

Управление образования администрации
муниципального образования городского округа «Усинск»
«Усинск» кар кытшын муниципальной юкӧнлӧн администрацияса
йӧзӧс велӧдӧмӧн веськӧдланін

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 5» г. Усинска
«5 №-а шӧр общеобразовательной школа»
муниципальной бюджетной общеобразовательной велӧданін Усинск кар

Тема работы

«Географическое положение как фактор в кухне стран мира»

Исполнитель:

*Рузанкина Эльвира
учащаяся 7а класса МБОУ СОШ №5 г. Усинска*

Руководитель:

*Канева Н.Б.
учитель географии
МБОУ СОШ №5 г. Усинска*

СОДЕРЖАНИЕ

| | |
|---|-------|
| 1. Введение..... | 2 |
| 2. Особенности формирования национальной кулинарии государств | 3-4 |
| 5. Географическое положение как определяющий фактор в японской кухне | 4-6 |
| 1. Называния блюд и искусство сервировки в Японии..... | 6-8 |
| 2. Любимые и знаменитые японские блюда..... | 8-12 |
| 3. Географическое положение как определяющий фактор русской кухни..... | 13-18 |
| 4. Практическая часть (анализ анкетирования)..... | 19-26 |
| 5. Заключение..... | 26-27 |
| 6. Приложения..... | 28-35 |
| 7. Список использованной литературы..... | 36 |

Введение

«Вкус пищи узнают, когда она во рту...»
(Японская народная мудрость)

Исторические события, происходящие в разных странах, а также их географическое положение, культура, традиции, национальные особенности и религиозные верования их народов оказывали большое влияние на национальные кулинарные рецепты. «Скажи мне, что ты ешь, и я скажу, как ты живешь», говорит одна старинная поговорка. И в самом деле, если знать кулинарные традиции определённого народа, то легко можно догадаться и о местонахождении, и о климате страны, и о «национальном характере».

Я решила выяснить, в чём причина такого многообразия национальных кулинарных рецептов и что повлияло на формирование национальных блюд отдельных территорий. Для этого необходимо было ответить на следующий вопрос: какие факторы определяют кулинарные особенности той или иной территории?

Цель моей работы: определить факторы, влияющие на развитие кулинарных предпочтений населения отдельных территории.

Чтобы достичь цели, мне необходимо решить **следующие задачи:**

1. изучить литературу по данному вопросу;
2. выявить факторы, оказывающие наибольшее влияние на формирование кулинарных особенностей территорий;
3. рассмотреть и проанализировать особенности национальной кухни России и Японии;
4. провести анкетирование учащихся и педагогов школы относительно кулинарных предпочтений.
5. приготовить в домашних условиях своё любимое блюдо.

Методы исследования:

1. библиографический анализ, анализ литературы и материалов сети Интернет;

2. анкетирование;
3. анализ данных.

Особенности формирования национальной кулинарии государств

Методы приготовления многих блюд совершенствовались на протяжении многих веков и сегодня, сами не осознавая того, мы используем рецепты и приёмы приготовления различных блюд, которые были известны очень давно.

От климатических условий страны во многом зависят применение способов приготовления различных блюд, разнообразие кухонной посуды и утвари, использование различных пряностей. Так, например, в азиатских странах при приготовлении пищи принято использовать большое количество разнообразной пряной зелени, для приготовления плова (который очень распространен в различных азиатских кухнях) — использование казана. Для кухонь европейских государств, стран Америки, Австралии и Новой Зеландии, для которых характерна пища, которую можно достаточно быстро приготовить, очень популярны сэндвичи, бутерброды, пицца, канапе.

Способы приготовления пищи во многом зависят от культуры и традиций тех или иных народов. Часто аналогичные блюда, отличающиеся использованием различных сортов мяса, специй и зелени, можно встретить в кухнях разных народов.

Любое государство, наряду со своими историческими достопримечательностями, получает свою известность через призму приготовления своих национальных блюд. Они поражают воображение своей необычностью, великолепным вкусом и разнообразием, имеют свою древнюю историю и свои пищевые и вкусовые особенности.

Питание - один из основных факторов, обуславливающий существование человека. Количество пищи, качество продуктов, ассортимент потребляемых пищевых продуктов, своевременность приготовления и

регулярность приёма пищи особым образом влияют на жизнедеятельность организма. Вот почему искусство приготовления пищи является одной из самых древних областей человеческой деятельности, ведущей своё происхождение от первобытных людей. Становление определённых гастрономических привычек и пристрастий каждого народа мира складывались на протяжении многих веков. Постепенно сформировались национальные кухни народов мира, являющиеся неотъемлемой частью всякой национальной культуры каждого народа. Сегодня у каждого народа есть своя национальная кулинария, для которой характерны свои, отличные от других, национальные блюда и особенности их приготовления.

Я решила, что в качестве конкретных примеров нет ничего более подходящего как национальная русская кухня и кухня японских островов, наших восточных соседей, которая распространена сегодня повсюду.

Географическое положение как определяющий фактор в японской кухне

Из-за особенности географического положения в Японии сложилась одна из самых удивительных в мире гастрономических культур, стоящая особняком, как от далекой ей европейской традиции, так и от территориально близкой восточной. Столетиями Япония оставалась закрытой страной, и этот фактор сохранил для нас японскую кулинарию во всей её самобытности.

Япония – островное государство. В тёплом море, омывающем японские острова, обитает самая разнообразная живность. Японцам известно более 10 тысяч видов морских животных, большую часть которых они считают съедобными. Европейцы могут позволить себе быть гораздо более привередливыми в выборе морских продуктов, ведь дары моря для них лишь небольшая часть рациона. Но в Японии в пищу употребляют почти всё, что даёт море: водоросли, всевозможных моллюсков, крабов, кальмаров, трепангов. По сей день Япония занимает первое место в мире по добыче

рыбы. Многие морские обитатели, которых с удовольствием едят в Японии, даже не имеют названия в других языках.

Морское богатство Японии уравнивается крайней бедностью её земли. Японские острова – местность гористая: сплошные каменистые террасы, не очень-то подходящие для земледелия и скотоводства. Небольшие, тщательно культивируемые территории, годные для земледелия, обычно отдаются под выращивание риса и некоторых других злаковых культур. Естественно, держать скот в условиях нехватки пастбищ практически невозможно. Если верить дошедшим до наших времен литературным источникам, запах и вид говядины был столь непривычен для японцев, что мог вызывать у некоторых обморок. Коровы, козы и овцы в Японии столетиями были такой редкостью, что их мясо считалось даже не лакомством, а лекарством. С этим же связано то, что японцы долгое время почти не употребляли в пищу молочных продуктов и даже считали их вредными. Свиньи и домашняя птица были, правда, более распространены, однако их количества все равно не хватало для густонаселенной страны.

Как ни говори, но бедность японской земли породила изысканность и изощренность японской кулинарии. Японцы утверждают, что «на свете можно есть все, кроме отражения луны», и порой употребляют в пищу такие вещи, которые более избалованные природой люди и в рот бы не взяли: корни, болотную ряску, цветы. Многие японские блюда – дети голода: они содержат очень мало калорий, зато способ их приготовления призван сохранить наибольшее количество витаминов и полезных веществ.

