

СКАЖИ МНЕ, ЧТО ТЫ ЕШЬ, И Я СКАЖУ, КТО ТЫ
Астафьева Т. В., Чернышова Л. Е.
научный руководитель ст. преподаватель Николаева Н. В.
Сибирский федеральный университет

В разных странах существуют свои национальные традиции питания, формирующиеся из национальных и исторических особенностей, климата, географического положения страны и других факторов.

В южных странах с теплым, жарким климатом, в пищу употребляют больше злаковых и фруктов, рыбу и не жирное мясо, а населению, проживающему в северных широтах, требуется пища с большим содержанием жиров, но всё в равной степени должно быть сбалансировано и гармонично, так как от качества питания зависит состояние нашего организма.

Народы, проживающие по берегам рек и морей, безусловно, употребляют в пищу больше рыбы и морепродуктов, так сложилось исторически, что древний человек употреблял в пищу те продукты, которые мог добыть, и употребление которых не нарушало его внутренние устои и принципы, сформированные в ходе дальнейшего развития. Так, индусы не употребляют в пищу говядину, ведь «корова в Индии - священное животное» и вряд ли кто посмеет нарушить запрет.

Даже темперамент человека зависит от того, что он употребляет в пищу. Южные горные народы, как любители острых блюд, всегда имели громкую славу о своём остром темпераменте. Например, в Грузии, Турции, Азербайджане, Армении большой популярностью пользуются блюда и овощные закуски, под остро – кислым соусом, щедро сдобренные зеленью и пряностями, приготовленные на открытом огне. Может именно это объясняет импульсивность южного характера, подвижность и активность природы.

Факторы:

1. Географический

Балканский полуостров окружен шестью морями: Черным, Эгейским, Мраморным, Адриатическим, Ионическим и Средиземным. При этом на данной территории (площадью всего-то 505 тыс.кв.км.) расположено целых 12 стран: Албания, Болгария, Босния и Герцеговина, Греция, Македония, Черногория, Сербия, Хорватия, Словения, Румыния, Турция и Италия. Ввиду географической близости кухни народов этих стран близки друг к другу: обилие фруктов и овощей, сыр, вино, богатые мясные блюда. А вот культурные традиции данных государств весьма отличаются.

Дары моря и рыба – весьма популярные блюда турецкой кухни, благодаря тому, что с трех сторон страна омывается различными теплыми морями: на севере Черным, на юге – Средиземным, а на западе – Эгейским. В турецкой столице даже есть специальная улица, которую в просторечье называют «рыбная», поскольку здесь расположились бесконечные ряды магазинчиков и ресторанов, наперебой предлагающих различные блюда из морепродуктов. Говоря о турецкой кухне, нельзя не упомянуть о пряно-приторных сладостях: халва, пахлава, засахаренные фрукты. А вот алкоголь в Турции не приветствуется, т.к. ислам запрещает употребление спиртных напитков. Но, несмотря на это, в стране есть национальный крепкий напиток – раке – анисовая водка. И, конечно же, бодрящий аромат знаменитого турецкого кофе царит на узких турецких улочках.

Множество рыбы в северных, но теплых водах Гольфстрима формирует обилие на норвежском столе рыбных деликатесов, которые, кстати, с успехом заменяют мясо. Благодаря хорошо развитому животноводству, сметана, сыр и прочие молочные продукты также являются достаточно обыденной для норвежца пищей. Норвежцы почти

не едят хлеб, который из-за недостатка плодородных земель, импортируется, а потому дорог, как, впрочем, и мясо. А вот на десерт норвежца любят сладенькое: разнообразные джемы, варенья из самых настоящих плодов суровой серверной природы, привычных, кстати, и нам – клюквы, брусники, черники, голубики, смородины и малины. А вот что касается еще одних даров – грибов, то норвежцы их не едят – ну, нет у них такой традиции.

2. Традиция

Кипр – остров богини Афродиты – находится в восточной части бассейна Средиземного моря. Здесь очень мягкий климат, живописные пейзажи, высокие горы и прекрасные песчаные пляжи, идиллические деревни и красочные гавани, древние монастыри и памятники античной архитектуры.

Пафос – город в юго-западной части о. Кипр, религиозный, культурный, торговый и административный центр, население которого составляет около 30 тыс. жителей. Атмосфера современной гавани очень располагает к отдыху и все больше и больше молодых пар имеют желание провести там свадебную церемонию.

Свадьбы на Кипре отличаются своей практичностью, т.к. на свадебном застолье гостям предлагаются только напитки, однако подарки весьма приветствуются, особенно если это толстые конверты.

