а растирать его одним плоским камнем на другом, также плоским или с небольшим углублением. Соединение двух камней для размельчения зерна дало ручную мельницу, сохранившуюся до наших дней.<sup>45</sup>

Маслобойка. Для получения масла из конопляного и льняного семени русские пользуются тем же самым устройством, которое все восточные славяне используют как воскобойку. Это приспособление — вертикальный пресс, в котором массу сжимают, забивая в пресс сверху клинья. Для прессовки массу закладывают между двумя вертикальными досками аа (так

---

<sup>45</sup> Забылин М.М. Русский народ. Его обычаи, обряды, предания, суеверия и поэзия. В 4 ч. / Институт русской цивилизации. – М., 2014. – С. 315.

называемые ладоши). Эти доски сближают с помощью клиньев сс, которые забивают сверху обухом топора. Именно благодаря этому забиванию клиньев в пресс и возникло выражение «бить масло».

Из разных способов приготовления пищи и консервирования продуктов варка, печение и сушка распространены у восточных славян значительно шире, чем жаренье и копчение. Последнее почти совсем не принято. Напротив, распространены соление, квашение и вяление на воздухе и на солнце. Своеобразен особый способ жаренья, который называется пряжить (укр. пряжений). Он заключается в том, что пищу полностью погружают в масло или сало и так варят. Этим способом делают так называемый русский хворост. Печенье пряженики и пряжмо названы так именно по этому способу приготовления. Он очень распространен у тюркских народов, например у киргизов. Нет, однако, никаких оснований считать это заимствованием. У восточных славян преобладает жаренье в закрытой посуде (жаровня, плошка, ринка), и это восходит к пряжению. Различие заключается лишь в том, что если жарится не мучное блюдо, а мясо или овощи, то они сами дают сок и таким образом кипят не в чистом масле или жиру, а в сильно разбавленном, так что скорее тушатся и даже варятся<sup>46</sup>.

Парят овощи без жира или масла; их ставят в герметически закрытой посуде в горячую печь, и они варятся в собственном соку. Севернорусские готовят этим же способом паренки из репы; они отличаются по вкусу от печениц, т.е. от репы, печенной в печке. Выпечка некоторых пирогов, особенно пирогов с калиной и отчасти с рыбой, основана на этом же принципе. Круглые пироги с калиной тщательно закрывают сверху тряпкой, и они всю ночь преют в печи, как и паренки из репы, так что калина с солодом становится уже не горькой, а сладкой. Ягодный сок, так же как сок от рыбы в рыбном пироге, остается внутри пирога.

Своеобразный способ калить, томить продукты, например яйца, в печи. Их ставят в пустой закрытой посуде в горячую печь. Такие каленые яйца

---

<sup>46</sup> Величко Е.М. Русская народная кухня. – М., 1992. – С. 86.

отличаются своим вкусом от печеных. Орехи калят, другим способом: завязывают в мешки и ставят в горячую печь. При этом мешки поворачивают с боку на бок, чтобы они не сгорели.

Когда орехи сильно нагреются, их прямо в мешках погружают в холодную воду, затем снова калят, и повторяют это раза три-четыре. Ореховая скорлупа является при этом герметическим сосудом.

Широко распространена сушка продуктов в горячей печи. Так сушат, например, малину, чернику, вишни, рыбу и т. п.

Вяление рыбы отличается от сушки тем, что она сохнет медленно и постепенно не в печи, а на ветру и под лучами северного солнца. Севернорусские вялят рыбу следующим способом: не снимая со свежей рыбы чешуи, ее разрезают в длину, натирают солью и развешивают на солнце, обычно по краю крыши. От птиц ее предохраняют сетью. Так она висит все лето. Точно таким же образом, хотя и реже, вялят соленое мясо.<sup>47</sup>

Рыба, вяленная этим примитивным способом, пахнет гораздо приятнее, чем кислая рыба, которую нередко путают с соленой. Целый ряд старых путешественников — Олеарий, Коллинз, Герберштейн — говорят о пристрастии русских, особенно москвитов, к несвежей, дурно пахнущей рыбе. Это же пристрастие к дурно пахнущей рыбе мы обнаруживаем у севернорусских и теперь, особенно на Крайнем Севере. Загадка, почему эта несвежая рыба со скверным запахом не вызывает ни отравлений рыбным ядом, ни даже желудочно-кишечных заболеваний, объясняется тем, что в этих случаях происходит особый химический процесс не засолки, а квашения рыбы. Правда, сперва рыбу солят в бочках, но лишь слегка. Некоторое время бочки с рыбой держат в теплом месте, на солнце, в избе, даже около печи, пока у рыбы не появится сильный кислый запах. Кислая рыба становится совершенно мягкой, так что мясо легко отделяется от костей. Северяне едят такую рыбу, сырую или печеную, не обращая внимания на ее отвратительный запах. Они утверждают, что кислая рыба действует

---

<sup>47</sup> Седов В.В. Восточные славяне в VI-XIII вв. — М., 1982. — С. 98.

возбуждающе. В Олонецкой губ. кислую рыбу называют межонная рыба (собственно, рыба теплого времени года), а замежилась рыба означает, что рыба закисло.

Из приправ на первом месте стоит соленое свиное сало, излюбленная приправа украинцев и белорусов; напротив, русские его вовсе не употребляют. Украинцы снимают с убитого кабана сало полосками шириной в 13 см, во всю длину туши и нарезают эти «ремни» на куски длиной 13—18 см. Эти куски натирают солью, набивают ими свиные кишки (здор), посыпают солью (3 кг соли на 20 кг сала) и вешают в сухом месте на ветру или в сарае. Кроме того, соленые куски сала без потрохов кладут в кадку (бодня). Через месяц сало готово. Его употребляют как приправу к разным блюдам, иногда в толченом виде. Его также жарят на сковороде кубиками по 2 см, без кожи (смажене сало). Русским все это чуждо; они употребляют смалец (растопленное сало) только для жарки.

Приправой к постным блюдам служит сок, т. е. маслянистая жидкость, получающаяся, если растолочь жареное конопляное семя. Украинцы Овручского уезда Волынской губернии готовят еще так называемую урду: растирают в миске сырое конопляное семя, смешивают его с водой, процеживают и варят в горшке. Поднимающуюся при этом наверх белую массу пережаривают с луком и употребляют как приправу. Конопляный сок, с незначительными вариантами в способе приготовления, употребляют все восточные славяне.<sup>48</sup>

Белорусы приправляют некоторые блюда, например мясной суп (юшнік), свиной и гусиной кровью. Они, как и украинцы, запекают, например, кровь с мукой; это блюдо называется кровянка. Кроме того, и белорусы и украинцы делают колбасы из крови животных. В отличие от них русские избегают какого бы то ни было употребления крови и считают ее добавление в пищу грехом.

---

<sup>48</sup> Похлебкин В.В. Национальные кухни наших народов. Основное кулинарные направления, их история и особенности. – М., 1990. – С. 78

Помимо запрета на кровь существует запрет на употребление в пищу мяса различных животных, птицы и рыбы, обусловленный библейскими заповедями или объясняющийся другими причинами. Нельзя есть конину, кошачье и собачье мясо и мясо хищных животных; кое-где, правда, разрешается есть медвежатину. Не везде допускается употребление в пищу заячьего мяса. В основном этого избегают русские, утверждая, что у зайца кошачья морда и собачьи лапы (Рязанский уезд, Вологодская губ., Шенкурский уезд Архангельской губ. и др.). Русские не едят также мяса белки, между прочим потому, что стараются не уподобляться своим соседям — финнам, употребляющим в пищу и зайчатину, и беличье мясо. Редко и неохотно едят все восточные славяне телятину; разумеется, образованные слои населения составляют исключение. Вероятно, старый обычай не есть телятину вызван хозяйственными соображениями. Теленка следует откармливать, пока он не станет побольше. Староверы и жители Крайнего Севера (Пудожский уезд Олонецкой губ.) не едят свинину; они считают свинью нечистой, поскольку она жрет падаль.<sup>49</sup>

Не употребляют в пищу также мясо хищных птиц. Мясо лебедей тоже не едят, хотя еще в старой Москве оно было обычным блюдом. Этому запрету дают разные объяснения. В Сибири говорят, что у лебедей бывают менструации, что они рождаются слепыми и совокупляются по-собачьи. В Самарском уезде лебедь считается священным символом супружеской любви. В Олонецком уезде, так же как в Вятской губ., это объясняют так: если из пары лебедей один умирает, второй бросается с высоты вниз и разбивается о землю. Во многих местах не едят мясо голубей, особенно белых. Причины разные: говорят, что голуби рождаются слепыми (Псковский уезд), что они «божьи птицы» (Владимирская губ.), что святой дух явился в образе голубя (Шенкурский уезд Архангельской губ.), что голубь — божественный символ (Обоянский уезд Курской губ.). Кое-где,

---

<sup>49</sup> Происхождение и этническая история русского народа по антропологическим данным // Труды Института этнографии. — М., 1965. — Т. 88. — С. 36.