Например, овощи в Японии принято подавать недоваренными (так, чтобы они аппетитно хрустели на зубах), а рыбу и мясо вообще сырыми (или после минимальной термической обработки). Традиционно маленькие японские порции – следствие нехватки продуктов в деревнях старой Японии. В старинной японской легенде даже существовало жестокое правило: «кто съест три рыбины один, станет чудовищем водяным». Сказка про беременную женщину, которая нарушила этот завет и долгие годы провела в

озере в образе ужасного дракона, рассказывается в Японии по сей день. Неудивительно, что сейчас, когда Европа озабочена не столько выживанием, сколько диетами и здоровым образом жизни, японская кулинария стала столь популярной.

Названия блюд и искусство сервировки в Японии

Кого может привлечь сырая рыба в её обычном виде? Холодная, скользкая, пресная, пахнущая морской водой... Но если красивым веером разложить тоненькие ломтики на квадратной тарелке толстого фарфора, украсить их овощами, зеленью, нежно розовыми кусочками маринованного имбиря и зеленым комочком васаби, блюдо приобретет необычайную изысканность, сохранив свою простоту и естественность.

Искусство украшения блюд у японцев (приложение 1) возведено в культ



и составляет значительную часть профессионализма повара. Так повелось с древних времён, когда красота и изящество оформления восполняли скромный набор продуктов. Поэтому о японских блюдах часто говорят, что они готовятся

больше для глаз, чем для еды. Из съестного составляют целые мозаичные картины, украшают блюда живыми моллюсками или напротив – несъедобными элементами, призванными ублажать тонкий эстетический вкус едока. Одно и то же блюдо может в разное время года выглядеть по-разному. Зимнее настроение придаст салату натертый белоснежный дайкон (японский сорт редьки). Благодаря ему создается впечатление мокрого снега, который налипает на голые ветви деревьев. Осенью тот же салат будет

украшен кусочками моркови, нарезанными в форме кленовых листьев. В весеннем варианте блюдо будет посыпано бело-розовыми лепестками, которые напомнят о цветущей сакуре.

Большое значение имеет и название блюда. Японцы — мастера давать своим блюдам красивые и загадочные имена, наполненные глубоким смыслом. Например, характерное для поздней осени блюдо «фуруфуки» (мелконарезанный отварной редис с соевым творогом). Слово, давшее название блюду, означает в японском языке пар, исходящий от горячей ванны, столь уместной в холодное время года. Жареные каракатицы именуются в японском меню «сосновые шишки», потому что на них похожи глянцевиые жареные кусочки; мясное блюдо в фольге называется «серебряные лодочки»; взбитая в пену тёртая репа — «облака репы»; приготовленное из куриного мяса и яиц блюдо довольно цинично окрестили «родители и дети».

Названия многих японских блюд восходят к старым легендам и сказкам. Например, популярный в Японии вид суши с огурцом называется «каппа» — в честь героя японского фольклора водяного Каппы, любящего огурцы. Еще два персонажа японских сказок, проникших в меню, — кицунэ (лис) и тануки (барсук). В честь лиса обычно называют блюда, покрытые золотистой корочкой, — намёк на цвет шерстки животного. А вот блюда, названные по имени обманщика барсука, могут преподнести сюрприз: например, вместо ожидаемых креветок в тарелке обнаружатся кусочки пустого зажаренного кляра. Этот невинный обман символизирует трюки тануки-жулика в японских сказках.

Большое значение придаётся количеству поданной на стол еды. В отличие от тяжелой русской пищи, которую принято подавать солидными порциями, японская еда легко усваивается, а порции рассчитаны так, чтобы избежать пресыщения. При определении размера порции японцы учитывают тип пищи, время года (зимой порции крупнее, летом — меньше) и даже возраст гостей (молодым подают больше, чем пожилым). Основное внимание

при составлении меню уделяется разнообразию. Скромный званый домашний обед обычно включает 5 наименований блюд: рис, суп и 3 блюда с закусками. По торжественным поводам может устраиваться обед с полным набором блюд. Он включает рис, два супа и 5-7, а иногда и 10 вариантов закусок. На стол обычно выставляется сразу всё, понятие главного блюда отсутствует.

В японской сервировке высоко ценится красота пустого пространства. Сервировочные и порционные тарелки никогда не заполняются до краёв, угощения раскладываются свободно. Не менее важна при сервировке красота контраста. Цвет тарелки должен оттенять кушанье, причём круглая пища подается на квадратных блюдах и наоборот. Бульон может быть «украшен» большим рыбьим глазом, который призван подчеркнуть округлость чаши. Принципы японской сервировки хорошо иллюстрирует манера подачи на стол обычной для европейцев ягоды – клубники. Тонкий запах, неясный вкус, глубокий насыщенный цвет и угловатые формы клубники очаровали японцев, впервые столкнувшихся с этой ягодой только в XIX веке.

Клубникой в Японии принято завершать трапезы в самых престижных и дорогих ресторанах. Каждому гостю подается квадратная тарелочка, на которой лежит всего одна клубничина. Для десерта подбираются наиболее неказистые ягоды – перед употреблением гостю следует насладиться их видом, суметь разглядеть в этой неказистости красоту.

Квадратная и круглая, длинная и короткая посуда на столе должна сочетаться определенным образом. Круглая чаша соседствует с квадратной, причем поставленной ромбом. На японском столе царит асимметрия и кажущийся хаос, хотя на самом деле в этой манере сервировки есть логика и гармония - все блюда уравнивают друг друга.

Любимые и знаменитые японские блюда

нарезки рыбы. Существует целое искусство владения ножом, чтобы создать маленький кулинарный шедевр.

2. Тэмпура – те же морепродукты, но приготовленные в специальном кляре. Подаются на стол с различными соусами и водорослями.

3. Тяхан – японский плов, который изначально готовился с морепродуктами, но в последнее время допускает также использование в рецепте различных видов мяса.

4. Фугу – знаменитое блюдо, в приготовлении которого используется ядовитая рыба. Нанести вред человеку такая пища может, если ее неправильно приготовить. Поэтому сделать такой кулинарный шедевр может только повар с лицензией.

5. Сукияки – одно из немногих мясных блюд японской кухни, в составе которого тонко нарезанное мясо, овощи, грибы и лапша. Все ингредиенты готовятся в специальном котелке и на стол подаются в нем же. А участники трапезы могут самостоятельно положить себе нужное количество блюда.

Япония знаменита и другими национальными блюдами, которые известны во многих странах мира. Хорошие японские рестораны дают возможность попробовать на вкус эту необычную и легкую кухню, но дух и



атмосферу Японии можно понять, только побывав на островах.

Особенности и тонкости японской трапезы

Японская кухня представляет интерес не только благодаря своим необычным блюдам, но

также из-за самой сути процесса их потребления. В этой стране, как ни в

какой другой, соблюдаются обычаи и традиции до, во время и после трапезы. Прием пищи является настоящим ритуалом, за которым интересно понаблюдать и принять в нём участие.