У мексиканцев новогоднее меню отличается от повседневного лишь десертом – на праздник подается специальный «Королевский торт» с сюрпризом – в него запечена маленькая фигурка младенца. Считается, что кому она досталась, будет удачлив весь следующий год. Счастливец устраивает «королевский день» – 6 января, когда заканчиваются 20-дневные каникулы, приглашает к себе всех окружающих. А еще, в странах Латинской Америки ни один крупный праздник не обходится без пикаты – специальной емкости, горшка, который наполнен сладостями и привешен к потолку. Гости с завязанными глазами поочередно пробуют разбить пикату палкой. Тот, кому удалось это сделать, обязательно достигнет успеха в новом году.

3. Исторический

Пшеничный хлеб вошел в японский рацион только после поражения государства во Второй мировой войне, благодаря присутствию американских военных, разместивших здесь свои оккупационные базы. Именно они, начиная с бесплатных булочек на завтрак в японских школах, приучили жителей Страны Восходящего Солнца к американской пшенице. В итоге сегодня Япония импортирует около 5 миллионов тонн пшеницы каждый год. Кроме того, после поражения в войне риса в стране стало меньше, поскольку Япония лишилась своих главных «рисовых житниц» – Тайваня и Кореи.

4. Климатический

Основа греческой кухни – оливковое масло, которое весьма полезно и придает блюдам удивительный национальный вкус. Что касается кулинарных предпочтений греков, то их стол очень разнообразен и питателен, без ущерба фигуре. Все только натуральное и свежее: дары моря, мясные закуски, экзотические улитки, нежные сыры, обилие овощей и фруктов, медовые сладости, и множество вин из ароматного винограда. А еще одно из самых популярных лакомых закусок – так называемые «мадрис», что представляют собой скопление маленьких, вываленных в муке и поджаренных на оливковом масле, рыбок.

Молдавское вино славится по праву, поскольку именно в этой стране находятся одни из лучших виноградников Европы. Мягкий климат Молдавии: солнце, обилие внутренних рек и озер, плодородные черноземные почвы и близость к Черному морю (хотя фактически государство не имеет к нему выхода) как нельзя лучше подходят для винодельческого промысла. Площадь, занятая виноградниками составляет около четверти общей площади страны, из которых 90% используются в коммерческих целях.

Считается, что виноград появился здесь очень давно – примерно 6-25 миллионов лет назад.

5. Национальный

Основное и любимое блюдо жителей Латинской Америки – фасоль. Она является центром любого обеда. Помимо того, что фасоль очень сытная, она и полезна – в ней много растительного белка других питательных веществ. Популярное кушанье бразильцев – фейджоада – отваренная фасоль с добавлением мяса, овощей и специй. Все это смешано и обжарено. Помимо фасоли, в Бразилии также очень любят бананы и арахис – все эти продукты произрастают в той местности и являются достаточно калорийными.

Бельгия – родина чудесного шоколада, причем начинка некоторых конфет более чем необычна – там могут быть даже овощи. Из кулинарных особенностей можно упомянуть фруктово-ягодное пиво, которое подается в специальных пивных бокалах с круглым дном, на особой подставке, и высотой около полуметра. Такие емкости были придуманы одним предприимчивым трактирщиком, лавочка которого находилась около дороги. Поскольку длинная форма бокала уберегала напиток от разбрызгивания из-за тряски в карете, то изобретение торговца, равно как и его пиво, вскоре стали популярными по всей стране.

Прием пищи разных стран не заканчивается только на еде. Страны Востока подарили нам такой удивительный и уникальный подарок как чай. Именно китайцы показали нам всю его прелесть.

Каждая страна в мире имеет свой колорит, можно сказать, индивидуальность. В зависимости от этого различается и культура чаепития. К примеру, на Востоке, в том же Китае или Тайване проводят целые чайные церемонии. Только с их помощью люди могут оценить вкус и аромат чая. Чайная церемония – это не просто процесс неторопливого распития чая, а дань уважения старшему поколению и своим корням. Приглашение принять участие в ней является почетным, от него не принято отказываться. В некоторых регионах Китая чай пьют с солью.

Еще одной страной с хорошо развитой чайной культурой является Великобритания. Здесь чаепитие тоже проходит по определенным традиционным законам, причем используются целые чайные сервизы. Важной особенностью является то, что англичане не пьют чистый чай. Они обязательно добавляют в напиток молоко и даже сливки. Время, выделенное под чаепитие, принято проводить в приятной компании, говорить о хорошем, чтобы стресс или любые другие проблемы не отвлекали от него.

Остальные европейские страны, а также США не имеют ни малейшего представления о чайном ритуале. Все делается на бегу, поэтому все более популяризируются чайные пакетики. Да и мало кто вообще разбирается в сортах и оттенках вкусов настоящего качественного чая. При этом американцы большее предпочтение отдают кофе, а чай употребляют в основном из бутылок с разного рода добавками или пакетированный аналог напитка.