например в Псковском уезде, не едят и журавлиное мясо; раньше, однако, это была излюбленная еда, и журавлей откармливали как домашнюю птицу. В Самарском уезде приводят такое объяснение: журавли — уроды, так как у них чрезмерно длинные ноги и носы. На этом же основании, как уродов, там не ели раньше и глухарей, потому что они глухие. В некоторых местах не едят перепелов (Сергачский уезд Нижегородской губ.), петухов, (Пудожский уезд Олонецкой губ. и Вологодский уезд), чаек (Шенкурский уезд Архангельской губ.) и т. д. Украинцы Подолии не едят аистов, дятлов, цапель, поскольку это люди, превращенные в птиц.

Во многих местах не едят раков (Владимирская губ., Сергачский уезд Нижегородской губ., Курская губ. и др.); их называют чертовы вши, потому что они питаются падалью. Из рыб не едят угря, похожего на змею и не имеющего чешуи (Вятская губ., Шенкурский уезд Архангельской губ.). Голову вьюна считают нечистой и поэтому ее отрывают (Могилевская губ.). Кое-где не едят также налимов, потому что у них нет чешуи, и сигов (Могилевская губ.). В некоторых местах староверы не едят даже картофель, который они называют чертовы яйца и употребление которого в пищу еще в начале XIX в. они считали грехом. Требование бывшего департамента уделов Пермской губернии сажать картофель вызвало крестьянские бунты. Многие староверы по сей день считают грехом употребление чая, кофе, сахара и особенно табака. Самовар они называют «антихристово брюхо» (Семеновский уезд Нижегородской губ.) и даже «самоварную воду» без чая и то не пьют. Почти везде сахар считается в постные дни запретным<sup>50</sup>.

В целом для русского традиционного питания с древнейших времен характерно использование широкого круга пищевых продуктов и разнообразие способов приготовления блюд. Это последнее свойство стоит в тесной связи с повсеместным распространением и длительным бытованием духовой, так называемой русской печи, отличающейся многими универсальными качествами. С конца XIX в. русская печь, особенно в

---

<sup>50</sup> Зеленин Д.К. Восточнославянская этнография / Приготовление пищи. – М., 2010. – С. 65.

городе, стала дополняться, а затем и заменяться чугунной плитой с духовкой. Процесс этот, однако, затянулся на долгие годы. Русская печь и в настоящее время продолжает бытовать по деревням (порою наряду с газовой плитой) и встречается еще в небольших городах в старых домах.

Другой характерной чертой русской традиционной пищи является то, что наряду с большим разнообразием используемых продуктов она отражала прежде и отражает теперь, как уже говорилось, преимущественно земледельческий, главным образом зерновой, характер народного хозяйства. Ведущее место в ней, как и у других славян, особенно у восточных и западных, а также у многих неславянских народов Восточной Европы, занимали хлебные, мучные и крупяные блюда в многочисленных локальных и функциональных вариантах. Это само по себе свидетельствует об огромном значении такой пищи в жизни этих народов и о глубоких исторических ее корнях в быту.

Стойкие традиции у русских сложились в пищевом режиме - в распределении пищевых ресурсов в течение года, сезонов, недель, суток, в порядке приготовления и приема пищи. Ели, как правило, и в городе и в селе 3, реже - 4 раза в день. Основной трапезой был обед. Часы приема пищи определялись прежде всего трудовыми занятиями. Тем, кто не мог отлучиться для обеда домой, еду носили на работу (в поле, на фабрику и т.п.).

Пищу в семьях готовили главным образом утром на целый день. Русская печь позволяла держать долгое время пищу теплой. Правда, чтобы еда не перепревала, ее приходилось вынимать из печи на время. В экстренных случаях разводили огонь на "шестке" или "загнетке" - передняя открытая часть русской печи – и готовили пищу на металлическом тагане, ставя на него горшок или сковороду.<sup>51</sup>

Перед едой обычно моют руки и вытирают их полотенцем; затем читают перед иконами молитву и только после этого садятся за стол.

---

<sup>51</sup> Русские: Историко-этнографический атлас. Земледелие. Крестьянское жилище. Крестьянская одежда (середина XIX - начало XX века). – М., 1967. – С. 57.

Стряпуха, которая подает еду, нередко вовсе не садится за стол, а ест стоя. Тарелки не подаются даже при гостях, так как древний обычай требует, чтобы все ели из одной миски. Стол всегда покрыт скатертью, салфеток не бывает. Вместо них всем гостям кладут одно полотенце, передавая его вокруг стола. Вилки кладут очень редко. Нож, особенно хлебный, специально чтобы резать хлеб, при обеде в кругу семьи дается только хозяину.

Хозяин дома сидит на почетном месте под образами. Когда все уже сидят за столом, он берет буханку хлеба, чертит над ней ножом крест, разрезает ее и раздает ломти членам семьи. У русских суп с нарезанным мясом или рыбой съедают в два приема: сначала хлебают жижу без мяса, а во второй раз хозяин, сказав: «с кусочками!», дает тем самым разрешение брать и мясо. У белорусов хозяин сам разрезает большой отдельно поданный кусок мяса на части и бросает их в суп или ставит тарелку с мясом посреди стола, и тогда каждый берет (нередко пальцами) один или два куска мяса и ест.

Когда хлебают ложками, то каждый раз, зачерпнув еду из миски и хлебнув, облизывают ложку с обеих сторон и кладут ее на стол. Лишь прожевав пищу и проглотив ее вместе с жижой, снова берут ложку и черпают ею из миски. Тот, кто ложку не кладет, считается прожорливым. Считается также неприличным, сидя за столом, не выпускать из рук хлеб. Благодаря таким правилам приличия обед нередко тянется довольно долго<sup>52</sup>.

В настоящее время эти правила соблюдаются далеко не всегда и не везде. Однако еще недавно они были общепринятыми.

Режим питания русских в основном также остается традиционным - трехразовым. Но далеко не все семьи в настоящее время принимают пищу только дома. Чаще всего питание смешанное – домашнее и общественное. В некоторых семьях соотношение их меняется в зависимости от трудового "расписания" ее взрослых членов. Детям, как правило, стараются обеспечить необходимый для них режим. На них обычно не отражается передвижка

---

<sup>52</sup> Забылин М. Русский народ. Его обычаи, обряды, предания, суеверия и поэзия. В 4 ч. / Сост. и отв. редактор О. А. Платонов. – М., – 2014. – С. 321.

трапез, и пищу они получают вовремя. В условиях большой занятости женщины на производстве и общественной жизни при сокращении численности состава семей и преобладании семей в два поколения. (т.е. при отсутствии дома бабушек и дедушек) обеспечить детям необходимый порядок в питании бывает непросто<sup>53</sup>.

Сильные изменения в настоящее время претерпевает семейный обед, всегда составлявший основу домашнего пищевого режима. За столом собирались все домочадцы во главе с хозяином. Если он опаздывал, его дожидались, чтобы приступить к еде. Теперь также стараются по возможности сохранить эту главную общесемейную трапезу. В сельской местности в силу ряда условий легче соблюсти традицию, в городе все осложняется особенностями труда и сравнительно большими расстояниями от работы до дома. Если нет сильного расхождения между рабочими графиками, все члены семьи, за исключением маленьких детей, дожидаются друг друга, перенося иногда обед на вечернее время. Днем обычно едят наскоро - кому, когда и где удобнее, вечером же стараются встретиться за общим столом. Все рассаживаются по своим привычным местам, которые теперь определяются не по старшинству и не по семейному положению, а по личному выбору. Едят, кто обед, а кто ужин, в зависимости от характера питания днем. Заканчивается еда обычно чаем. За столом обмениваются текущими новостями, обсуждают различные семейные и несемейные дела.

## **2.2. Организация застолья, процесс принятия пищи**

Особое значение в организации трапезы имеет пища, которая выполняет нормативную и коммуникативную функции. Важную роль играет и религиозная функция, так как поведенческие аспекты связаны с религиозными представлениями, поверьями и пережитками. Параметрами каждой трапезы являются набор участников, характеристика лиц, которые

---

<sup>53</sup> Седов В.В. Восточные славяне в VI-XIII вв. – М., 1982. – С. 176

занимаются приготовлением пищи, подают ее на стол, распоряжаются ею за столом, обеспечивают материальный состав трапезы. Как считает М.Г. Якунчева, «составление данных параметров предполагает выделение социально – знаковой и материально потребительской роли различных компонентов в этнически специфической системе питания»<sup>54</sup>.

