МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ ИРКУТСКОЙ ОБЛАСТИ

Муниципальное казённое учреждение

«Комитет по социальной политике культуре муниципального образования Слюдянский район»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение

**основная общеобразовательная школа №1**

665904 г. Слюдянка, ул. Гранитная 1. тел. 53 – 5 -20

**«Меню литературных героев»**

**Проект по литературе**

**Выполнила ученица 5а класса**

**МБОУ ООШ №1 г.Слюдянка**

**Юскаева Екатерина**

**Слюдянка, 2018г**

**Каравай мягкого белого хлеба**

*«Взяла она частые решёта, мелкие сита, замесила тесто белое, испекла каравай, рыхлый да мягкий, изукрасила разными просеяла муку пшеничную, мудрёными узорами6 по бокам города с дворцами, садами да башнями, сверху – птицы летучие, снизу – звери рыскучие…»* ***Сказка «Царевна-лягушка», стр.15***

Известно, что хлеб и соль издавна являются символом, сопровождающим все важные – как радостные, так и горестные - события, происходящие в жизни русских людей. Наши предки искренне верили в их незыблемую святость. О домовитости хозяйки когда-то судили в первую очередь по ее умению испечь хлеб. По уверениям знатоков, испечь настоящий хлеб по старинному рецепту означает не только обеспечить себя и семью экологически чистым повседневным продуктом питания. Изо дня в день выпекая хлеб по старинному рецепту, мы сохраняем свое здоровье крепким, а сознание ясным, считают специалисты. А это значит, что вопреки современным тенденциям, мы собственноручно строим свою собственную полноценную жизнь.

**Как пекли хлеб на Руси?**

**Немного истории** По сведениям из старинных источников, процедура выпекания хлеба издавна была довольно сложной. Как правило, вечером, до захода солнца, женщина, являвшаяся в доме самой опытной, приступала к подготовке квашни (бочки, в которой делали закваску для хлеба). Квашню мыли крайне редко, поскольку она постоянно была в работе. Ее натирали солью, предварительно размешанной с закваской, заливали водой (теплой) и помещали в нее небольшой кусок теста, оставшийся от последней выпечки. Затем закваску старательно размешивали при помощи деревянной лопатки (мутовки), доливали еще немного теплой воды и из специального долбленого или дощатого корытца засыпали муку, просеянную через решето или сито. Затем тесто размешивалось до консистенции густой сметаны. Квашня ставилась в теплое место и сверху накрывалась чистым полотняным рушником.

На следующий день к утру тесто поднималось. Теперь хозяйка приступала к его вымешиванию. Эта работа была довольно трудоемкой, требующей немалой сноровки. Тесто вымешивалось до тех пор, пока не начинало отставать от рук и стенок квашни. После этого его опять ставили в теплое место. Когда оно поднималось во второй раз, тесто снова вымешивали и начинали разделывать на хлебы, которым давали расстояться, после этого отправляли в печь.

Предварительно печь хорошо протапливалась, зола и угли с ее пода выметались метлой. Благодаря равномерному жару, поддерживаемому в русской печи, хлеб пропекался очень хорошо. О его готовности судили так: булка вынималась из печи, ее брали в левую руку и простукивали снизу. Если хлеб готов, он при этом звенел как бубен.

Известно, что женщина, обладающая умением хорошо печь хлеб, в семье была окружена особым уважением. Хозяйке, мастерски владеющей искусством хлебопечения, было чем гордиться – ведь окружающие считали ее одной из самых домовитых. К труду пекаря на Руси издавна относились с огромным почтением. Особым умением отличались пекари в монастырях. Множество старинных рецептов выпечки хлеба дошло до наших дней. С одним из них предлагаем познакомиться.

**Старинный рецепт хлеба на закваске.** Чтобы испечь настоящий хлеб по старинному рецепту (тот, который лет пятьсот назад употребляли в пищу наши далекие предки), необходимо приготовить закваску.

