Аддзел адукацыі Ельскага раённага выканаўчага камітэта

Дзяржаўная ўстанова адукацыі

“Скараднянская сярэдняя школа Ельскага раёна”

**Беларуская кухня**

Даследчая работа

Крупа Даніэла Аляксандраўна,

10 клас

ДУА “Скараднянская сярэдняя школа

Ельскага раёна “

агр. Скароднае, Ельскі раён,

Гомельская вобласць

Міксюк-Ладыжанка Ганна Міхайлаўна

настаўнік гісторыі

ДУА “Скараднянская сярэдняя школа

Ельскага раёна

Скароднае, 2022

Змест

Уводзіны …………………………………………………………………………3

1.Характарыстыка страў беларускай кухні…………………………………….4

1.1. Мучныя і крупяныя стравы………………………………………………...4

1.2. Мясныя і малочныя стравы………………………………………………...6

1.3. Рыбныя стравы………………………………………………………………7

1.4. Агародніна і садавіна. Ягады і грыбы……………………………………..8

1.5. Haпoi………………………………………………………………………..10

2. Традыцыі харчавання і характарыстыка страў мясцовых жыхароў вёскі Скароднае Ельскага раёна Гомельскай вобласці……………………………………11

Заключэнне……………………………………………………………………...17

Літаратура………………………………………………………………………18

**Уводзіны**

Шматвяковую вельмі багатую і цікавую гісторыю мае беларуская кухня. Яна складалася стагоддзямі пад уплывам розных фактараў. На яе стан паўплывалі геаграфічныя, палітычныя, сацыяльна-эканамічныя ўмовы. Гэта адбілася на асаблівасцях беларускай народнай кухні. Трэба адзначыць той факт, што беларуская кухня паўплывала на развіццё кухні суседніх народаў: рускіх, украінцаў, літоўцаў, латышоў, палякаў. У сваю чаргу гэтыя народы актыўна ўздейнічалі на беларускую. Аб гэтым сведчаць аднолькавыя назвы адных і тых жа страў, кулінарных вырабаў, напояў.

Беларуская кухня - гэта спадчына, якую пакінулі нашы продкі. Яна складалася на працягу шматлікіх вякоў і мае сваю гісторыю, традыцыі, асаблівасці, прыкметы, нормы, правілы і ўнікальнасць. Да нашых дзён захаваліся яшчэ на Беларусі ўнікальныя вёскі, ў якіх, дзякуючы моцным традыцыям i абрадам, можна ўбачыць увесь каларыт і звычаі мясцовага насельніцтва.

Актуальнасць абранай тэмы ў тым, што беларуская традыцыйная кухня ўнікальна. Яна складае адну з галоўных частак матэрыяльнай культуры і з'яўляецца адной з галоўных задач у вывучэнні беларускай этнаграфічнай навукі. Даследванне і вывучэнне неабходна для адраджэння, захавання і далейшага развіцця беларускіх кулінарных традыцый. Вядома, што за XX стагоддзе адбылося вельмі шмат пераўтварэнняў, якія паўплывалі на сучасны стан беларускай кухні. Сучасная беларуская кухня вельмі адрозніваецца ад старажытнай. З'явіліся новыя прадукты, змяніліся ўмовы жыцця, але кулінарныя прыхільнасці беларусаў, асабліва на вёсцы, захоўваюць нацыянальную самабытнасць. Гаспадыні яшчэ памятаюць і актыўна ўжываюць бабуліны рэцэпты.

Мэта дадзенай работы выяўленне беларускіх народных страў, іх характарыстыка, выяўленне іх эвалюцыі і змен.

Для дасягнення гэтай мэты неабходна вырашыць наступныя задачы: сабраць і сістэматызаваць матэрыял па беларускай кухні; ахарактарызаваць відавы склад нацыянальных страў; высветліць асаблівасці культуры харчавання беларусаў на прыкладзе жыхароў вёскі Скароднае Ельскага раёна Гомельскай вобласці.

**1. Характарыстыка страў беларускай кухні**

 Нацыянальная кухня- гэта этнічная і культурная з'ява, што распавядае пра народныя веды, нацыянальныя традыцыі, сацыяльны статус, уклад жыцця. Спіс страў, якія знаходзіліся на стале беларуса, быў багаты і разнастайны асартыментам. Склад іх залежыў ад таго, якое свята набліжалася па народным календары, сезона года, эканамічнага стану сям'і, наяўнасці ворыўных зямель, лясных масіваў. Кулінарнае мастацтва заўсёды было цесна звязана з побытам, культурай і звычаямі народа. З далёкага мінулага да нашых дзён дайшло вельмі шмат звестак аб беларускай нацыянальнай кухні. Характэрнай рысай беларускай кухні заўсёды з'яўлялася эканамічнасць у расходаванні прадуктаў. [2, с.21-22].