В зависимости от цели, смысла и престижности выделяют повседневный, обрядовый и праздничный режим питания<sup>55</sup>.

Повседневный режим охватывает процесс приготовления пищи, подачи ее на стол, определенные правила организации и проведения будничной трапезы. Разделение на обрядовый и праздничный режим питания является условным. Если первый условно связан с проведением обрядов календарного и жизненного цикла, то второй – с праздниками и гостевой этикой.

Будничные домашние трапезы по распорядку и времени проведения делятся на утренние, дневные и вечерние. Существенных различий в их организации и проведении у мордвы Челябинской области не выявлено, но следует отметить то, что дневная (обеденная) трапеза в большой степени является ритуализированной. В народе до сих пор преобладает мнение, что основная и наибольшая часть пищи из суточного рациона питания приходится на обед, к ужину редко готовят специальные блюда, доедая то, что осталось от обеда.

На Южном Урале мордва придерживалась традиционных, выработанных на протяжении многих лет норм питания, которые нашли свое отражение в периодичности приема животной и растительной пищи. На состав повседневного меню мордовского крестьянина оказали влияние религиозные запреты. Несмотря на то, что религиозные догмы были малодоступны народу после установления советской власти и советской идеологии, отдельные христианские обычаи продолжали соблюдаться. Так, в

---

<sup>54</sup> Якунчева М.Г. Система и этикет питания мордвы конца XIX – начала XX века: Дисс. канд. исторических наук. – Саранск, 2004. – С. 98.

<sup>55</sup> Арутюнов С.А. Основные пищевые модели и их локальные варианты у народов России // Традиционная пища как выражение этнического самосознания. – М., 2001. С. 49.

пост старались готовить наиболее простые блюда. Напротив, обрядовая пища мордвы была обильной и сытной, для ее приготовления использовались наиболее калорийные продукты.

Многие исследователи отмечали, что мордва ни к чему не питала такого пристрастия, как к еде<sup>56</sup>. Л.Ф. Змеев, сравнивая расходную часть бюджета крестьянских семей различных народов Самарской губернии, в 70-е гг. XIX в., отмечал, что в мордовских семьях 50% его тратится именно на питание (для сравнения у русских эти расходы составляли 46,8%, у чуваш 40%, у татар 25%)<sup>57</sup>. У мордвы не было принято пренебрегать какой-либо пищей, осуждался человек, который брезгливо относился к ней.

Процесс приготовления пищи в мордовских семьях Челябинской области был и остается строго регламентированным. Все обязанности, касающиеся приготовления пищи, лежали на хозяйке дома (мокш., эрз. кудазорава): обеспечение необходимыми продуктами, составление соответствующего меню, организация процесса приготовления пищи и распределение обязанностей между невестками. Молодые невесты допускались к самостоятельному печению хлеба лишь после рождения ими детей. Данное правило сопрягалось с народным убеждением о связи испеченного каравая с рождением первого ребенка.

Обязательным требованием для женщин, занимающихся приготовлением пищи, является наличие головного убора и передника. Следят за чистотой рук, используют только чистую воду. Тщательно чистят домашнюю утварь, ее, как правило, моют холодной или теплой водой с мылом.

У мордвы принято принимать пищу три раза в день: утром – завтрак, в полдень «обед» и вечером «ужин». Названия трапез заимствованы от русских. Завтрак был ранним, обычно с восходом солнца (5–6 часов утра), обед же устраивался в первой половине дня (10–12 часов), а ужинали вечером, при заходе солнца. В настоящее время, ввиду социально-экономической нестабильности на селе, глобализации и провоцируемого ею

---

<sup>56</sup> Абрамов В.К. Мордовский народ (1897–1939). – Саранск, – М., 1996. – С. 76.

процесса разрушения традиций режим приема пищи как правило произвольный в каждой семье, он зависит от социального статуса хозяев, профессии и режима работы.

Строгого разделения блюд, которые употреблялись за завтраком, обедом и ужином у мордвы не отмечено. Традиционно на завтрак подавали вареную нечищеную картошку, которую ели с капустным или огуречным рассолом. Иногда готовили суп или кашу. На обед неизменно подавали суп, который, судя по словам многих информаторов, даже осенью и зимой большинство хозяек варили без мяса, заправляя его салом, молоком или сметаной. А если в нем было мясо, то его делили между членами семьи. В летние месяцы это блюдо часто заменялось окрошкой из кваса, зеленого лука, яиц, нарезанной вареной картошки и хрена, заправляли ее молоком или сметаной. На второе ели картошку, лапшу или кисель. Вечером подавали то, что осталось от обеда.<sup>58</sup>

В структуре режима питания мордвы Челябинской области, как в прошлом, так и сейчас важную роль играли его материальные компоненты, а также этикет поведения участников трапезы. Так, особая роль при этом принадлежит столу (мокш. моркш, шра, эрз. морго, тувор), который до второй половины XX века в каждой мордовской избе располагался в переднем (красном углу), а после, с изменением мировоззрения и типа жилища – в самой большой комнате (зале) и на кухне. Стол стараются содержать в идеальной чистоте, для этого его часто моют и покрывают скатертью. Стол как сакральный центр жилища продолжает выступать начальной и конечной точкой любого социального действия. Например, за стол садятся перед дальней дорогой, сватовством. Вплоть до второй четверти XX века на стол обязательно ставили хлеб-соль в целях благополучного исхода планируемого мероприятия.

Организацией застолья обычно занимается хозяин дома (мокш., эрз. кудазор). Хозяйка играет главенствующую роль на кухне, в ее обязанности

---

<sup>58</sup> Гура А.В., Плотникова А.А. Калач // Славянские древности: Этнолингвистический словарь / Под общ. ред. Н. И. Толстого. – М., 1999. – С. 285с.

входит приготовление пищи для трапезы и подача ее на стол. Личные отношения супругов, в первую половину исследуемого периода, строились на началах патриархальной субординации, а именно подчинения жены мужу. Но постепенно роль женщины в управлении семьей все более усиливалась и теперь во многих мордовских семьях Челябинской области женщина является фактическим организатором всего застолья. Если в первой половине XX века трапезой распоряжался хозяин – он распределял пищу, резал хлеб, делил мясо, солил еду, и без его ведома запрещалось садиться за стол и вставать из-за него – то теперь такие правила этикета соблюдаются в очень немногих семьях, и то не в полном объеме.

Традиционно в мордовских семьях во время трапез за общим столом собирались все члены семьи, рассаживаясь строго определенным образом. Как верно заметил А.К. Байбурин: «Порядок рассаживания за столом является по сути дела пространственной моделью отношений, действующих в семье. Противопоставления хозяин – остальные члены семьи, старшие – младшие, мужчины – женщины оказываются переведенными на язык застольного пространства: хозяин во главе стола, справа – мужчины, слева – женщины и дети. Ценность пространства повышается по направлению к месту хозяина, синонимом которого является «вверх», и понижается к противоположному концу стола – «низу»<sup>59</sup>.

В мордовской семье раньше хозяин дома всегда сидел на самом почетном месте в красном углу, и, причем это место всегда было четко закреплено за ним. Если в начале XX в. молодая женщина в доме мужа во время обеда и ужина в продолжение года или более не садилась за стол, а ела стоя, то после быстрого увеличения малых семей подобная практика в мордовских семьях Челябинской области постепенно исчезла.

Следуя христианским обычаям, а затем и научно-обоснованным нормам гигиены, перед едой полагается мыть руки и вытирать их полотенцем. Только затем сотрапезники занимают определенные места за столом.

---

<sup>59</sup> Байбурин А.К. Жилище в обрядах и представлениях восточных славян. – Л., 1983. – С. 196.

Процедура принятия пищи традиционно имела иерархическую структуру: в первую очередь к ней прикасался хозяин, вслед за ним все остальные едоки. Правой рукой брали ложку и зачерпывали суп или кашу, левой поддерживали хлеб под ложкой, чтобы не закапать стол. На стол ставили всю еду, которая была предназначена для данной трапезы.

Условия крестьянской жизни, тяжелая работа формировали уважительное, можно сказать, ритуальное отношение к трапезе, которая во многом сохраняется неосознанно и сегодня. Народная этика требует «чинного» поведения за столом и создает своеобразный колорит. Во время еды не принято много и громко говорить. За столом царит определенный порядок. Детям за столом не разрешается разговаривать и громко смеяться.