Основными правилами и особенностями японской трапезы можно назвать:

- традиционный приём пищи происходит за низким столиком, вокруг которого японцы сидят на собственных пятках, хотя мужчинам допускается несколько вольная поза – со скрещёнными перед собой ногами;
- перед началом еды все произносят традиционную благодарность за пищу – итадакимасу;
- поскольку многие блюда японцы едят руками, возле них находится специальное горячее полотенце, которым они вытирают руки и лицо в случае необходимости;
- у японцев практически никогда нет на столе основного блюда, все разновидности пищи представлены в небольшом количестве, но чтобы можно было попробовать всего по чуть-чуть;
- за японским столом считается нормальным попробовать все блюда, а только потом приступать к основной части трапезы, кушая то, чему отдается наибольшее предпочтение;
- главной пищей всегда является рис и блюда из него, поэтому этот продукт необходимо доест до последнего зернышка;
- если какое-либо блюдо изначально подавалось накрытым, то доев его, нужно также накрыть;
- любые блюда, подаваемые кусочками, принято брать палочками и полностью класть в рот, откусывать их некрасиво;
- палочками для еды не принято указывать на человека или двигать ими блюда на столе;
- если за столом употребляются напитки, участники трапезы наливают их друг другу, ведь себе наливать напиток не принято.

Японская кухня известна также многими другими традициями и правилами, основное назначение которых – сделать приём пищи приятным и лёгким для каждого участника трапезы. Даже за столом японцы проявляют максимум уважения и почтения друг к другу. Поэтому присоединяясь к японской трапезе, стоит знать хотя бы основные правила застольного этикета, чтобы не выглядеть невежливо или обидеть кого-то своими нежелательными действиями.

В традиционном японском ресторане никогда не будет одно и того же меню на протяжении всего года – оно будет существенно меняться в зависимости сезона. Это ещё одна характерная особенность японской кухни. Строгое деление на сезоны связано с тем, что еда всегда должна быть свежей. Никаких «припасов» и «заготовок» в японской кухне не существует. Уважение к сезонам доходит вплоть до того, что блюда украшаются листочками или цветами в зависимости от того, осень или весна за окном. Впрочем, украшение блюд цветами характерно только для высоких приемов.

Все блюда подаются одновременно и надо попробовать понемногу все, что есть на столе, и только после этого остановиться на наиболее понравившихся. Часть блюд (обычно это закуски, такие как суши, роллы, куски рыбы или мяса и прочее) выкладываются на общие блюда, а каждому участнику обеда даётся небольшая тарелка, на которую он накладывает то, что хочет попробовать. Еда с общего блюда перекладывается палочками на личную тарелку. Брать общее блюдо в руки не принято. Сначала пробуют рис, затем блюда из сырой рыбы, затем суп и после этого всё остальное. Если блюдо подаётся в чаше, накрытой крышкой, то после того, как оно съедено, чашу следует снова накрыть.

Географическое положение как определяющий фактор в русской кухне



Самая большая страна по территории - Россия, она разнообразна по своему рельефу, природным богатствам и народам, населяющим её. Каждый народ имеет свой язык, обычаи, традиции, излюбленные блюда, особые традиции застолья, приготовления пищи.

Русская кухня имеет долгую историю и весьма популярна во всем мире. Именно из России на столы многих иностранцев попали икра, красная рыба, гречка, ржаной хлеб, студень, щи, уха, блины и многое другое. Кухня русского народа важная составляющая русской мировой культуры. Сегодня она самая разнообразная в мире. Я прочитала много интересной информации

о формировании русской национальной кухни, а так же узнала о факторах, влияющих на неё.

Россия... Огромная страна, раскинувшаяся от Балтийского моря на западе до Тихого океана на востоке, от Арктики на севере до Кавказских гор на юге. От наличия воды и количества солнечного тепла и света в каждом регионе водятся совершенно разные растения, птицы, рыбы и животные. Таким образом, флора и фауна диктуют выбор продуктов, а характер, темперамент и менталитет влияют на способы приготовления пищи. Из всех этих компонентов и складывается тот феномен, который принято обозначать понятием национальная кухня. Важнейшую роль в формировании русской национальной кухни сыграла территория, покрытая лесами и развитая гидрографическая сеть.

В России в пищу используют не только дары леса: орехи, грибы, ягоды, мёд; дичь, но и речную рыбу, особенно ценных пород: осётр, стерлядь, кета, горбуша и т.д. На равнинных просторах степей и на юге лесной зоны, русские издавна выращивают рожь, пшеницу, овощи, разводят скот и птицу. Поэтому в русской кухне много блюд крупяных – различные виды хлеба и каш, а так же мясных блюд. Одно из наиболее традиционных русских блюд – это хлеб из дрожжевого ржаного теста, который на Руси начали выпекать более десяти веков назад. Довольно большое место в русской кухне занимают каши, которые разнообразили грибами, ягодами, овощами, рыбой и молоком. Одним из главных блюд традиционной русской кухни являются супы: холодные, лёгкие, щи, рассольники, солянки, уха, крупяные и овощные. Обилие разнообразных супов в русской кухне не имеет аналогов во всем мире. Благодаря огромному количеству рек, озёр, побережье морей в России весьма важное место на русском столе занимают рыбные блюда: её готовят варёной, паровой, фаршированной, тушёной, заливной, печёной, солёной, сушёной и жареной. Мясные блюда в исконной русской кухне разнообразием не отличались. Мясо варили куском в супах или кашицах, а затем использовали как закуску или второе блюдо. К мясу

подавали овощи или грибы, а также соленья, мочёные или кислые яблоки, мочёную бруснику, каши. Сейчас мясные блюда занимают довольно почётное место в русской кухне, ни в чём не уступая рыбным блюдам.

И, нельзя не сказать о русской выпечке: помимо блинов и пирогов настоящим украшением стола всегда служили куличи и пряники. Куличей в России существует около 20 разновидностей и пряников вдвое больше.



В северных и центральных районах нашей страны суровые и долгие зимы, поэтому прихода весны ждут с нетерпением, шумно и весело провожают зиму. Проводы длятся обычно, целую неделю, и носят название «Масленица». Это древний народный праздник. Неизменным атрибутом проводов зимы является обилие традиционных кулинарных блюд, и в первую очередь – блинов всех видов, ибо круглый горячий блин – символ весеннего солнца. На примере изготовления блинов ярко видна характеристика особенности русской кухни – использование муки не только из ржи и пшеницы, но и из других злаков: гречихи, овса, проса. Из ржаной, гороховой, и овсяной муки готовили кисели, причём, сладкие (современные) кисели появились лишь позднее с приходом в русскую кухню картофельного крахмала. До широкого распространения картофеля (со второй половины XIX века) основным овощем служила репа. Традиционной русской приправой и молочным продуктом является сметана, которой заправляют

супы и салаты. Другим русским молочным продуктом является творог, из которого готовятся сырники.

Большое влияние на тепловую обработку продуктов оказал особый кухонный очаг — русская печь, которая существует уже около 4 тыс. лет. Географическое положение и климат имели первостепенное значение и в этом вопросе.