В составе этого удивительного симбиотического продукта, являющегося основным для выпечки хлеба, содержатся: вода; мука цельнозерновая (пшеничная или ржаная обойная); культура диких дрожжей; штаммы молочнокислых бактерий.

Соотношение штаммов бактерий и колоний грибов в качественной закваске должно составлять: 1:1000Саму закваску готовят исключительно из муки и воды. Больше в рецепт хлеба по старинным русским рецептам ничего не добавляют: ни соли, ни сахара, ни других каких бы то ни было компонентов.

О процессе приготовления заквасочной смеси Действуют так: В чистую банку (без крышки или с неплотной крышкой) наливают чистую воду (примерно 2 ст. л.) Затем в нее добавляют обойную ржаную муку (2 ст. л.) Смесь взбалтывают и слегка прикрывают (необходимо при этом оставить доступ для кислорода к продукту), затем будущую закваску ставят в теплое место (следует избегать попадания прямых солнечных лучей). Лучше всего банку с молодой закваской поставить в навесной кухонный шкафчик или оставить на столе. По истечении суток к смеси необходимо добавить 2 ст. л. воды и 2 ст. л. муки и хорошо перемешать.

Еще через сутки действия (добавление муки (ржаной) и воды (теплой, чистой) и размешивание закваски) повторяют. По истечении трех суток в молодой закваске появляется приятный кисловатый запах, напоминающий перебродивший домашний квас. Продукт готов к применению.

Об особенностях закваски Хлеб, испеченный из молодой заквасочной смеси, будет вполне съедобным, но только не особенно вкусным и ароматным.

Делаем первую выпечку Обычно первая закваска делится пополам. Примерно 1 стакан ее объема выливается в другую емкость. В банку, где осталась вторая половина смеси, необходимо добавить по 2 ст. л. муки и воды (чистой) и перемешать. После этого банку ставят на нижнюю полку холодильника (не самую холодную). Эта процедура должна повторяться при каждом очередном замесе хлеба. Далее в емкость с отобранной заквасочной смесью вливают 1 стакан воды (теплой, чистой) и просеивают через сито муку в таком же объеме. Все тщательно перемешивают, после чего закваску отправляют в теплое место примерно на 8-9 часов.

Как замесить тесто для домашнего хлеба? Готовую закваску (заигравшую) смешивают с 0,5 л воды (теплой, но не горячей), в которой предварительно растворяют 1 ст. л. и размешивают 1 кг муки (любой). Тесто вымешивают до тех пор, пока оно не станет однородным и гладким. Затем продукт ставят в теплое место, желательно не возвышении, накрыв его пленкой. Когда тесто поднимется, его помещают в форму, смазанную маслом, и ждут, когда оно подойдет во второй раз.

Как выпекают хлеб? Подошедшие хлебы в форме отправляют в духовку, разогретую до 180 градусов, в которую предварительно устанавливают противень с кипятком. По прошествии 20 минут от начала выпекания противень необходимо из духовки вынуть, после чего печь хлеб еще около получаса. О готовности домашнего хлеба свидетельствует появление на буханке румяной корочки. Свежеиспеченный хлеб выкладывают на деревянную доску и остужают, накрыв чистым полотенцем.

***Лебедь жареный***

*«Покушала* ***лебедя жареного*** *– косточки за правый рукав бросила»*

***Сказка «Царевна-лягушка», стр.15***

## **Лебединое мясо**

### **Можно ли есть лебединое мясо**

Существует множество свидетельств того, что наши предки ели лебедей. Считалось, что это блюдо могут есть только представители высших сословий. На Руси жареные лебеди были украшением великокняжеских и боярских застолий. На пирах в царском дворце для подачи лебедей был придуман специальный ритуал. Дичь торжественно вносили в зал на золотых и серебряных подносах, птицы украшались перьями, их клювы покрывались позолотой.