Правила питания предусматривают тщательное пережевывание пищи, избегание торопливости и неумеренности в еде; осуждается переедание, нечистоплотность. Заканчивая есть, старались не оставлять хлеба или же часть еды. По нормам, принятым у мордвы, нельзя говорить, что объелся или же много съел. Вот как об этом говорит Л.Д. Андреевская: «Из-за стола выходишь молча, свое состояние обсуждать не принято. <...> Вообще есть надо молча»<sup>60</sup>.

Застольные трапезы мордвы Челябинской области (мокш. симомат-ярхамат, эрз. симемат-ярсамот) по количеству участников условно можно разделить на семейные и коллективные (общинные). Проведение коллективных трапез предполагает присутствие большого количества людей, которые во время данного мероприятия объединяются в единую группу. Устраиваются они по какому-то важному поводу, событию общественной, семейной и личной жизни, в праздничные дни, проводятся как в домашней обстановке, так и на природе, на кладбище. Застолье объединяет хозяев и круг гостей в соответствии с целью и характером обряда. По цели проведения выделяются обрядовые и праздничные трапезы.

---

<sup>60</sup> Арутюнов С.А. Основные пищевые модели и их локальные варианты у народов России // Традиционная пища как выражение этнического самосознания. – М., 2001. – С. 176.

В связи с тем, что процесс приготовления пищи к коллективным трапезам очень трудоемок, то обычно для его обслуживания хозяева привлекали стряпух (мокш. пиди-пани, эрз. пидиця-паниця). Как правило, ими являются молодые женщины, близкие родственницы, умеющие хорошо готовить.

Гости, приглашенные на подобного вида трапезы, особенно обрядовые, также согласно обычаю что-то приносят с собой. Так, ранее стряпухи, приходившие готовить пищу для свадебного стола приносили с собой продукты в сыром виде (это символизировало жизнь) и в нечетном количестве (это означало, что в семье не хватает человека). На поминки же обычно приносили продукты в готовом виде и в четном числе.

На определенных этапах обрядовых действий полагалось приносить специальные угощения. Например, на трапезу по случаю рождения ребенка «Салмань кандома» приносили специальный пирог (это был пирог со специальной начинкой, каждый гость приносил свой пирог); на второй день свадьбы – «Кашадо ярасмо чи», родственницы невесты приходили с чашками или горшками каши. Гостя, пришедшего с поноской, встречали хозяева и стряпухи, которые принимали приношения, а на свадьбе еще и угощали вином.<sup>61</sup>

Отличительной чертой обрядовых трапез являлся строгий набор пищевых продуктов. Так, похоронно-поминальный стол до сих пор характеризуется установленным традицией ассортиментом блюд, которые подаются на стол в определенном порядке: суп, лапша, каша и кисель. Данный набор иногда дополняется. К примеру, у мордвы-эрзи обязательным являлось наличие поминальных пирогов, которые разрезались перед подачей супа, а у мордвы-мокши ни один ритуал не обходился без традиционных блинов.

---

<sup>61</sup> Русские: Историко-этнографический атлас. Земледелие. Крестьянское жилище. Крестьянская одежда (середина XIX – начало XX века). – М., 1967. – С. 78.

Одной из характерной особенностей традиционных семейных поминок было присутствие на них человека, изображавшего умершего. Человек этот назывался мокш. вастозай, эрз. эземозай. Сажали заместителя умершего в доме на самое почетное место, угощали самой лучшей пищей, поили пуре<sup>62</sup>. По завершении поминальной трапезы все присутствующие шли на кладбище с большими запасами еды и питья, там съедали и выпивали все принесенное с собой. При этом часть еды напитков оставлялось на могилах для душ покойных родичей. При этом поминающие приговаривали: «Эрсик пара» («живи хорошо»).

Некоторые мордовские праздники сочетались с братчиной – совместной трапезой полноправных членов общины, устроенной в складчину. В каждой братчине принимали участие только члены одной группы домов, которых происходили от одного общего родоначальника. Этот обычай сохранился в ряде населенных пунктов Челябинской области, где все еще сохраняются крепкие и большие мордовские общины (п. Южный, с. Чесма, с. Фершампенуаз).

Итак, все, что, так или иначе, связано с производством (добыванием), переработкой, хранением и потреблением пищевых продуктов, сам акт принятия пищи, семейные и коллективные трапезы продолжают оставаться частично ритуализированными, обусловленными этническим менталитетом мордвы. Что касается норм этикета, связанных с режимом питания мордвы Челябинской области, то они практически идентичны подобным же нормам у мордвы других регионов и непосредственно связаны с особенностями и условиями ее социально-экономического и культурного развития. Данные характеристики проявили историческую стойкость и устойчивость, пережив целые эпохи, что является прямым следствием сохранения многих традиционных элементов в структуре модели питания этноса.

---

<sup>62</sup> Мокшин Н.Ф. Религиозные верования мордвы. – Саранск, 1998. – С. 167.

### 2.3. Ритуалы праздничных застолий

Каждый народ имеет свой уклад жизни, обычаи, свои неповторимые песни, танцы, сказки. В каждой стране есть излюбленные блюда, особые традиции в убранстве стола и приготовлении пищи. Много в них целесообразного, исторически обусловленного, соответствующего национальным вкусам, образу жизни, климатическим условиям. Тысячелетиями складывался этот образ жизни и эти привычки, в них собран коллективный опыт наших предков.

Кулинарные рецептуры, сформированные за годы в результате многовековой эволюции, многие из них являются прекрасными образцами правильного сочетания продуктов по вкусу, а с физиологической точки зрения - по содержанию пищевых веществ.

Быт народа складывается под влиянием многих факторов — природных, исторических, социальных и др. В известной мере влияет на него и культурный обмен с другими народами, но никогда чужие традиции механически не заимствуются, а приобретают на новой почве местный национальный колорит.<sup>63</sup>

Ещё со времён средневековой древности в нашей стране возделываются рожь, овёс, пшеница, ячмень, просо, давно наши предки заимствовали навыки изготовления муки, овладели "тайнами" выпечки различных изделий из забродившего теста. Вот почему в пище наших предков существенное значение имеют пироги, расстегаи, блины, пирожки, кулебяки, оладьи, блинчики и др. Многие из этих изделий издавна стали традиционными для праздничных столов: курники — на свадьбах, пироги, блины — на масленицу, "жаворонки" из теста — в весенние праздники и т. д.

Не менее типичны для русской традиционной кухни блюда из всевозможных круп: различные каши, крупеники, блины, овсяные кисели, запеканки, блюда на основе гороха, а также из чечевицы.

---

<sup>63</sup> Мокшин Н.Ф. Указ. соч. – С. 69.

В более северных краях нашей страны особое значение имеют блюда, приготовленные из пшена. Эта традиция имеет глубокие исторические корни. Когда-то у восточных славян, которые пришли на эти земли в VI веке н.э. и жили преимущественно в лесных участках, просо обрабатывалась как главная сельскохозяйственная культура.

Просо служило сырьем для получения муки, крупы, варки пива, кваса, приготовления супов и сладких блюд. Эта народная традиция сохраняется и в настоящее время. Однако следует учитывать, что пшено по своей питательности уступает другим крупам. Поэтому его следует готовить с молоком, творогом, печенкой, тыквой и другими продуктами.

Не только зерновые культуры возделывали наши предки. Из древности, сквозь века дошли до наших дней и стали основными на нашем огороде такие культуры Древнего Рима, как капуста, свёкла и репа. Наиболее широко применялась на Руси квашеная капуста, которую было возможно сохранять до нового урожая. Капуста служит незаменимой закуской, приправой к отварному картофелю и другим блюдам.<sup>64</sup>

Щи из различных видов капусты являются заслуженной гордостью нашей национальной кухни, хотя их и готовили еще в Древнем Риме, где специально выращивалось очень много капусты. Просто многие овощные растения и рецепты блюд "перекочевали" из Древнего Рима через Византию на Русь после принятия на Руси христианства. Греки создавали Руси не только письменность, но и передавали многое из своей культуры.

В наше время капуста особенно широко используется в кулинарии северных и центральных районов России, на Урале и в Сибири.

Репа в России до конца XVIII - начала XIX вв. имела такое значение, как сегодня картофель. Репу использовали повсеместно и из репы готовили множество блюд, фаршировали, варили, парили. Репу использовали как начинку для пирогов, из неё готовили квас. Постепенно, с начала и до

---

<sup>64</sup> Арутюнов С.А. Основные пищевые модели и их локальные варианты у народов России // Традиционная пища как выражение этнического самосознания. – М., 2001. – С. 248.