Причина долговечности русской печи в её универсальности. Русская печь в условиях довольно суровой зимы служила источником тепла и устройством для приготовления пищи. В печи выпекали хлеб, варили пиво и квас, сушили продукты и одежду и даже мылись. Русская печь потребовала создания посуды особой формы, вначале керамической (славянские горшки), а затем и металлической (чугуны). Дело в том, что посуда в ней нагревалась больше с боков, поэтому она должна была иметь большую боковую поверхность. Кроме того, посуду такой формы удобнее было доставать из печи рогачом и ухватом. Приготовленные в русской печи кушанья отличались особым вкусом и ароматом. Русская печь определила и своеобразные приёмы жарения гусей, уток, кур, поросят — тушками, а мяса — крупными кусками, запекание окорока целиком и некоторые другие.

Большинство блюд русской кухни готовятся в печи, для чего используются горшки и чугуны, для тушения мяса птицы используются чугуны особой формы — утятницы (латки) или гусятницы. Применялись в русской печи сковороды либо со съёмной ручкой, либо без неё. Для установки в печь и извлечения сковород использовали чепельник (или сковородник), для горшков и чугунов — ухват, для извлечения хлеба, выпекаемого в русской печи, использовали садник, в форме деревянной лопаты. Традиционной посудой являются миски и деревянные ложки.



Блюда из русской печи



временем буква Е была заменена на О.

1. Солянка - известна всем. Но то, что она является исконно русским блюдом, думаю знают немногие. А ведь это крестьянская еда, деревенское, сельское кушанье, которое раньше называлось не сОлянка, а сЕлянка, просто со



2. Щи - основное жидкое горячее блюдо на русском столе на протяжении вот уже более тысячелетия.

3. Похлебки - первые горячие блюда, являющиеся по существу крепкими овощными отварами. В отличие от

супов и щей, приготовляемых на мясных бульонах, похлебки - легкие супы, основу которых составляют вода и овощи.

4. Рассольники - жидкое горячее первое блюдо на кисло-соленой огуречной основе.

5. Ржаной (чёрный) хлеб - одно из отличительных особенностей русской кухни - широкое использование ржаного (чёрного) хлеба. Он появился в

России в IX веке, раньше пшеничного хлеба, и сразу же завоевал популярность.

6. Русский хлеб - в отличие от Западной Европы, где вытеснение чёрного хлеба пшеницей произошло ещё в XVII столетии, ржаной хлеб никогда не уходил со столов и оставался полноценной частью рациона.

Итак, русский национальный стол немыслим без хлеба, блинов, пирогов, каш, без первых жидких холодных и горячих блюд, без разнообразия рыбных и грибных блюд, солений из овощей и грибов; дичи и жареной домашней птицы, без варенья, пряников, куличей и пр.



Практическая часть

Чтобы изучить, какая кухня более предпочтительна среди окружающих меня людей, я провела опрос среди учащихся и учителей нашей школы № 5 с целью выяснения вкусовых предпочтений респондентов.

В опросе приняли участие 35 человек, из них 12 мальчиков, 16 девочек, 7 учителей.

Анкета:

1. Кухни каких народов мира готовят в вашей семье?

- ☐ русская
- ☐ украинская
- ☐ татарская
- ☐ коми
- ☐ японская
- ☐ свой вариант _____

2. Какую кухню вы предпочитаете?

✓ _____

3. Блюда каких стран вы пробовали?

✓ _____

4. Какие блюда русской кухни вы знаете?

✓ _____

5. Ваши любимые блюда русской кухни?

✓ _____

6. Какие блюда вы можете приготовить самостоятельно?

✓ _____

7. Есть ли у вас любимые блюда в японской кухне?

✓ _____

8. Знаете ли вы что такое суши и роллы?

- ☐ Да
- ☐ Нет

9. Пробовали ли вы суши и роллы?

- ☐ Да
- ☐ Нет

10. Как часто вы употребляете "Суши" "Роллы"?

- ☐ 1 раз в неделю
- ☐ 1-2 раза в месяц
- ☐ употребляю, но очень редко
- ☐ не употребляю вообще

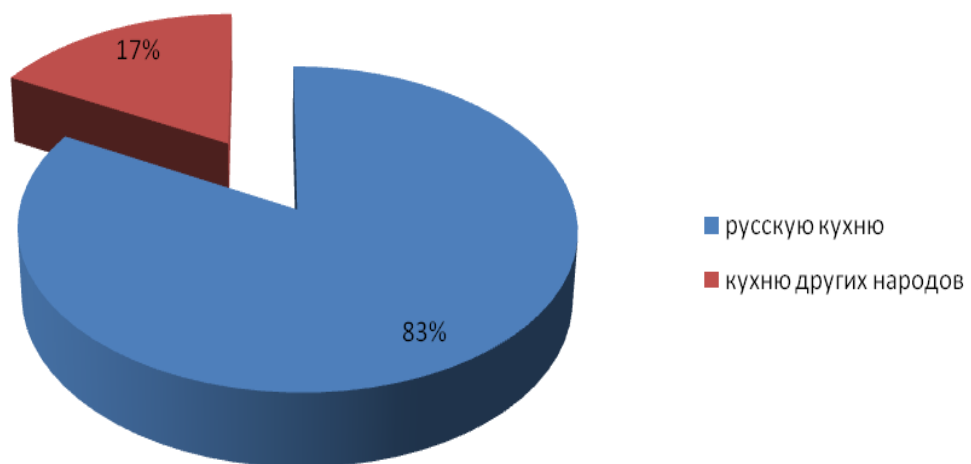
11. Умеете ли вы пользоваться китайскими палочками?