[](http://nalugah.ru/wp-content/uploads/2017/10/kartina-lebed.jpg)

*Коломенское, Дворец царя Алексея Михайловича. Пресс-показ новой экспозиции «Царский пир» в Столовой палате.*

Со временем старинный рецепт приготовления лебедя был утрачен. Русская кухня под влиянием европейской претерпела множество изменений.

**На сегодняшний день охоту на лебедей считают кощунством.**

Существует несколько разных причин, по которым царское блюдо утратило популярность:

1. Запрещено – лебедь занесен в Красную книгу.
2. Плохая примета — если охотник убьет «символ верности», пострадает и он сам, и его карма.
3. Не вкусно — специфический вкус и жесткость мяса дикой птицы не всем по приходится вкусу.
4. Не эстетично – большинство людей не представляют, как можно съесть такую красивую птицу, воспетую в сказках, фильмах и песнях.
5. Дорого и непрактично – речь идет о разведении лебедей.

***Жаркое на очаге***

*«Кто видел простака из поваров такого,*

*Который бы вертел очаг против жаркого»*

***М.В.Ломоносов «Случилось вместе два астронома в пиру», стр.56***

***Жёлуди***

*«Лишь были б* ***жёлуди,*** *ведь я от них жирею»*

***И.А.Крылов «Свинья под дубом», стр.63***

**Что можно приготовить из плодов дуба – желудей?**



Желудевую муку, кофейный напиток, суп желудевый молочный, лепёшки, галушки, кашу, кисель, клёцки, пудинг с яблоками…

***Сыр***

*«Вороне где-то Бог послал* ***кусочек сыра****»*

***И.А.Крылов «Ворона и лисица», стр.6***

***Демьянова уха*** *[](http://leusdiv.ru/wp-content/uploads/2012/06/i-1.jpg)*

*Что за уха! Да как жирна;  
Как будто янтарем подернулась она.  
Потешь же, миленький дружочек!  
Вот лещик, потроха, вот стерляди кусочек!*

***И.А.Крылов «Демьянова уха»,***

**Оказывается существует  Рецепт Демьяновой ухи!**

Немногие, однако, знают, почему эта уха была такой жирной и о каких потрохах идет речь.

Дело в том, что морковь измельчали на терке, пассировали, непрерывно помешивая, со сливочным маслом, а затем масло отжимали через салфетку. Это масло, окрашенное каротином моркови в янтарный цвет, добавляли в уху.

Потроха - это печень налима или другой рыбы, которую отдельно отваривали в небольшом количестве бульона (припускали) с добавлением лимонного сока и клали в уху. Бульон из одной стерляди или другой осетровой рыбы имеет слабо выраженный вкус, и поэтому его варят с другими рыбами.

Итак, в котел кладут морковь, лук, петрушку, варят 10 - 15 минут, закладывают выпотрошенную рыбную мелочь, солят и варят 15 - 20 минут. Бульон процеживают, кладут в него куски стерляди, варят 5 -10 минут, добавляют куски леща и варят еще 5 - 10 минут. Перед подачей в уху кладут подготовленное масло, печень налима вместе с бульоном, в котором она припускалась. Подают с лимоном.

На 4 порции:

рыбная мелочь - 1 кг,

лещ - 500 г,

осетровая рыба - 600 - 700 г,

судак - 300 г,

сливочное масло - 50 г,

морковь - 50 г,

специи, соль. Для бульона: лук, морковь, петрушка

*.*

***Вино***

*«Свадьба, пир, и я там был,*

*И вино на свадьбе пил.»*

***В.А.Жуковский «Спящая царевна», стр.81***

*«И я там был, и мёд я пил»*

***А.С.Пушкин, стр.94***

Современному читателю, наверное, сложно понять, какой мед пил Пушкин? А много веков назад на Руси медовые напитки были непременным атрибутом княжеских пиров. А вот простому народу, действительно, в рот такой напиток не попадал. Это было связано с его дороговизной и сложной технологией производства.