середины XIX века, она была вытеснена гораздо более урожайным, но значительно менее полезным картофелем (практически, это пустой крахмал). А вот репка содержит в своем составе и очень ценные биохимические соединения серы, являющиеся при регулярном употреблении в пищу отличными иммуностимуляторами. Сейчас репка стала на русском столе продуктом редким и штучным - в продаже на нее и цену определяют не за килограммы, а поштучно.<sup>65</sup>

После перехода на картофель русская кухня значительно утратила свое высокое качество. Равно как и после практического отказа от русского столового хрена, тоже являющегося незаменимым подспорьем для здоровья, но сохраняющего свои полезные свойства не более 12-18 часов после приготовления, т.е. требующего приготовления незадолго до подачи на стол. Потому современный магазинный "хрен в баночках" ни такими свойствами, ни должным вкусом совсем не обладает. Так что если сейчас в России русский столовый хрен и подают к семейному столу, то только по великим праздникам.

Брюква почему-то в старинных источниках не упоминается, вероятно, потому, что раньше брюкву не различали от репы. Эти некогда широко распространенные в России корнеплоды в настоящее время занимают в овощеводстве сравнительно небольшой удельный вес. Не выдержали они конкуренции с картофелем и другими культурами. Однако своеобразные вкус и запах, возможность различного кулинарного использования, транспортабельность, устойчивость при хранении позволяют думать, что отказываться от репы и брюквы в настоящее время не следует, так как они придают совершенно особый вкус многим блюдам русской народной кухни.

Из овощных культур, которые появились в России позднее, нельзя не назвать картофель. В самом начале XIX в. картофель произвел настоящий переворот в традициях русского стола, блюда из картофеля завоевали широкую популярность. В распространении картофеля и его популяризации

---

<sup>65</sup> Сергеева А.В. Русские: стереотипы поведения, традиции, ментальность. – М., 2005 – С. 94.

большая заслуга принадлежит известному деятелю культуры XVIII в. А.Т. Болотову, который не только разработал агротехнику выращивания картофеля, но и предложил технологию приготовления ряда блюд.

Продукты животного происхождения практически не изменились. Испокон веков наши пращурьы потребляли мясо крупного рогатого скота ("говядно"), свиней, коз и овец, а также птицы - кур, гусей, уток.

До XII в. использовалась также конина, но уже в XIII в. она почти вышла из употребления, т.к. "лишних" лошадей у населения стали отбирать монголо-татары, которым лошади были нужнее. В рукописях XVI-XVII вв. ("Домострой", "Роспись царским кушаньям") упоминаются только отдельные деликатесные блюда из конины (холодец из лошадиных губ, отварные конские головы). В дальнейшем с развитием молочного скотоводства все более широко использовались молоко и продукты получаемые из него.

Лесные промыслы были большим и существенным дополнением в хозяйстве наших предков. В летописях XI-XII вв. говорится об охотничьих угодьях - "тетеревятниках", в более поздних рукописях упоминаются рябчики, дикие утки, зайцы, гуси и другая дичь. Хотя нет оснований полагать, что их не кушали и раньше с самых древних времен.<sup>66</sup>

Леса занимают в нашей стране огромные пространства, особенно на севере Урале и в Сибири. Использование даров леса — одна из характерных особенностей русской кухни. В старину большую роль в питании играли лесные орехи. Ореховое масло было одним из самых распространенных жиров. Ядра орехов толкли, добавляли немного кипятка, завертывали в тряпицу и клали под гнет. Масло постепенно стекало в миску. Ореховый жмых тоже использовали в пищу - добавляли в каши, ели с молоком, с творогом. Дробленые орехи использовали и для приготовления различных блюд и начинок.

Лес был также источником меда (бортничество). Из меда готовили

---

<sup>66</sup> Милов Л.В. Великорусский пахарь и особенности российского исторического процесса – М., 1998. – С. 132.

различные сладкие блюда и напитки — медки. В настоящее время только в некоторых местах Сибири (особенно на Алтае у местных нерусских народов) сохранились способы приготовления этих вкусных напитков.

Впрочем, с самых древних времен и до появления массового производства сахара мед был основной сладостью у всех народов, и на его основе еще в Древнем Египте, Древней Греции и Древнем Риме готовились самые разнообразные сладкие напитки, блюда и десерты. Также не только русские, но и все народы, имевшие в своем распоряжении рыбу, испокон веков кушали и икру.

Самым первым искусственно культивируемым плодовым деревом на Руси стала вишня. При Юрии Долгоруком в Москве росли только вишни.

На характер русской народной кухни в значительной мере повлияли географические особенности нашей страны — обилие рек, озер, морей. Именно географическим расположением и объясняется число всевозможных рыбных видов блюд. В питании достаточно было распространено множество речных видов рыб, а так же озерных. Хотя гораздо больше различных рыбных блюд было еще в Древней Греции и, особенно, в Древнем Риме — создателе основ современного богатства европейской кухни. Чего стоили только лишь одни кулинарные фантазии Лукулла! (К сожалению, его многочисленные записи рецептов блюд утрачены.)<sup>67</sup>

В русской кухне для приготовления блюд тоже использовался большой ассортимент продуктов. Однако не столько разнообразие продуктов определяет специфичность национальной русской кухни (эти же продукты были доступны и европейцам), сколько сами способы их обработки, технологии приготовления пищи. Во многом своеобразие народных блюд обуславливалось именно особенностями русской печи.

Есть основания полагать, что конструкция традиционной русской печи не была заимствована. Появилась она в Восточной Европе как местный оригинальный тип очага. На это указывает то, что у народов Сибири, Средней

---

<sup>67</sup> Милов Л.В. Указ. соч. – С. 159.

Азии, Кавказа основными типами печей являлись открытые очаги, а также наружная печь для выпечки хлеба или тандыр для выпечки лепешек. Наконец, прямые доказательства этого дает археология. При раскопках трипольских поселений на Украине (третье тысячелетие до нашей эры) были найдены не только остатки печей, но и глиняная модель печи, которые позволили восстановить их внешний вид и устройство. Эти глинобитные печи можно считать прототипом позднейших печей, в том числе и русской печи.<sup>68</sup>

В процессе исторического развития менялось питание, появлялись новые продукты, совершенствовались способы их обработки. Сравнительно недавно появились в России картофель и помидоры, стали привычными многие океанические рыбы, и без них уже невозможно представить наш стол. Попытки разделить русскую кухню на старинную самобытную и современную весьма условны. Все зависит от наличия доступных народу продуктов. И кто сейчас скажет, что блюда с картофелем или помидорами не могут быть национальными русскими?

Любопытно кулинарное применение ананасов во времена Екатерины II и князя Потемкина (этого любителя капустных кочерыжек, с которыми он не расставался и грыз постоянно). Ананасы тогда шинковали и квасили в бочках, как капусту. Это была одна из любимых закусок Потемкина под водку.

Пирьы на Руси были важным социальным явлением. Так, княжеские пирьы являли собой форму «корпоративного» совещания князей с дружинами. Участники чокались друг с другом так, чтобы вино выплескивалось в чужой кубок. Мало кто знает, но это должно было продемонстрировать гостю, что в вине нет яда. До сих пор на разнообразных праздничных мероприятиях люди соблюдают этот обычай, забыв, что он когда-то был связан с подозрениями в отравлении.

В XV веке Москва стала столицей объединенного государства, царские пирьы стали носить характер официальных дипломатических приемов.

---

<sup>68</sup> Происхождение и этническая история русского народа по антропологическим данным//Труды Института этнографии. Новая серия. – М.,1965. Т.88– 65 с.

Роскошь и пышность царских пиров должна была подчеркивать мощь и величие русского государства. В те времена великокняжеские и боярские застолья начинались с особого блюда – жаркого из лебедей. Отсутствие на столе этой жареной птицы считалось знаком неуважения к гостям. На столе присутствовали мясные и рыбные блюда, букет из свежих фруктов и овощей, различные закуски.

В XVII веке особенно почиталась громадная волжская рыба, которая ценилась выше дичи. Повара так наострились в приготовлении рыбы, что за считанные минуты могли превратить ее в гусей, уток, петухов, кур, причем как по форме, так и по вкусу.<sup>69</sup>

К организации праздников подходили очень серьезно. Особо важных гостей приглашал лично хозяин пира, а к остальным, попроще, посылали слуг. Ни одно торжество не обходилось без украшений. Пол застилали дорогими коврами, на столы клали скатерти и ставили букеты из лилий и других заморских цветов.

Стол традиционно размещали в «красном углу». Вокруг него располагали приставные и встроенные в стену лавки. Первые считались менее почетными местами, поэтому там сидели как раз гости «попроще».