- ☐ Да
- ☐ Нет
- ☐ Умею, но плохо

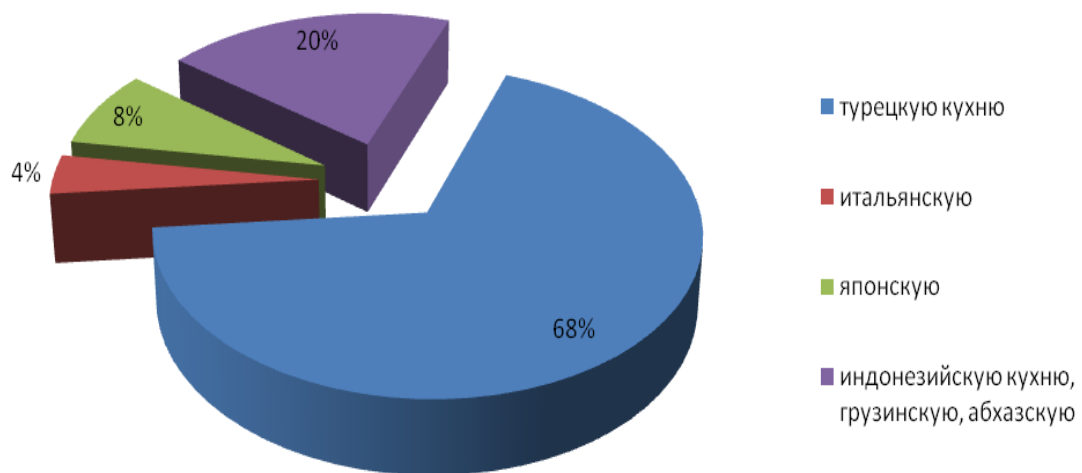
Анализ анкетирования



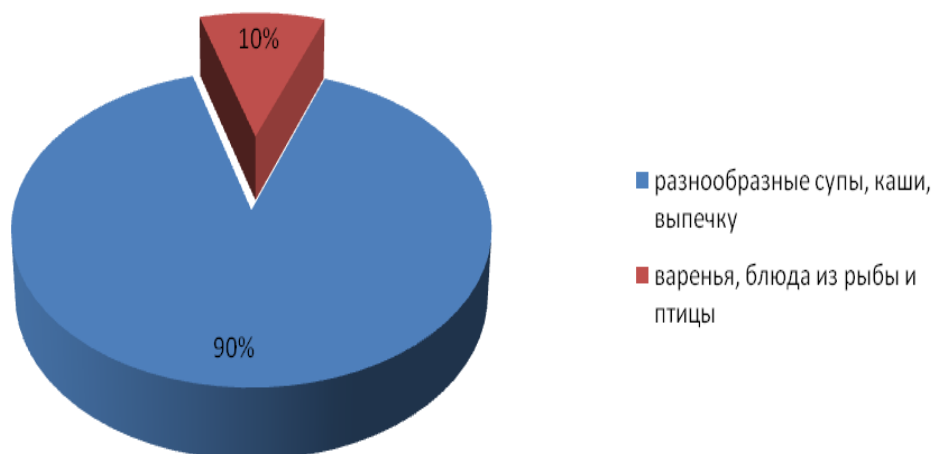
Какую кухню вы предпочитаете?



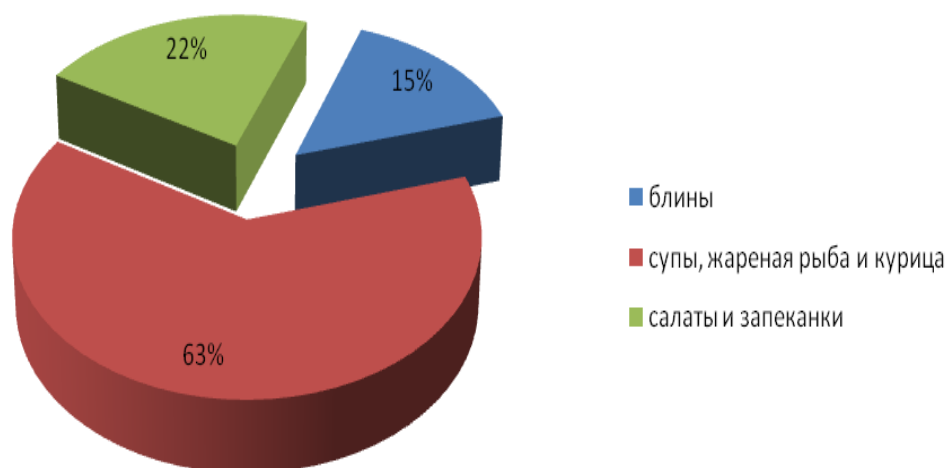
Блюда каких стран вы пробовали?



Какие блюда русской кухни вы знаете?



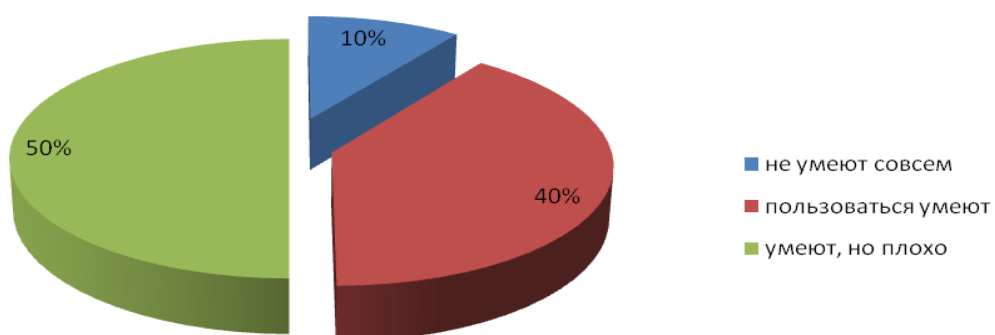
Ваши любимые блюда русской кухни?



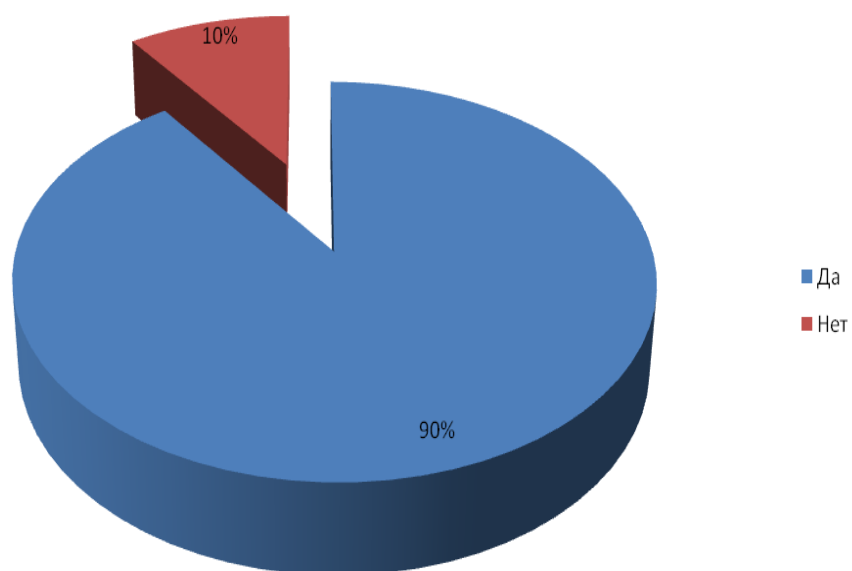
Какие блюда вы можете приготовить самостоятельно?



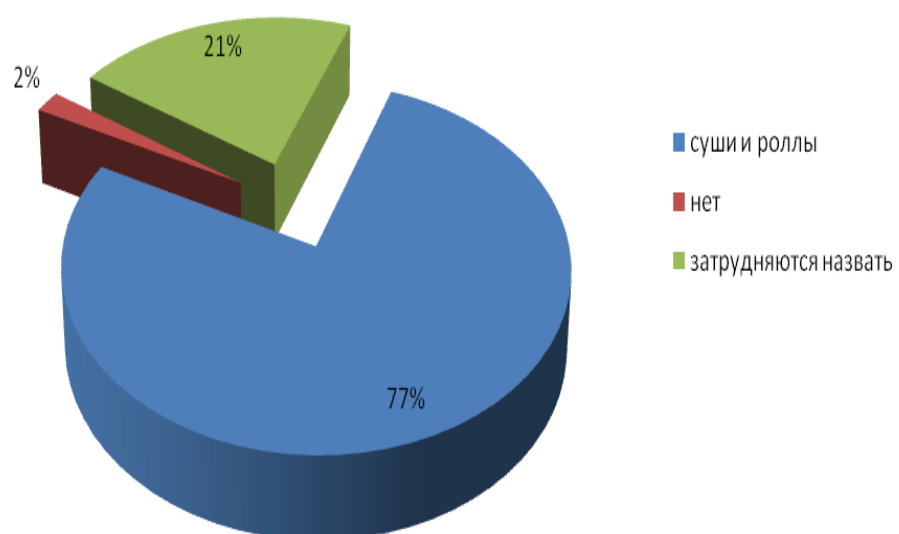
Умеете ли вы пользоваться китайскими палочками?