Приготовление хмельных напитков на основе меда было целым искусством, которым занимались мастера — медоставы. Варили их по уникальным, характерным только для славянских народов, рецептам. А само производство напитков занимало не один год. В итоге получался «ставленый мед». Для начала две части меда смешивали с одной частью ягодного сока: малины, брусники, вишни, смородины.

***Пирожки***

*«Пирожок лишь надломила*

*И кусочек прикусила»*

***А.С.Пушкин «Сказка о мёртвой царевне…», стр.94***

# Рецептов пирожков великое множество. Я решила остановиться на старинном рецепте 19 века.

# **Тонкие пирожки «подорожники» — северный рецепт 19 века**C:\Users\Анастасия\Desktop\окна\пирожки.jpg

У этих вкусных северных пирожков было много названий — «подорожники», «подпеканики», «разгоняи», «кончики». В старину их часто готовили в дорогу, потому что они долго не портятся и очень сытные. Традиция брать в дорогу пирожки породила интересный обычай: когда засидевшимся гостям хотели намекнуть, что пора бы идти по домам, хозяйка выносила блюдо с этими пирожками. Именно поэтому их еще прозвали «разгоняями».

Такие пирожки еще часто называют каргопольскими, потому что в 19 веке их готовили в Каргопольском уезде Олонецкой губернии. Готовить их просто, а получаются пирожки ароматными и вкусными. Они пахнут детством, деревенским утром и чем-то давно забытым, но любимым каждому. Начинка для пирожков может быть любая — картофель, творог, грибы, пшено, толокно. Очень вкусными получаются пирожки с брусникой. Если не было начинки, пирожки делали «с таком» (пустые), посыпая внутри сахарным песочком.

Попробуйте и вы эту чудесную выпечку из глубины веков

*Ингредиенты:*

сметана — 450 г.  
масло (маргарин) — 250 г.  
сахарный песок — 1 ст.л.  
соль — 1 ч.л.  
сода — 1/3 ч.л.  
мука — сколько возьмет  
начинка любая (мы взяли картофель)

1. Выкладываем сметану в миску.
2. 2. Добавляем размягченное масло (маргарин), порезанное кубиками. Добавляем песок, соль, соду.
3. Добавляя муку, замешиваем тесто.
4. Добавляем муку до тех пор, пока тесто не перестанет липнуть к рукам. Готовое тесто можно убрать в холодильник, пока готовится начинка. Мы взяли начинку из картофеля.
5. Картофель помыть, почистить, удалить глазки. Посолить и поставить вариться.
6. Когда картофель будет готов, слить воду.
7. Растолочь картофель в пюре. При желании можно добавить то, что любите (яйцо, масло, молоко), можно не добавлять. Мы не добавляли — получилось все равно вкусно.
8. Тесто разделяем на небольшие комочки и тонко раскатываем каждый комочек скалкой. Стол и скалка должны быть присыпаны мукой, чтобы тесто не липло. Кладем начинку на одну половину, закрываем второй половиной, прищипываем края.
9. Можно дополнительно примять руками пирожки, чтобы они были более тонкими и изнутри вышел лишний воздух. Из указанного количества продуктов получается 18 — 20 пирожков.
10. Укладываем пирожки на противень и выпекаем в разогретой духовке при температуре 180 градусов до готовности (примерно 20 минут). Если нет духовки, можно жарить на сковороде без масла.

Поскольку пироги встречаются в нескольких произведениях, я и рецептов подобрала несколько. С необычной начинкой.