Начало застолья начиналось с поцелуйного обряда. Держа руки за спиной, гости подходили к хозяйке, целовали ее и кланялись в землю. Хозяйка отвечала поясным поклоном, после чего хозяин разрезал хлеб и подавал его с солью всем пришедшим. Редкая современная свадьба обходится без этого обычая.

В богатых домах в рамках одного застолья подавали от 50 до 100 разных блюд. Причем отказаться от питья или еды было нельзя: это значило обидеть хозяина. Блюда разносила челядь, рядом с хозяином стояла тарелка, куда обязательно накладывались самые лучшие кушанья. Хозяин передавал их через слуг самым важным гостям и тем, кто хотел бы выказать расположение и почтение.

---

<sup>69</sup> Змеев Л.Ф. Медико-топографическое описание и статистический очерк народонаселения. – М., 1883. – С. 33.

Первыми традиционно ставились пироги, затем шли рыбные и мясные блюда, потом супы. После отдыха следовали десерты.

Особое внимание отводилось спиртным напиткам, в частности водке. По правилам того времени быстро пьянеть считалось дурным тоном. Тем не менее в конце торжества все должны были захмелеть (или притвориться), чтобы не обидеть хозяина дома.

В России есть традиция богатого застолья. С давних пор так заведено, что гостя нужно принять как можно лучше и кормить его до отвала.

Смена блюд (закуски, первое – суп, второе – горячее, третье – сладкое) в русском застолье не слишком четкая – на столе, как правило, одновременно лежат всякие закуски, пироги, салаты, мясные блюда и даже десерты. При этом русские придают огромное значение обилию на столе – пищи всякой и разной должно быть всегда много (несмотря на возможные материальные трудности).<sup>70</sup>

Важным при проведении коллективных трапез являются установления народного этикета. Он включает в себя обрядовые формы приглашения, встречи, угощения, чествования.

Традиционно на большие торжества принято приходить исключительно по приглашению. Также достаточно подробно регламентируется поведение хозяев и гостей<sup>71</sup>. Так, наиболее уважаемых и дорогих гостей сажают во главе стола, остальные рассаживаются в обычном порядке. Застольем командует хозяин или хозяйка. В гостях не принято много есть и пить, даже если очень голоден. Есть полагается аккуратно, не проливая ни капли и не роняя крошки на пол. Неприличной считается долгая задержка за столом, но и торопливость тоже не поощряется. В. И. Вдовина, жительница с. Париж, об этом высказывается следующим образом: «Будь добр, уважение прояви. Вперед не лезь, много есть не торопись. А то как за столом, такой человек и в жизни – так мы судим».

---

<sup>70</sup> Ковалев Н.И. Рассказы о русской кухне. – М., 1984. – С. 19.

<sup>71</sup> Змеев Л.Ф. Указ. соч. – С. 35.

В семнадцатом веке, каждый, уважающий себя горожанин и тем более если он к тому же зажиточный не мог обойтись без проведения праздничных пиров, ведь это входило в их жизненный уклад. Готовиться к праздничному пиру начинали задолго до торжественного дня – особо тщательнейшим образом вычищали и прибирали весь дом и двор, к приходу гостей все должно было быть безупречно, все должно было блестеть как никогда. Из сундуков извлекались парадные скатерти, посуда, полотенца которые так бережно хранились для этого дня.

А почётное место руководителя всего этого ответственного процесса, как и за закупкой и приготовлением праздничных мероприятий, следила хозяйка дома.<sup>72</sup>

На хозяина же ложилась не менее важная обязанность - приглашение гостей на пир. Причём, в зависимости от статуса гостя, хозяин либо посылал с приглашением слугу, либо ездил сам. А собственно само мероприятие выглядела примерно так: к собравшимся гостям выходила в праздничном наряде хозяйка и приветствовала их, кланяясь в пояс, и гости отвечали ей земным поклоном, а за ней следовала церемония целования: хозяин дома предлагал гостям почтить хозяйку поцелуем.

Гости по очереди подходили к хозяйке дома и целовали её, и при этом по канонам этикета, держали руки за спиной, после снова кланялся ей и принимал из её рук чарку водки. Когда хозяйка направлялась к специальному женскому столу, это служило сигналом для всех рассаживаться и приступать к трапезе. Обычно церемониальный стол стоял стационарно, в "красном углу", то есть под иконами, возле неподвижно приделанных к стене лавок, сидеть на которых, кстати, по тем временам, считалось более почётным, чем на приставных.<sup>73</sup>

Сама трапеза начиналась из того, что хозяин дома отрезал и подавал каждому приглашённому гостю ломоть хлеба с солью, что символизировало

---

<sup>72</sup> Захарова К.Ф. Диалектное членение русского языка. – М., 1970. – С. 76.

<sup>73</sup> Шмелева М.Н. Традиции и народное питание русских. – М., 1995. – С. 96.

гостеприимство и хлебосольство этого дома, кстати и сегодняшние хлебосольные традиции берут свои истоки с той поры. В знак особого уважения или приязни к кому-нибудь из своих гостей хозяин церемонии мог сам положить какого-нибудь кушанье с особой тарелки, специально ставившейся с ним рядом, и, при помощи своего слуги, послать почётному гостю особо, как бы более подчёркивая своё внимание уделяемое ему.

Хотя традиция встречать гостей с хлебом и солью пришла к нам с той поры, но порядок подачи блюд в те времена заметно отличался от того, который привычен нам сегодня: сперва ели пироги, после блюда из мяса, птицы и рыбы, и только в конце трапезы принимались за супы.

Когда уже все участники трапезы рассаживались по своим местам, хозяин разрезал хлеб на кусочки и вместе с солью подавал каждому гостю отдельно. Этим своим действием в очередной раз подчёркивал гостеприимство своего дома и глубокое уважение ко всем присутствующим.

На этих праздничных пирах было обязательно ещё одно - перед хозяином ставилось так называемое опричное блюдо и еду с него хозяин лично перекладывал в неглубокие тары(плоскую посуду) и передавал со слугами особым гостям как знак абсолютного внимания к ним. А когда слуга передавал это своеобразное гастрономическое послание от своего хозяина, как правило говорил: "Чтоб тебе, милостивый государь, кушать на здоровье".

Если бы нам, каким то чудом можно было переместиться во времени, и оказаться в семнадцатом веке, и почему бы и нет, случись и второе чудо, нас бы пригласили на подобное торжество мы бы не мало удивлены порядком подачи блюд к столу. Вот судите сами, сейчас для нас нормально что сперва мы едим закуску, после суп, а уже после этого второе и десерт, а в те времена сперва подавали пироги, затем блюда из мяса, птицы и рыбы («жаркое»), а уж потом, в конце обеда – супы («ушное»). Отдохнув после супов, на десерт кушали разнообразные сладкие заедки.<sup>74</sup>

Традиции питания на Руси сохранённые и дошедшие до нас, своими

---

<sup>74</sup> Шмелев М.Н. Указ. соч. – С. 98.

корнями уходят в стародавние времена, а во многих домах сегодня, как и в далёком прошлом отказаться от еды и выпивки означает обидеть хозяев. Также дошла до нас и повсеместно практикуется традиция пить водку не мелкими глотками, как принято к примеру в европейских странах, а залпом, сразу.

Правда сейчас изменилось отношение к пьянству, если сегодня пьянеть это значит отклониться от принятых норм приличия, то в те времена боярской Руси, когда это считалось обязательным, и не напившийся гость должен был таковым хотя бы притвориться. Хотя не следовало быстро пьянеть, а идти в ногу со всеми участниками застолья и по этому быстрое опьянение в гостях считалось неприлично.

Благодаря многим дошедшим до нас старинным рукописям мы прекрасно осведомлены о праздничном и повседневном столе царя и бояр. И это благодаря пунктуальности и чёткости исполнения своих обязанностей придворных служащих.

Количество всевозможных блюд на царских пирах и на пирах богатых бояр доходило до ста, а в особых случаях могло достигать и пол тысячи, причём к столу подносились поочерёдно, по одному, а драгоценные золотые и серебряные посуды с остальными кушаньями держали в руках стоявшие вокруг стола слуги.

Но традиции пировать и трапезничать были и не столь богатых слоях общества, и были не только у богатых и знатных членов общества.

Представители практически всех слоев населения считали обязательным собираться за пиршественным столом по поводу всех значимых событий в жизни, будь то свадьба, крестины, именины, встречи, проводы, поминки, народные и церковные праздники...

И естественно именно эта традиция дошла до нас практически ничуть не изменившись.

О русском гостеприимстве известно всем и так было всегда.