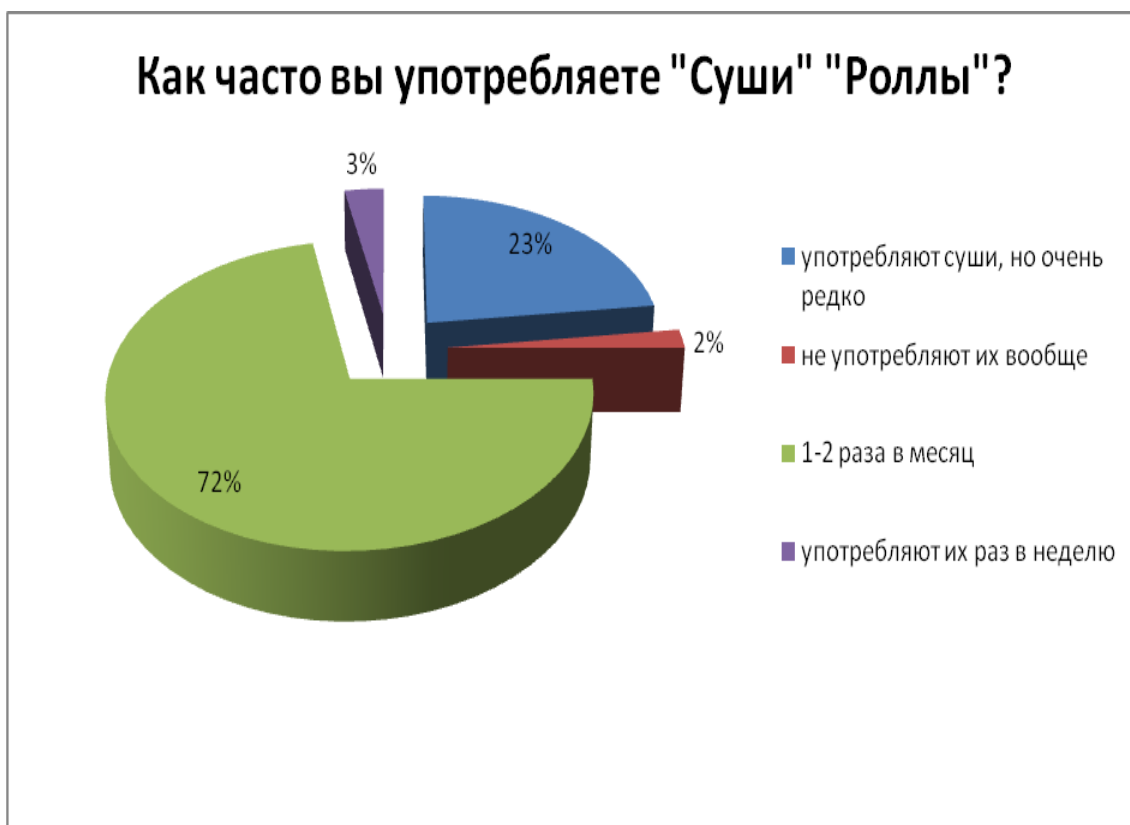
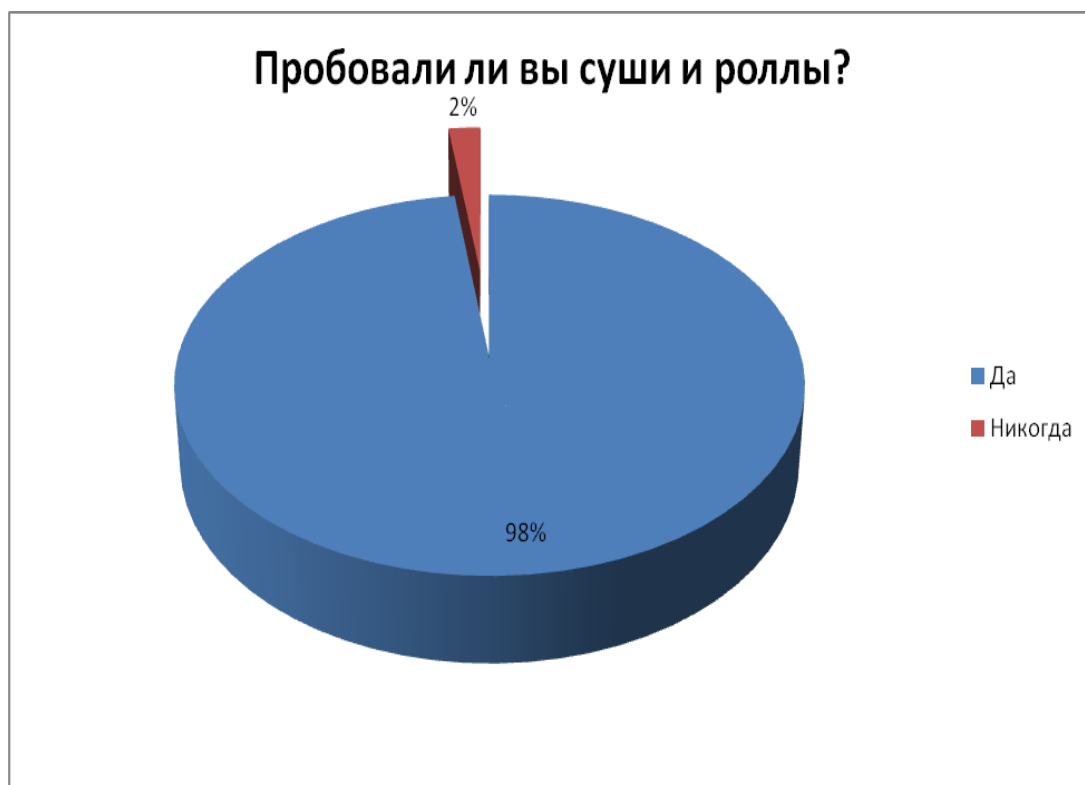


Знаете ли вы что такое суши и роллы?



Есть ли у вас любимые блюда в японской кухне?





На основании анализа собранных в ходе анкетирования ответов респондентов установлено, что большая часть опрошиваемых чаще готовят в семье блюда русской и украинской кухни. Большинство предпочитают блюда

русской кухни. Самыми любимыми блюдами русской кухни оказались первые блюда и различная выпечка. Многие опрошиваемые при посещении стран ближнего и дальнего зарубежья пробовали блюда разных народов и стран.