**Постные пирожки с редькой.**

Пирожки делать из [растворчатого теста](http://the-mostly.ru/misc/starinnyye_retsepty_pirozhkov_pirogov_volovanov_pashtetov.html" \l "bum1). Фарш приготовить следующим образом: сырую редьку нарезать мелко, положить в горшок, налить холодной водой и варить; менять воду 3 раза и каждый раз варить; откинуть на решето, изрубить мелко, поджарить; смешать с поджаренным луком (надо, чтобы лука было немного меньше, чем редьки), посолить, положить перца; когда остынет фарш, накладывать его в пирожки. Жарить в постном масле. Пирожки эти очень вкусны.

**Пирожки постные с солёными огурцами.**

Делать пирожки из [растворчатого кислого теста](http://the-mostly.ru/misc/starinnyye_retsepty_pirozhkov_pirogov_volovanov_pashtetov.html" \l "bum1). Фарш приготовить так: очистить огурцы от кожи и зёрен, изрубить вместе с луком (чтобы лука было немного меньше огурцов), посыпать перцем, поджарить в постном масле. Когда фарш остынет, накладывать в пирожки и жарить их в масле.

**Конфеты, пироги, паштеты**

*Возвратившись в залы после прогулки, Алёша в большой комнате нашёл накрытый стол, на котором расставлены были разного рода конфеты, пироги, паштеты и фрукты.*

***А.Погорельский «Чёрная курица или подземные жители», стр.135***

# **ДОРЕВОЛЮЦИОННЫЕ КОНФЕТЫ (СЛАСТИ) СВОИМИ РУКАМИ.** http://img-fotki.yandex.ru/get/50666/11206178.b4c/0_120c90_ceb5f4ef_orig Готовим конфеты и другие сладости по рецептам из дореволюционных книг. Массовое производство конфет и всяких сладостей началось в России только в середине XIX века, когда появились конфетные фабрики: «Эйнем» (после 1918 года — «Красный октябрь») и «Сиу» (впоследствии «Большевик»). До появления технологичных производств конфеты делали кустарным способом, продавали их в небольших лавочках. А ещё сладости изготавливали дома.

Грильяж, цукаты, разнообразные карамели, колбаски из орехов, пастила... В старинных книгах сохранилось множество рецептов различных сластей домашнего производства. Вот несколько самых простых и доступных по ингредиентам рецептов из коллекции Музея русского десерта. Все сласти делаются довольно просто, хотя времени на них уйдёт немало: в XIX веке хозяйки особенно не торопились.

## http://img-fotki.yandex.ru/get/4610/11206178.b4c/0_120c93_e16a2ff6_orig **ПОМАДА КОФЕЙНАЯ** **Ингредиенты:**

250 мл кофе  
800 г сахара

**Приготовление:**

**Шаг 1.** Сварив кофе, дай ему настояться, слей чистый кофе в кастрюлю и положи в него фунта два сахара. Потом сними с огня и дай остыть.

**Шаг 2.** Когда застынет, бей лопаткой до тех пор, как сгустится и будет белеть. Тогда подогрей и опять бей лопаткой сильнее, чтобы не было комков.

**Шаг 3.** Продолжай так подогревать раза два или три и беспрестанно бей лопаткой.

**Шаг 4.** Когда сгустится, выкладывай на бумагу, раскатывай руками, давай какую угодно форму и заворачивай в бумажки.

**Паштет из домашних уток.**  
Очистить, как следует, 1 утку, посолить, посыпать перцем, 4-5 гвоздиками, подлить немного бульону или воды, положить кореньев, накрыть крышкою, тушить до готовности, потом дать остынуть. Из 1/2 телячьей печенки и телятины приготовить фарш, как сказано в примечании, положить на блюдо ряд фарша, ряд разрезанных уток, опять фарш, накрыть тестом, намазать его яйцом, разбитым с 1/2 ложкою воды, вставить в печь, на один час. Перед отпуском, надрезать сверху тесто, влить соус, в котором варились утки, прибавив в него немного лимону или маринованных шампиньонов, немного муки и ложки 2 хереса, остальной подать в соуснике.  
**Взять:**Утку, перцу, 200 гр. телятины, 4-5 гвоздики, 1 морковь, 1 порей, 4-6 яиц, 1-2 лож. масла, 1/2 лимона, 1 петрушку, 1 сельдерей, 1 луковицу, маринованных шампиньонов 4 шт., 1/2 телячьей печенки, 200 гр. шпика, 1 ложки муки, 1/2 французского белого хлеба. На тесто взять отдельно.