**1.1 Мучныя і крупяныя стравы**

Найбольш істотнае месца ў традыцыйным харчаванні беларусаў займалі хлеб і хлебныя вырабы, мучныя і крупяныя стравы. Хлебам пачыналася і заканчвалася ўсякая ежа. З хлебам сустракалі і праводзілі дарагіх гасцей. З ім ішлі ў сваты, на вяселле. З хлебам звязана шмат прымет і павер'яў. Хлеб быў рознага віду, вельмі часта ў склад яго дадавалі розныя прымесі [2, с.9].

Быў хлеб градовы, яго пяклі з непрасеянай мукі. Паловы пяклі з двух частак: адну з жытняй мукі, а другую з ячменнай, грэцкай, або аўсянай мукі. Пра гэты хлеб казалі, што не паспелі яго спячы, як ён станавіўся чэрствым. Больш распаўсюджаным хлебам у беднай сям'і быў мякінны. Для яго гатавання бралі грэцкую, жытневую ці аўсяную мякіну і дабаўлялі крыху мукі. Здаралася так, што ў галодныя гады хлеб пяклі з жалудоў, лебяды, кары. Такі хлеб сустракаўся на стале ў бедных сем'ях ў дарэвалюцыйны час. У сем'ях з сярэднім дастаткам хлеб пяклі з жытневай мукі. Багатыя мелі на стале і белы хлеб, які гатавалі з пшанічнай мукі [2, с.22-24].

З ростам заможнасці асабліва прыкметна ўзрасло спажыванне пшанічнай мукі. З квашанага пшанічнага цеста пяклі пірагі, булкі на дрaжджах, на бляхах пяклі пірагі з начынкай з ягад, яек, капусты, маку і інш.

Вельмі вялікае распаўсюджванне ў беларускай кулінарыі атрымалі замяніцелі хлеба: скaвaроднікі, драчоны, сачні. Іх гатавалі з жытнёвай альбо ячменнай мукі. Скавароднікі пяклі з кіслага цеста. Сачні рабілі танчэй, чым скaвaроднікі. Часта ў сачні дадавалі бульбу, яблыкі, вішні, слівы. Для прыгатавання драчон бралі сываратку альбо малако, таксама хлебны, кляновы ці бярозавы квас. Цеста рабілі рэдкім і часта драчоны пяклі прэснымі [2, с.23].

Вялікую ролю ў жыцці людзей адыгрывалі мучныя і крупяныя стравы — клёцкі, зацірка, кулеш, лапша, наліснікі, ламанцы, бліны ці аладкі, кісель, хрушчы. Шырокае распаўсюджванне мелі бліны. Іх пяклі з рознай мукі: ячменнай, грэцкай, пшанічнай, аўсянай. Елі іх з салам, смятанаю, мёдам. На сучасным этапе бліны таксама займаюць важную ролю ў харчаванні. Яшчэ гатуюць бліны тонкія ці зліснікі, іх робяць з пшанічнай мукі і на салодкім малацэ. У такія бліны абавязкова дабаўляюць якое-небудзь начынне: варэнне, тварог, смятану, масла з цукрам.

Смачным ласункам для дзяцей былі хрушчы. Цеста рашчынялі на кіслым малацэ, дадавалі соду, яйкі, тлушч, цукар. Тонка раскатвалі цеста і рэзалі. Пяклі хрушчы на патэльні ў масле ці выкладвалі на бляху. Зверху хрушчы заўсёды пасыпалі цукрам. Часцей за ўсё хрушчы ўжывалі з салодкім малаком.

Адной з распаўсюджаных страў была зацірка. Для яе прыгатавання бралі муку, заціралі лыжкай у місцы з дабаўленнем вады або малака і яек, потым атрыманыя камкі варылі, а пасля гатоўнасці дадавалі малако, цукар і сметанковае масла. З пачатку ХХ стагоддзя былі знаёмы мучныя вырабы пад назвай клёцкі, якія і зараз часта гатуюць. Іх гатавалі з пшанічнай, жытняй, ячменнай мукі ў форме шарыкаў.

З паляпшэннем эканамічнага становішча і з пашырэннем міжнародных сувязяў на тэрыторыі краіны з'явіліся такія мучныя салодкія стравы як торты, пірожныя і печава.