Из блюд японской кухни самыми любимыми и часто употребляемыми являются роллы и суши. Что такое суши и роллы знают 90% опрошенных, 10% - дали не совсем точный ответ. На вопрос: «Как часто Вы употребляете суши и роллы», я получила следующие ответы: 23% - употребляют суши, но очень редко, 2% - не употребляют их вообще, 72% - 1-2 раза в месяц, и лишь 3% - употребляют их раз в неделю. В японской кухне очень ценится умение пользоваться китайскими палочками, потому что даже не все японцы и китайцы умеют ими пользоваться. На вопрос умеют ли пользоваться китайскими палочками для еды: 10% - не умеют совсем, 40% - пользоваться умеют и 50% ответили, что умеют, но плохо.

Таким образом, современным школьникам близка и хорошо знакома как русская, так и японская кухня, со своей культурой, кухней и технологиями, Япония тесно вошла в нашу жизнь.

Заключение

Каждый народ имеет свой неповторимый уклад жизни, свои обряды, обычаи, танцы, песни, сказки, легенды. Жизнь наших близких или далеких соседей по стране, во всех ее проявлениях, интересна каждому. Одним из таких проявлений является кулинария - одно из древнейших умений человечества, восходящее к кострам первобытных. Гастрономические привычки, пристрастия и антипатии, способы приготовления пищи и приемы подачи кушаний складывались у каждого народа в течение веков.

Каждый народ накопил специфические особенности, выразившиеся, в частности, в неповторимом вкусе или особых привкусах блюд. Корни этих особенностей уходят вглубь веков. В появлении их сыграли свою роль

различные факторы: географическое положение, экономические условия, религиозные верования, система культовых запретов, старинные обычаи, регламентировавшие образ жизни и пр.

Популярность японской кухни, как и русской во всём мире необычайно широка. Национальные кулинарии прошли чрезвычайно долгий путь развития, отмеченный несколькими крупными этапами, каждый из которых оставил свой след до наших дней.

На основе исследований были сделаны следующие выводы:

1. Изучив литературу по данному вопросу, я выяснила, что наибольшее влияние на формирование кулинарных особенностей территории оказывают его географическое положение, климатические условия, культура и традиции русского и японского народов.

2. Принявших в анкетировании опрошиваемых 95,65% считают, что русские блюда являются самыми популярными и разнообразными.

Приложения

Приложение 1

Правила японского этикета

Соблюдайте некоторые правила при поедании суши, дабы не показаться окружающим бестактным.

Никогда не подавайте другому человеку еду палочками (это связано с буддийским погребальным ритуалом, во время которого участники передают друг другу урну с прахом умершего); если хотите поделиться едой, подайте другому человеку тарелку со всем содержимым и позвольте выбрать самому.

Если Вы намерены есть с кем-то из одной посуды, пользуйтесь палочками оба. Суши можно есть руками, роллы - только палочками. Не держите палочки за середину, старайтесь всегда взять за кончики. Не используйте палочки, чтобы подвинуть к себе тарелку с едой. Не кладите откушенный кусок обратно на тарелку. Не просите нож.

После еды нужно опять положить палочки на подставку для палочек, лучше всего параллельно суши бару. Никогда не кладите палочки непосредственно на стол. Никогда не кладите палочки обратно в посуду (это тоже вызывает у японцев ассоциации с похоронами). Старайтесь съесть весь рис. Оставить на тарелке даже небольшое количество риса - большая бестактность в Японии.

Ни под каким предлогом не закуривайте сигарет. Табачный дым не позволяет другим наслаждаться вкусом и запахом деликатесных блюд. Кроме того, что особенно важно, только по запаху можно определить, свежая рыба или нет. Соевый соус является приправой к рыбе, никогда не макайте в него суши целиком.

Мнения японцев расходятся: одни советуют начать с роллов, потом съесть суши, и закончить супом с рисом; другие советуют сначала съесть суши с омлетом и овощами, потом что угодно, а роллы оставить на конец.

Интересные факты о роллах и суши

Несмотря на огромную популярность этих блюд, редко кто задумывался об особенностях и фактах, которые окружают роллы и суши. Следует сказать о них, что весьма расширит кругозор и позволит еще сильнее усилить интерес к японской кухне.

Факт №1 - роллы и суши готовят мужчины. Зайдя в любой ресторан, можно увидеть, что занимаются японской кухней лишь мужчины. Увидеть женщин в этом ремесле можно в редчайших случаях. Оказывается, что причина того, что 90 процентов поваров японской кухни - это представители сильной половины человечества - иная температура тела. Именно она оказывает влияние на то, что вкус роллов и суши такой, каким мы его чувствуем, употребляя деликатесы.

Факт №2 - самый длинный ролл в мире. Рекорд по созданию самого длинного ролла принадлежит не Японским поварам и мастерам японской кухни ряда азиатских стран, а жителям города Екатеринбурга. Именно суши поварам этого города удалось создать деликатес длиной 2,5 километра. Произошло это в 2009 году. На всем протяжении блюда была различная начинка. Деликатес был употреблен через несколько часов после того, как рекорд был официально зарегистрирован.

Факт №3 - Роллы и суши с насекомыми. Доставка роллы и суши - это доставка деликатесов с различными начинками. Это авокадо, красная рыба, икра, свинина, тунец, огурец, креветки и многое другое. Однако лишь только на родине японской кухни можно заказать суши и роллы с насекомыми. Увы, в нашей стране они, скорее всего не появятся в ближайшее время, так как желания употреблять насекомых в пищу у 99 процентов населения нет.

Факт №4 - самый популярный ролл. Во всех без исключения странах потребители любят ролл такого вида, как "Калифорния". В чем выражен интерес неизвестно. Начинка в том же количестве, что и в других

деликатесах и при этом она не может похвастаться уж очень необычным сочетанием компонентов.

Факт №5 - самые дорогие суши в мире. Заказать ассорти роллы и суши можно с любой начинкой, порой повара проявляют изобретательность и используют необычные ингредиенты. Однако в нашей стране не удастся купить суши под названием "Танцующий окунь". В Японии они считаются деликатесом и продаются дороже всего. В изготовлении используют живую рыбу, которая обдается кипятком. Не нужно удивляться тому, что суши подвижные, а хвост еще долгое время виляет в разные стороны.

Факт №6 - автоматы для приготовления роллов. Японцы и жители ряда азиатских стран употребляют роллы в огромном количестве. В данном случае на помощь поварам пришли автоматы по приготовлению роллов. В них заправляются водоросли, начинка и рис. По своей форме и содержанию, деликатесы ничем не отличаются.

Факт № 7 - суши можно есть как руками, так и палочками. Современный японский этикет предписывает женщинам есть только палочками, а мужчины могут выбирать - есть палочками или руками. Откуда же появилось такое разделение? Существует мнение, что мужчины, посещая гейш в чайных домиках, должны были есть руками, чтобы держать себя в рамках приличия. Ведь испачканное грязными руками кимоно гейши могло стоить ему состояния. Воины, напротив, должны были есть только палочками, чтобы в любое время схватиться за меч. Женщины не должны пачкать рук по той же причине: чтобы быстро достать кинжал и постоять за себя.