Европейцы любят класть в чай такие добавки, как лимон, обязательно сахар. Чаще его пьют после сытной трапезы, со сладостями.

Африканцы тоже знакомы с чаем. Здесь его даже выращивают и продают. При этом употребляют чай в основном с ароматическими добавками – бергамот, жасмин. Некоторые любят с кусочками фруктов. Египтяне, например, добавляют молоко, а кенийцы – пряности и специи. Оригинальным способом пьют чай в Южной Америке – холодным, с сахаром и льдом.

Еще один не менее популярный напиток – кофе. Принято считать, что кофейные традиции зародились в Йемене. Более двухсот лет эта страна была единственным поставщиком кофе на мировой рынок, и кофе по-восточному местные жители умеют варить даже лучше, чем турки. У йеменцев есть один секрет: кофе очень мелкого помола

должен подняться в джезве семь раз, не доходя до точки кипения. Они пьют свой ароматный, густой, крепкий и сладкий кофе с утра до вечера, при этом утверждая, что в одной чашечке должно быть всего три глотка: «первый – горький, как жизнь, второй – сладкий, как любовь, а третий – таинственный, как смерть».

Удивительным образом кофе добрался и до Бразилии. Уничтожив плантации гевеи в бассейне Амазонки, колонизаторы посадили на их месте кофейные деревья. А первые саженцы, по легенде, тайно подарила своему другу, португальцу Франсиско де Малло Палтеха, жена губернатора Гвианы. Этой романтической истории бразильцы обязаны тем, что сегодня почти треть кофе, продающегося на мировых рынках, отправляется во все части света из местного порта Сантус.

Многие убеждены, что самый душистый, густой и крепкий кофе на самом деле готовят в Аравии и в Северной Африке. Между тем, в Турции его в последнее время постепенно вытесняет чай, и заведений, где можно попробовать кофе, становится все меньше. В египетских кофейнях, где мужчины собираются для обсуждения разных важных дел, кофе по-турецки подают обычно с сахаром. Видимо, потому, что местные жители считают: он должен быть «черным, как ночь, горячим, как женщина, и сладким, как шербет». Этот способ заварки используется и в большинстве балканских стран, например, в Греции, где крепкий черный кофе в маленьких чашечках вам предложат со стаканом чистой воды. А в Болгарии его можно найти только на юге страны, где еще сохранились турецкие традиции.

А еще в Италии можно наблюдать такую картину:

Заходя в кафе некто говорит "1 эспрессо и 2 подвешенных". Или "2 кофе и один повешенный". Подвешенный кофе – это оплаченный кофе для того, кому самому сложно за него заплатить. Такой человек может прийти и попросить себе чашечку из подвешенных, таким образом один из заказанных впрок кофе будет выпит. Теперь такое новшество есть кое-где и в Москве.

Национальные напитки не заканчиваются лишь на кофе и чае. Для всех любителей пива имя «Guinness» – имя нарицательное. Это не только пиво №1 в Ирландии (занимающее 85% пивного рынка страны), но и одно из самых известных видов пива во всем мире.

Что ж, водка является одним из основных алкогольных напитков любого уважающего себя бара или ресторана в любой точки мира. Самая дорогая водка в мире – Vodka Diva. В каждой бутылке вы найдёте драгоценные или полудрагоценные камни, включая алмазы, которые поднимают цену одной бутылки с 70 долларов (35 евро) до заоблачных 1.060.000\$ (540.000 евро). Кашаса для бразильцев, как для русских водка. Сами бразильцы гордо называют Кашасу прародительницей рома. В большинстве случаев, среднее градусное содержание колеблется от 38 до 54 «оборотов».

Текила тоже очень популярный в последнее время напиток во всем мире. Делают текилу из голубой агавы – растения, похожего на кактус. Кстати, пить текилу с лимоном – это удел иностранцев, но ни как не настоящих мексиканцев, которые, как правило, запивают текилу Сангритой (смесь из помидоров, острого перца и лимона).

Бытует мнение, что японское sake – это рисовая водка, однако это не совсем верно. Скорее всего, японское sake – это аналог нашего пива. Обыкновенное sake – 15-17 градусов, хотя можно перегнать sake и получить напиток, схожий с нашей самогонкой, крепостью 35-45 градусов, но такую водку сами японцы называют сётю.

Чешский Абсент – популярный напиток среди любителей выпить чего-нибудь покрепче. По определению Абсент (Absinthe) – это алкогольный напиток приготовленный из экстракта полыни горькой (*Artemisia absinthium*). Абсент содержит 55-75% спирта. Еще за 1500 лет до Рождества Христова египтяне оценили этот напиток как отличное лекарственное средство.