***Хлеб ржаной***

*«Учитель велел подать Алёше стакан воды и кусок ржаного хлеба».*

***А.Погорельский «Чёрная курица или подземные жители», стр.142***

**Рецепт (из ржаной муки и родниковой воды**)

Закваска делается как обычно. Для приготовления теста используют: ржаную муку (2,5 стакана); пшеничную муку (0,5 стакана); или только ржаную муку (3 стакана); соль – 2 ч. л.; сахар (1 ст. л.); масло растительное (1 ст. л.); теплую воду (1 стакан) – родниковую; закваску (5 ст. л.). Все перемешивают и выкладывают в форму или сковороду, смазанную растительным маслом, накрывают салфеткой и отправляют в теплое место на пять часов. Выпекают при температуре 200 градусов около 1 часа. Через 20-30 минут после начала выпечки хлеб необходимо накрыть фольгой, чтобы поверхность не подгорела. Готовый хлеб достают из духовки хлеб и заворачивают в одеяло и оставляют дозревать в продолжение 1 часа.

**Галушки**

*«А деду это всё равно, что голодному галушки»*

***Н.В.Гоголь «Заколдованное место», стр.160***

Описание приготовления: Этот очень простой рецепт украинских галушек выручал меня не единожды. С тестом я дружу, мука, лук и яйца всегда есть в доме. Минимум времени - и сытное блюдо на столе. Украинские галушки можно варить с картофелем, можно и без. Их можно есть с молоком и просто посыпав сахаром. Можно подавать к столу как самостоятельное блюдо, а можно и как гарнир к мясу и овощам. Все зависит от вашего вкуса и желания.

Ингредиенты: Мука  — 2,5 Стакана Яйца  — 2 Штуки Сливочное масло  — 150 Грамм (100 грамм для теста, 50 грамм - для жарки лука) Вода  — 1/2 Стакана Картофель  — 2-3 Штук Лук репчатый  — 1-2 Штук Соль  — 0,5 Ст. ложки (1-2 щепотки для теста, остальную соль добавить в воду при варке галушек) Перец черный молотый  — 1 Щепотка Количество порций: 2-3

Просеиваем муку, добавляем в нее яйца, воду, соль и растопленное масло. Замешиваем некрутое тесто. Формируем из теста небольшие колбаски.

Чистим лук, нарезаем и обжариваем на сливочном масле. Чтобы получился красивый золотистый цвет, лук можно присыпать щепоткой сахара. Готовый лук солим и перчим по вкусу.

Готовые галушки откидываем на дуршлаг, чтобы стекла вся жидкость.

Смешиваем галушки с поджаренным луком. Можно добавить и сметаны:) Подаем на стол горяченькими

*«Вот каждый, взявши по дыне, обчистил её хорошенько ножичком, обчистивши хорошенько, проткнул каждый пальцем дырочку, выпил из неё кисель, стал резать по кусочкам и класть в рот.»*