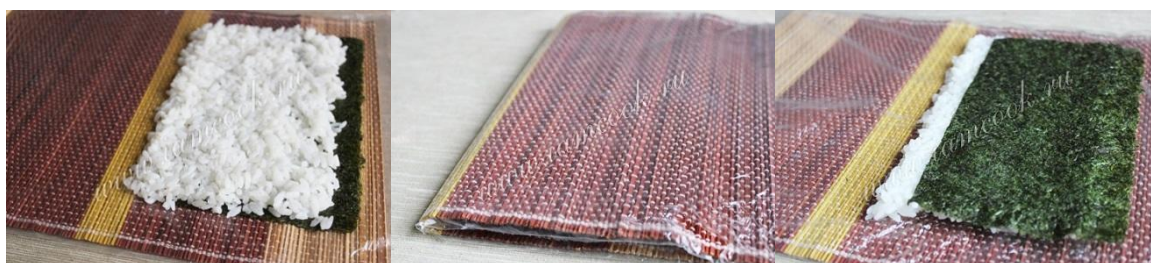
Факт №8 - настоящие любители суши знают, что в разное время года следует заказывать разные виды суши: необходимо знать, в какой месяц и даже неделю тот или иной компонент излюбленного кушанья достигает наилучшего вкуса.

Рецепт приготовления роллов «Филадельфия»

Название и принцип ролла «Филадельфия» придумал какой-то американский мастер приготовления суши, только неизвестно в честь американского штата или сыра... «Филадельфия». Ролл представляет собой ролл урамаки, т.е. рисом наружу. Это большой и сытный ролл.

Состоит в основном из риса, нории, сливочного сыра (в идеале «Филадельфия», но можно и с другим - более бюджетным) и лососёвой рыбы, иногда дополнительно добавляют авокадо или огурец.

Половинку листа нори уложите глянцевой стороной на макису, обернутую пищевой плёнкой. Возьмите, смоченными в подкисленной воде, руками хорошую порцию риса, примерно, как «снежок».



Разровняйте рис по нории, но оставьте примерно 1 сантиметр нори без риса с одной стороны, а со второй стороны выступите рисом на 1 см дальше края нории. Для аккуратного переворота, чтобы рис оказался внизу, а нории снаружи, накройте их макисой и в таком состоянии переверните. Потом снова раскройте макису и получится рис внизу, нории сверху, как и должно быть для продолжения приготовления роллов «Филадельфия».



Вдоль посередине нории уложите достаточно большую порцию сливочного сыра при помощи столовой ложки. Затем при помощи макисы

начните скручивать ролл так, чтобы рис с выступающего края соединился с рисом на нории. Зафиксируйте круглое сечение ролла и разверните.



Нарежьте рыбу очень тонкими ломтиками. Затем выложите ломтики вплотную друг к другу на плёнке перед роллом. При помощи макисы (циновки) оберните ролл кусочками рыбы. Для удобства будущей аккуратной нарезки оберните готовый ролл пищевой плёнкой. Данный способ наиболее удобен в случае приготовления роллов в домашних условиях или для начинающих кулинаров. Нарежьте ролл «Филадельфия» на 6 или 8 кусочков.

Рецепт приготовления роллов «Калифорния»

Самое удивительное в японской кухне - ее американское происхождение! Посмотрите на меню любого суши-бара, и вы обязательно найдете там один из самых популярных видов ролл - «Калифорния».

Популярных во всем мире, включая Японию. Хотя, изобретен ролл «Калифорния» был в 1973 году Итиро Маситой, шеф-поваром ресторана Токуо Каikan в Лос-Анджелесе, штат Калифорния, США. И уже потом, в 80-х годах прошлого века, этот рецепт распространился по всей Америке, а затем завоевал популярность и в Японии и по всему миру.

Классический ролл «Калифорния» относится к виду «вывернутых» роллов или ролл «наизнанку».



Традиционными составляющими ролла «Калифорния» считаются огурец, краб или лосось и авокадо. Автор этих роллов, Итиро Маситой, в качестве начинки выбрал авокадо, так как считал этот фрукт растительным аналогом тунца, а выбор принципа заворачивания "наизнанку" объяснял тем, что нории с внешней стороны ролла получается слишком твердым и напоминает прилипшую бумагу.

Сверху ролл обычно посыпают жареными кунжутными семенами или тобико (японской икрой летучей рыбы).

Кстати, в ресторанах для удешевления и облегчения приготовления роллов, часто используют крабовые палочки вместо мяса краба. И это правильно - в России, например, многие считают, что так вкуснее.

Помимо великолепного вкуса, популярность данному виду суши принесло еще и то, что в составе его нет сырых продуктов, а это для многих весьма принципиально.

Огурцы очистить от шкурки, удалить сердцевину при помощи ложки, нарезать полосками. Авокадо очистить и нарезать дольками. Крабовые палочки разрезать вдоль на две части. Филе форели (семги) нарезать тонкими полосками.



Половину листа нории уложить на циновку матовой стороной вверх, рис скатать в шар в ладони и равномерно распределить от центра к краю по листу водоросли. Нижний край должен быть пустым от риса примерно на 1 см., а верхний должен быть с рисом примерно на 1,5-2 см выше границы нории (рис необходимо вывести за лист нории для склейки шва, поэтому нижний пустой, верхний «вышел за берега»). Икру тобико равномерно распределите по рису. Накрыть вторым ковриком или пустой частью и перевернуть руками. Коврик лучше обмотать пленкой, так рис, икра не будут оставаться на циновке. Лист смазать творожным сыром. Уложить начинку (авокадо, огурец, лосось).



Поднимите нижний край циновки вместе с листом нории, закройте начинку и аккуратно прокатите коврик. Выравниваем края при помощи коврика или руками. Это заготовка, из которой получится 8 полноценных роллов «Калифорния».

Роллы с лососем, огурцом и авокадо

Положите половину листа нории гладкой стороной вниз на циновку. Выложите горсть риса.



Распределите его так, чтобы примерно 1 сантиметр нории остался свободным, а рис выступал за нории с другого края на 0,5-1 сантиметра. Прижмите вторым краем циновки для лучшего распределения риса. На рис выложите семгу, огурец, авокадо. Скрутите ролл с помощью циновки.



Нарежьте ролл на 6 или 8 частей.

Список использованной литературы:

1. Влияние религиозных и географических факторов на оформление блюд [Электронный ресурс] – Режим доступа: studbooks.net (03/03/17).
2. Европа: раздел тома "Страны. Народы. Цивилизации" серии "Энциклопедия для детей" / ред. М.Д. Аксенова. – М. : Аванта+, 2000. – 152 с.: ил.
3. Куликова В.Н. Кулинарные шедевры со всего света / В.Н. Куликова. – М. : Астрель, 2012. – 160 с. : ил.
4. Минц Л. Котелок дядюшки Ляо, или Занимательная этнография / Л. Минц. – М. : Ломоносовъ, 2009. – 256 с. : ил.
5. Смолянский, Б.Л. Религия и питание / Б.Л. Смолянский, Ю.Г. Григоров. – Киев : Здоровье, 1995. – 176с.
6. Японская кухня: влияние географического фактора [Электронный ресурс] – Режим доступа: allkafe.ru (03/03/17).
7. Титюнник А. И., Новоженев Ю. М. Советская национальная и зарубежная кухня. Учебное пособие. М., «Высшая школа», 1977. 383 с.
8. <http://refleader.ru/jgeneratyatyfs.html>.