Крупы атрымлівалі з ячменю, аўсу, грэчкі, пшаніцы з дапамогай ступы і таўкача. Кашу гатавалі вельмі проста. Прaмытыя крупы засыпалі ў гаршчок з варам, дабаўлялі крыху солі і варылі, пакуль каша не загусцее. Запраўлялі салам, маслам, алеем, малаком. З круп гатавалі суп, які меў назву “крупнік ”. Тэхналогія прыгатавання супа такая ж, як і кашы. У крупяны суп дабаўлялі бульбу, моркву, цыбулю, сала або мяса. Вельмі часта ў звараныя крупы дабаўлялі малако. Такі суп вельмі часта сустракаўся на стале беларуса.

**1.2 Мясныя і малочныя стравы**

Сярод прадуктаў харчавання на Беларусь адно з асноўных месцаў займалі мясныя стравы. Ужывалі часцей мяса птушкі, свіней і ялавіну. Для беларусаў характэрна пераважнае ўжыванне свініны. Радзей на стале сустракалася бараніна. Амаль кожная сям'я ў вёсцы трымала хатнюю жывёлу, таму мяса куплялі рэдка. Часцей за ўсё яго набывалі жыхары горада.

З мяса рабілі розныя стравы. Яго клалі ў суп, з дабаўленнем мяса гатавалі мачанку, каўбасы, катлеты. Было распаўсюджана саленне мяса. “Сцягнякі” і паляндвіцу заўсёды засольвалі, кавалачкі мяса салілі ў спецыяльным кубе і захоўвалі да вялікіх свят або палявых работ [4, с.29-30].

Адной з галоўных страў, якую рабілі са свінны, былі каўбасы. Гатавалі яшчэ вантрабянку і сальцісон. Яны з'яўляюцца традыцыйнымі беларускімі мяснымі стравамі. Заўсёды гатавалі “кравянку” – кравяную каўбасу. Лепшае мяса паляндвіцу салілі, добра націралі часнаком, перцам, іншымі духмянымі стравамі. Шчыльна абціскаючы, паляндвіцу абвязвалі палатном і вешалі ў сухое месца. Мяса павінна было “напiтацца “прыправамі і падсохнуць. Есці пачыналі паляндвіцу на якое-небудзь свята. Такое мяса захоўвалася доўга.

З любімых мясных страў было халоднае. Вельмі часта ўжывалі і ўжываюць свiное сала. У Беларусі сала знаёма з даўніх часоў. У ежу сала ўжываецца ў сырым, салёным, вараным, смажаным выглядзе. На сале смажаць, тушаць, дабаўляюць у супы, кашы.

Свіныя рэбрышкi вельмі часта тушылі, дабаўлялі ў іншыя стравы. З рэбрамі таксама варылі супы, тушылі бульбу, гатавалі верашчаку ці мачанку. Некаторыя гаспадыні рэбры салілі разам з мясам у скрыні.

З птушкі ў ежу больш за ўсё ўжывалі курынае або гусінае мяса. З птушкі амаль што заўсёды варылі суп або кідалі яе ў боршч. Бывала так, што цэлую птушку тушылі або смажылі ў печы. З друго паловы XX ст. значна павялічылася ўжыванне яек у харчаванні. Яйкі ўжываюцца не толькі як кампанент, а як самастойная страва. З іх гатуюць яечню розных відаў, дабаўляюць у склад салатаў, фаршыруюць, вараць, смажаць.

Акрамя мяса і мясных прадуктаў, жывёлагадоўля давала малако і малочныя прадукты. У народнай кулінарыі беларусаў свежае малако дабаўлялася як кампанент у склад іншых страў. Свежае малако пілі толькі малыя дзеці. Дарослыя больш ужывалі кіслае малако. Елі яго часта з бульбай, блінамі. З малака можна гатаваць розныя стравы і малочныя вырабы.

Салодкае малако ставілі ў цёплае месца на некалькі дзён, каб яно хутчэй укісла. Зверху з кіслага малака збіралі смятану. Са смятаны рабілі масла. Масла рабілі рэдка, гатавалі яго да вялікіх свят. Рабілі яго так: сабраную смятану клалі ў маслабойку, трошкі падсольвалі і білі да таго часу, пакуль добра не загусцее. 3 кіслага малака рабілі тварог. Елі тварог са смятанай альбо з малаком, часта выкарыстоўвалі для начынкі мучных вырабаў. З тварагу пяклі сырнікі. Сыроватку выкарыстоўвалі для замешвання бліноў і іншых мучных вырабаў.

**1.3 Рыбныя стравы**

Штодзенным дапаўненнем у рацыёне харчавання беларусаў была рыба. Шмат рыбы ўжывалі ў час посту. Ужывалі рыбу соленую, вараную, смажаную, печаную, вэнджаную, марынаваную. З невялікай рыбы гатавалі смачныя клёцкі. Часта клёцкі называлі рыбнымі галушкамі. Калі рыбы было шмат, то з яе гатавалі рыбныя катлеты. Часта гатавалі тушаную бульбу з рыбай. На абед з рыбы гатавалі суп-уху [7, с.94].