***Н.В.Гоголь «Заколдованное место», стр.164***

**Сировец** [](https://mooka.com.ua/uploads/monthly_06_2014/post-492-1412545532,53.jpg)

*«…выпил кухоль сировцу..»*

***Н.В.Гоголь «Заколдованное место», стр.163***

Ржаной хлеб  
Вода  
Сахар- 2 ст.л.  
Солод - по желанию

Сначала делают закваску: Ржаной хлеб накладывают половину литровой банки и заливают водой до верха. Под банку ставят тарелку. Где-то через сутки с этой банки будет выпадать "шапка" забродившего хлебушка.  
Берут этой закваски пол -литровую баночку на трех-литровую банку. Добавляют 2 ст.л сахару, 2 кусочка свежего ржаного хлебушка и 1 кусочек хорошо подгорелого (для цвета) или заваривают солод 1/2 ч.л. (можно чуть больше), который нужно заварить кипятком. Заливают водой, накрывают крышкой и ставят бродить.  
Через сутки- полтора процедив можно пить.  
Следующую порцию делаем так: оставляем 2 кусочка хлеба-закваски+ 2- 3 кусочка ржаного хлеба и для цвета кусочек прижаристого хлебушка или солод, сахар. Заливаем водой и оставляем бродить.  
По вкусу получается не слегка газированный напиток, который прекрасно утоляет жажду. И никаких дрожжей.

Можно еще добавить несколько изюмин. От него напиток становится белее газированным.  
  
***Примечание***  
Из солодом сыровец получается, как магазинный бочковой. И с каждой новой банкой, квас будет еще насыщеннее и вкуснее.

**Бублики** 

*«Ну, хлопцы, будет вам теперь на* ***бублики****.»*

***Н.В.Гоголь «Заколдованное место», стр.168***

Опара:  
85 г. пшеничной муки 1 с.  
1.5 г. (¼ + ⅛ ч.л.) мгновенных дрожжей  
130 г. воды  
Замесите опару, положите в миску, затяните пленкой и оставьте на 2-3 часа при температуре около 30 °С.

1. Замесите тесто из всех ингредиентов, кроме масла. Когда тесто сойдется, начинайте добавлять кусками масло. Вымесите до однородного, гладкого, плотного теста. КitchenAid прекрасно справляется с этим за 6-7 минут.  
  
2. Разделите тесто на 6 равных частей и подкатайте их в тугие шарики. Прикладывайте силу, шарики должны быть по-настоящему тугими. Накройте шарики пленкой и дайте им отлежаться 20 минут.  
  
3. Большим пальцем проткните в середине шарика дырку, и немного растяните его, дайте ему отлежаться 5-10 минут и растяните до нужного размера. Уложите сформованные бублики на пластиковую доску или любую другую непористую поверхность и закройте пленкой. Расстойка - 1.5-2 часа при комнатной температуре.  
  
4. Обварка. По правилам бублики следует обваривать 5-20 секунд в воде температурой 92-95 °С с добавкой небольшого количества [крахмальной патоки](http://www.rusp.ru/page.php?div=art&&id=59&&supid=55). За отсутствием последней я пользуюсь кукурузным сиропом. Вскипятите воду, добавьте столовую ложку патоки или сиропа и убавьте огонь до минимума. Возьмите бублик, при необходимости растяните его до желаемого размера (я бы посоветовал ориентироваться на диаметр шумовки) и опустите в кипяток на 10-15 секунд, достаньте его шумовкой, стряхните излишек воды и выложите на противень застеленный пергаментом. Посыпьте бублики маком и дайте им чуть обсохнуть, минут 5.  
  
5. Заранее разогрейте духовку до 240 °С (460 F). Выпекайте бублики 16-20 минут, при необходимости разверните противень в середине выпечки. Последние несколько минут внимательно следите за бубликами - они очень легко подгорают.

**

**Квас**

«Хлеб выпечен, вкусен **квасок**»

Н.А.Некрасов «Мороз, красный нос», стр.175

***Крестьянский***  
  
Берется пол кило ржаного и 200 граммов ячменного солода, а также 300 граммов ржаной муки, 100 граммов ржаных сухарей, 50 граммов ржаного черствого хлеба, 700 граммов патоки и 40 граммов меда. Квас получается темно-красный, с небольшой пеной. Прелесть кваса, приготовленного по этому рецепту, еще и в том, что он может храниться в холоде до нескольких месяцев.  
  