А что же касается еды, то если в дом русского человека приходят гости и застают семью за обедом, то непременно будут приглашены ко столу и

усажены за ним, и у гостя вряд ли будет возможность отказаться от этого.

Торжественные обеды и застолья в честь приёма иностранных гостей устраивались с особой широтой и размахом, они призваны были продемонстрировать не только материальные возможности царственных хозяев (подчистую обиравших собственный народ), но и широту и гостеприимство русской души.<sup>75</sup>

Обязательным элементом праздника является молитва. Считается, что приготовленная с молитвою еда всегда удаётся, а молитвы до и после вкушения пищи и другие, обращенные к Богу, Пресвятой Троице, Пресвятой Богородице, Честному Кресту, принесут здоровье, успокоение и радость.

Для православного праздничного стола характерны традиционные блюда, соответствующие отмечаемому празднику. Для многих праздников предназначались строго определенные ритуальные блюда, и часто их готовили только раз в году. Заранее знали и ждали, когда на столе будут фаршированный поросенок, гусь или индейка, медовый или маковый пирог, пышные и румяные блины, крашеные яйца и куличичи...

Отмечали православные праздники обильным и богатым столом. И в зажиточных, и в бедных семьях выставляли на стол все лучшее, что было в доме. Специально для праздников заранее приобретались и хранились в домашних кладовках разнообразные продукты.

Для праздничного стола готовили изысканные блюда, придерживаясь правила: «Ест человек дома, а в гостях он лакомится», и хозяйки старались блеснуть кулинарными способностями. Ассортимент закусок и блюд, особенно холодных, был разнообразным и широким. Народные традиции часто предписывали, на какой праздник сколько их должно быть. Большинство блюд и напитков сразу ставили на стол. Считалось обязательным попробовать все блюда, что были на столе.

Большое внимание уделялось оформлению праздничного стола. Его

---

<sup>75</sup> Русские: Историко-этнографический атлас. Земледелие. Крестьянское жилище. Крестьянская одежда (середина XIX – начало XX века). – М., 1967. – С. 59.

накрывали красивой, как правило, вышитой или белоснежной скатертью и сервировали лучшей посудой и приборами, украшали цветами, веточками зелени, бумажными ленточками, гирляндами. Непременным атрибутом праздничного стола были свечи, которые придавали застолью особую торжественность и символизировали религиозный характер праздника<sup>76</sup>.

Стол называли в народе «Ладонью Божьей». На столе пеленают детей, за столом едят, со стола уносят человека в последний путь. Застолье должно быть и разнообразным и изобильным.

В изобилии и разнообразии стола тоже - праздник...

«Стол должен ломиться» - это не просто выражение. Это древний ритуал.

Магический смысл этого древнего ритуала давно забыт, но по законам магии, изобилие пищи на праздничном столе должно было обеспечить ее изобилие в наступающем году.

«Петровка началась, пошло сухоядение, ботвинья, огурцы, лук зеленый... вишня, клубника, земляника, малина, - раздолье... Возле поддоника, медного блюда, под самоваром... целая «артиллерия» разложена: сушки ванильные, баранки северные, миндальное масло в вазочке, розовое варенье, клубничное, земляничное, крыжовниковое, вишневое, и кругом еще тарелочки с печеньем на кокосовом масле, без яиц, все постное, мятные пряники, изюмная пастила, лимонный джем, крендельки из тертого мака, халва, имбирное варенье, хлеб серый, житный, пшеничный, булочки французские... большие бублики, тминные хлебцы, кардамонные пряники с вареньем, миндальные «хрустики», сахар-сырец, песок, рафинад, конопляная сметана, из целого фунта зерен стертая с сахаром, апельсиновый сок в бутылке, лимонный, клюквенный, вологодский, рыбки: лини, жареные на горчичном масле, корочка хрустит, шамайка, лучок зеленый с молодой петрушкой и укропом, мелко порубленный: ешь, душа, чего хочешь!.. пока до праздника неделя еще постничаем. По правде

<sup>76</sup> Сергеева А.: Русские. Стереотипы поведения, традиции, ментальность. – М., 2005. – С. 143.

сказать, если миндального масла положить да изжарить на нем рыбу, или на оливковом, горчичном, или попробовать его с гречневой кашей, так никакого масла и не надо! А миндального в России было сколько угодно. На Кавказе делали, в Крыму, из-за границы привозили. Оливки, грибы, помидоры ранние, перец, синие (баклажаны), рисовая каша с перцем, с зеленым горошком, прелесть! Молодая картошка с укропом, петрушкой, огурцы, слава Богу, на Руси никто не голодал!»

Обилие, разнообразие и веселость застолья несет за собой шлейф последующих радостных, счастливых, удачных дней. А это и есть одна из основных задач Праздника.

Не зря же на Руси считалось: как Масленицу проведешь – таким и год будет...

На Руси было понятие обрядовой еды.

Обрядовая еда приобщалась к силам природы и приобщала к ним людей. Считалось, что она воплощает в себе силы земли. Весной это были каша и яйцо (яичница). В западнорусских землях ивановской обрядовой едой была также кулага.

Одним словом, понятие застолья неразрывно от понятия Праздник.

Поэтому застолье – важная часть праздничной культуры<sup>77</sup>.

Традиции и обычаи праздничного застолья изменялись и обновлялись на протяжении веков. Каждое поколение стремилось сохранить и древние языческие традиции, и православные, и привнести что-то свое. И современные поколения не исключение из этого правила.<sup>78</sup>

---

<sup>77</sup> Шангина И.И.: Русский народ. Будни и праздники. – СПб., 2003. – С. 215.

<sup>78</sup> Миролубов Ю.П. Сакральное Руси. – М., 1998. – С. 56.

## Заключение

Традиционность русской пищи сказывается в характере наиболее потребляемых съестных продуктов различных видов, в составе излюбленных блюд, в заготовках припасов впрок, в привычной кулинарии, а отчасти и в пищевом режиме. Продолжают сохраняться и многие локальные особенности, хотя чрезвычайно сильно сказываются объединяющие тенденции. Хлеб и хлебные изделия по-прежнему продолжают играть существенную роль в питании сельских и городских жителей. Тенденция к развитию и обогащению особенно ярко проявляется в праздничной пище.

Однако в процессе изменений в области народной пищи, приводящих в целом к ее прогрессу, имеются и некоторые потери, связанные, например, с известной стандартизацией снабжения населения продовольственными продуктами, с отмиранием такого уникального нагревательного прибора, как русская печь, особенно значимого для крестьянского хозяйства, с массовой заменой гончарной и деревянной посуды стеклянной и металлической, с вытеснением из пищевого рациона многих полезных и экономичных блюд более калорийными, с отказом от регулярного соблюдения постных дней и т.п.

Хранителем народной традиций в пище была и остается семья. Ранее этому никогда не мешало то, что производство многих продуктов издавна находилось в руках ремесленников и кустарей (хлебников, квасников, пивоваров, колбасников, пряничников, кисельников и т.п.). Покупные изделия, созданные на традиционной основе, органически входили в повседневный обиход. В настоящее время развитие народного питания россиян и других народов все более зависит от состояния пищевой промышленности, бытового обслуживания и товарного обмена, от отношения того или иного общества к своей национальной культуре, от уровня его активности, направленной на сохранение национальных традиций. Роль во всем этом национальной кухни, которая формировалась постепенно в процессе общественного разделения труда и профессиональных

знаний, очевидна. Техническое усовершенствование производства пищи, участие в нем профессионалов, использовавших лучшие народные рецепты и вносивших в них изменения в соответствии с требованиями времени, способствовали формированию единой русской национальной кухни как части национальной культуры. Процесс этот стал особенно заметным в конце XIX – начале XX в.

Традиционно крестьянская пища отличалась простотой и грубостью (была "сурова", как говорили в XVIII веке). Однако под простотой и грубостью надо иметь в виду лишь степень реализации экономических возможностей русского крестьянского хозяйства. Ведь пища — лишь один из многих, хотя и важных компонентов воспроизводства самого хозяйства. Много времени в течение семи месяцев в году требовалось на отопление жилища, на уход за скотом и птицей, на шитье одежды, на изготовление сложнейшего и многочисленного крестьянского инвентаря и т.д. В XVIII веке русский крестьянин кое-что уже мог купить, продав какой-либо товарный излишек. Однако в основе его хозяйство оставалось натуральным.

Поэтому главный момент, определяющий структуру и качество пищи, можно свести к следующему: максимум пользы в минимум затраченного времени. Быстрота в приготовлении пищи — решающее звено, ибо женщина, готовящая пищу, занята обычно еще огромным количеством дел. Здесь снова можно вспомнить слова И. Георги о том, что русские крестьянки "сверх своих работ во весь почти год отправляют по дому и в поле те же работы, что и мужчины, выключая немногих". По выражению А.Т. Болотова, женщина в семье работала "беспрестанно до пота". Где уж тут заниматься разносолами, когда женщина сидела за работой нередко далеко за полночь, а вставала в 4-м часу утра.

Фактор времени, его экономии лежит и в основе деления пищи на обыденную и праздничную, то есть ту, при приготовлении которой можно потратить большее время и сделать ее, следовательно, более "сложной", более качественной, разнообразной и т.д.

В настоящее время русская национальная кухня, признанная не только в своей стране, но и за ее пределами, продолжает развиваться. Хотелось бы, чтобы эти достижения получали более широкое, чем теперь, распространение в сети общественного питания и в быту городского и сельского населения и тем самым служили бы сохранению и дальнейшему развитию народных традиций. Способствует этому и подсобные хозяйства сельских и городских жителей и их индивидуальная деятельность.

## Список литературы

### І. Литература

1. Агапкина, Т.А., Толстая С.М. Пища // Славянские древности: Этнолингвистический словарь: В 5 т. Т. 4: П (Переправа через реку) – С (Сито) / Под общ. ред. Н. И. Толстого. – М.: Институт славяноведения, 2009. – С. 65 – 68.
2. Аношин, А.В. Русские блюда на нашем столе / А.В. Аношин, В.С. Михайлов. – М.: Краснодарское книжное издательство, 1990. – 368 с.
3. Арутюнов, С.А. Основные пищевые модели и их локальные варианты у народов России / С.А. Арутюнов // Традиционная пища как выражение этнического самосознания. – М.: Наука, 2001. – 451 с.
4. Байбурин, А.К. Жилище в обрядах и представлениях восточных славян / А.К. Байбурин. – Л.: Наука, 1983. – 265 с.
5. Величко, Е.М. Русская народная кухня / Е.М. Величко– М.: Колос, 1992. – 236 с.
6. Воронина, Г.А. Основы рационального питания / Г.А. Воронина. – М.: Вентана-Граф 2009. – 146 с.
7. Гура А.В., Плотникова А.А. Калач // Славянские древности: Этнолингвистический словарь: В 5 т. Т. 2: Д (Давать-братъ) – К (Крошки) / Под общ. ред. Н.И. Толстого. – М.: Институт славяноведения, 2009. – С. 126 – 131.
8. Забылин, М. Русский народ. Его обычаи, обряды, предания, суеверия и поэзия. В 4 ч. / Сост. и отв. редактор О. А. Платонов. – М.: Институт русской цивилизации, 2014. – 688 с.
9. Захарова, К.Ф. Диалектное членение русского языка / К.Ф. Захарова, В.Г. Орлова. – М.: Наука, 1970. – 387 с.
10. Зеленин, Д.К. Восточнославянская этнография. Приготовление пищи / Д.К. Зеленин. – М.: Наука, 2010. – 586 с.

11. Ковалев, Н.И. Рассказы о русской кухне / Н.И. Ковалев. – М.: Наука, 1984. – 168 с.
12. Козлов, А. И. Пища людей / А. И. Козлов. – Фрязино: Век 2, 2005. – 266 с.
13. Липинская, В.А. Пища (XII-XX веков) // Русские / Отв. ред. В.А. Александров, И.В. Власова, Н.С. Полищук. – М.: Наука, 2005. – С. 276 – 278.
14. Лысенкова, Е.А. Обычаи мордвы // Оренбургская мордва: этническая история и духовная культура: Сборник статей и тезисов / Под ред. А.В. Федоровой. – Оренбург: Печатный Дом «ДИМУР», 1998. – 519 с.
15. Милов, Л.В. Великорусский пахарь и особенности российского исторического процесса / Л.В. Милов. – М.: РОССПЭН, 1998. – 195 с.
16. Миролубов, Ю.П. Сакральное Руси / Ю.П. Миролубов. – М.: Ассоциация Духовного Единения «Золотой Век», 1998. – 543 с.
17. Михайлов, В.С. Культура питания и здоровья семьи / В.С. Михайлов. – М.: Профиздат, 1987. – 486 с.
18. Мокшин, Н.Ф. Религиозные верования мордвы / Н.Ф. Мокшин: изд. 2-е, дополненное и переработанное. – Саранск: Мордов. кн. изд-во, 1998. – 254 с.
19. Ожегов, С.И. Словарь русского языка / С.И. Ожегов. – М.: Мир и образование, 1990. – 234 с.
20. Панкеев, И.А. Полная энциклопедия быта русского народа / И.А. Панкеев. – Т. 1, 2. – М.: Наука, 1998. – 978 с.
21. Попова, С.В. Обрядовая и праздничная культура питания русских / С.В. Попов. – М.: Б.и., 2007. – 389 с.
22. Похлебкин, В.В. Национальные кухни наших народов. Основное кулинарные направления, их история и особенности. Рецептура / В.В. Похлебкин. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Агропромиздат, 1990. – 657 с.
23. Происхождение и этническая история русского народа по антропологическим данным // Труды Института этнографии. Новая серия /

Отв. ред. В.В. Бунак. – М.: Наука, 1965. – Т. 88. – 320 с.

24. Русские: Историко-этнографический атлас. Земледелие. Крестьянское жилище. Крестьянская одежда (середина XIX – начало XX века) / под ред. В.А. Александрова и др. – М.: Наука, 1967. – 358 с.

25. Седов, В.В. Восточные славяне в VI – XIII вв. / В.В. Седов. – М.: Наука, 1982. – 318 с.

26. Сергеева, А. Русские. Стереотипы поведения, традиции, ментальность / А.Сергеева. – М.: Флинта, 2005. – 218 с.

27. Смоленский, Б.Л. Вера и питание: Обряды и народные традиции питания в мировых религиях / Б.Л. Смоленский, Л.В. Белова. – СПб.: Центрполиграф, 1994. – 324 с.

28. Титюнник, А.И. Советская национальная и зарубежная кухни / А.И. Титюнник. – М.: Высшая школа, 2006. – 115 с.

29. Чижикова, Л.Н. Русско-украинское пограничье. История и судьбы традиционно-бытовой культуры / Л.Н. Чижикова. – М.: Наука, 1988. – 317 с.

30. Чижикова, Л.Н. Этнокультурная история южнорусского населения / Л.Н. Чижикова. – М.: Наука, 1988. – 325 с.

31. Шангина, И.И. Русский народ. Будни и праздники / И.И. Шангина. – СПб.: Азбука-классика, 2003. – 231 с.

32. Шахматов, А.А. Очерки истории русской этнографии, фольклористики и антропологии / А.А. Шахматов. – М.: Наука, 1988. – 116 с.

33. Шмелева, М.Н. Традиции и народное питание русских / М.Н. Шмелев. – М.: Наук, 1995. – 356 с.

34. Энциклопедия обрядов и обычаев / под ред. Л.И. Брудная, З.М. Гуревич, О.Л. Дмитриева. – СПб.: «Респекс», 1997. – 618 с.

35. Якунчева, М.Г. Система и этикет питания мордвы конца XIX – начала XX века / М.Г. Якунчаева: Дисс. канд. исторических наук. – Саранск: Морд.гос. ун-т им. Н.П. Огарева, 1988. – 412 с.

## II. Электронные ресурсы

36. Иванов И.И. Организация праздников. – Режим доступа: <http://www.history-ryazan.ru/node/1213>

37. Культура потребления пищи разных народов. – Режим доступа: <http://iessay.ru/ru/other/trud/stati/etiket-za-stolom/kultura-potrebleniya-pishhi-raznyh-narodov>

38. Русская кухня и традиции питания русского народа. – Режим доступа: <http://www.skachatreferat.ru/referaty/Русская-Кухня-и-Традиции-Питания-Русского/8372.html>

39. Русские. – Режим доступа: <http://www.travel-journal.ru/ethno/44/1203/>

40. Традиции и обычаи русского народа. – Режим доступа: <http://referat.niv.ru/view/referat-art/112/111226.htm>

41. Традиции в питании русских людей. – Режим доступа: <http://project5gym6.narod.ru/5/21/p3aa1.html>

42. Традиции русского застолья. – Режим доступа: <http://slavyanskaya-kultura.ru/kuhnja/tradicii-russkogo-zastolja.html>

43. Шмелев М.Н. Русские народные традиции и современность. – Режим доступа: <http://www.soyka.ru/ozd-pit/shmeleva.shtm>

44. Этнокультурные особенности южнорусского населения. – Режим доступа: <http://рустрана.рф/article.php?nid=29026>