Итак, замешивается солод и мука в 3 литрах воды. Тесто выстаивают 10-12 часов. Затем перекладывают в эмалированную емкость, накрывают крышкой, ставят в горячую духовку и кипятят на протяжении 3 часов. После этого перемешивают, соскабливая со стенок, заливают кипятком доверху и снова в духовку на сутки. Далее – переложить в большую емкость, залить 9 литрами воды, добавить сухари и хлеб, перемешать и отстаивать 8 часов.

***Хлеб***

*«На мельнице смелют и хлеб испекут»*

***Н.А.Некрасов «Мороз, красный нос», стр.182***

***Пряничный петушок ***

*«Глупо смеясь и ласково мыча, протягивал он ей пряничного петушка, с сусальным золотом»*

***И.С.Тургенев «Муму», стр.194***

Берем продукты:

* мука - 375 граммов,
* сахар - 80 граммов,
* молоко - 45 мл,
* мед - 120 мл,
* яйцо - одна штука,
* желток яичный - одна штука,
* какао-порошок - две чайные ложки,
* масло сливочное - 53 грамма,
* соль - одна щепотка,
* кардамон - три штуки,
* специи пряничные - 17 граммов.

Пряники - ароматная и не сложная выпечка. Предстоит смешать все входящие в состав компоненты.

Первым делом смешиваем сухие сыпучие компоненты: муку, какао, соль, пряничные специи.

Отдельно все жидкие ингредиенты следует нагреть на водяной бане, смешивая друг с другом - мед, масло, молоко, сахар. Сахар должен раствориться. Тогда отставляем в сторону до остывания.

Сухую массу смешиваем с жидкими остуженными ингредиентами. Туда гладем яйцо и яичный желток, все вместе смешиваем.

В результате получается мягкое, податливое пряничное тесто, не пристающее к рукам. Его оставляем, обернув пищевой пленкой, на один-два дня в холодильнике.

После этого можно раскатывать пряничное тесто и вырезать из него "Петушки"

***Щи с мясом***

*«Принесли Герасиму щей. Он накрошил туда хлеба, порезал мясо…»* ***И.С.Тургенев «Муму», стр.217***

******

Вот рецепт такого традиционного русского блюда, как щи кислые, из поваренной книги 1794 года: «Возьми капусты, говядины, ветчины, горсть овсяной крупы, луку, налей все то водою и вари до тех пор, чтобы нарочито упрело; потом, разболтавши в особливой чашке немного муки с коровьим маслом, на той же пшеной жиже опусти во шти и после подбели сметаною. При подавании же на стол насыпь перцу и положи мелко искрошенного репчатого луку и сухарей».

Источники

1. В. Я. **Коровина** В. П. Журавлев В. И. **Коровин** **ЛИТЕРАТУРА** **5** **КЛАСС** **Учебник** для общеобразовательных организаций В двух **частях** **Часть** **1** Рекомендовано Министерством образования и науки Российской Федерации 5-е издание Москва «Просвещение», 2015 2015 <https://fb.ru/article/450158/starinnyie-retseptyi-hleba-s-opisaniem-tehnologii-prigotovleniya>
2. <http://nalugah.ru/pticevodstvo/lebedi/recept-prigotovleniya-lebedya-kak-prigotovit-pticu-v-pishchu.html>
3. <http://www.edovo.ru/Rezept/8Pirogi/pahtetV.htm>
4. <https://povar.ru/recipes/galushki_ukrainskie-17513.html>
5. <https://mooka.com.ua/>
6. <http://www.bolshoyvopros.ru/>
7. <https://zen.yandex.ru/media/id/5f2d506af7350609878e91de/russkie-sci-recepty-iz-starinnyh-knig-kratkii-obzor-po-stanovleniiu-kulinarnoi-literatury-v-rossii-6127438ce3fa04199bf15d96>