У час посту распаўсюджанай стравай з рыбы быў студзень. Для яго прыгатавання рыба варылася цалкам. Цэлай яна захалоджавалася ў тым самым посудзе, у якім варылася. Ужывалі студзень з варанай, гарачай бульбай [20, с.40].

У рэках і азёрах лавілі ракаў. Гатавалі іх вельмі проста: абмытых ракаў кідаюць у кіпень, соляць і прыпраўляюць кропам. Вараць да таго часу, пакуль ракі не пачырванеюць. Затым ваду зліваюць, а ракаў выкладваюць на стол, каб хутчэй астылі. Затым ракаў ачышчаюць і ядзяць.

Смачнай была рыба печаная. Бралі рыбу, ачышчвалі, выпатрошвалі, мылі і крыху падсушвалі, каб яна не была мокрай. Рыбу салілі і пасыпалі густа каляндрай. На бляху клалі салому разам з сухімі галінкамі кропу, наверх рыбу і потым ставілі ў печ. Смачнай стравай была ікра з рыбы. Яе салілі, абмaквалі ў муку і смажылі на патэльні.

**1.4 Агародніна і садавіна**

Багатым і разнастайным асартыментам быў стол беларуса з агародніны, садавіны, ягадаў і грыбоў.

Бульба — адзін з найбольш галоўных і ўжываемых прадуктаў на стале беларуса. Нездарма самі беларусы называюць сябе “бульбашамі ”, а бульбу — другім хлебам. Рэдка бывае страва, у якой бы не было ў тым ці іншым выглядзе бульбы. З яе гатуюць шмат самастойных страў, а таксама дадаюць у супы, мясныя стравы. Бульбу ўжывалі ў смажаным, печаным, вараным, тушаным выглядзе. Бульбу дабаўлялі ў хлеб. Елі бульбу з гароднінай, мясам, малаком, смятанай, сырам. Менавіта з бульбы беларусы гатуюць такія стравы, якія знакаміты ва ўсім свеце, нягледзячы на тое, што бульба з'явілася ў Беларусі ў XVIII ст., а яе шырокае выкарыстоўванне пачалося ў XIX ст. На сённяшні дзень існуе больш за 600 страў з бульбы. У кожным рэгіёне бульбяныя стравы мелі свае назвы.

Найбольш ужываемай была бульба вараная. Калі яе варылі неабабраную, у лупнях, то называлі бульба ў “мундзірах “ці бульба ў шалупенні. Таксама варылі бульбу абабраную ў падсолёнай вадзе, якая на сённяшні дзень сустракаецца часцей чым, бульба ў “мундзірах ”. Такую бульбу можна ўжываць з любымі стравамі. Значную колькасць у беларускай народнай кулінарыі набылі стравы са здробленай бульбы. Бульбяныя стравы з таркаванай масы з'яўляюцца адметнай асаблівасцю нацыянальнай кухні беларусаў. З таркаванай бульбы гатуюць у беларускай кухні дранікі, бабку, клёцкі, бульбяныя бліны, галушкі [4, с.22-23].

На Беларусі вельмі часта ўжывалі ў рацыён харчавання гуркі. Іх ужывалі як у свежым выглядзе, так і ў салёным. Гуркі салілі, квасілі, пазней сталі марына ваць. Квасілі іх ў спецыяльным расоле ў бочцы. На дно бочкі клалі хрэн, лісты дуба, часнок, укроп, дадавалі шмат солі і шчыльна клалі добра вымытыя гуркі. Залівалі вадой, каб гуркі былі поўнасцю пакрыты расолам. Наверх клалі цяжкі груз. Гэтую бочку ставілі ў халоднае месца, такія гуркі захоўваліся вельмі доўга.

Вельмі распаўсюджанымі былі стравы з капусты. З капусты гатавалі розныя стравы: квасілі, тушылі, варылі, выкарыстоўвалася яна таксама як начынне ў пірагі.

Былі распаўсюджанымі стравы з буракоў. Чырвоныя буракі квасілі, варылі, тушылі і ўжывалі ў ежу. Часта адварвалі буракі, дадавалі квашанай капусты, алею, перамешвалі і елі з бульбай.

Летам, з бураковых лістоў варылі рэдкую страву – бацвінне. З буракоў варылі боршч.

Летам вельмі распаўсюджана такая страва як халаднік. Халаднік — гэта халодны суп, прыгатаваны са свежай зеляніны. Халаднікі бываюць рознымі: са шчаўя, з бацвіння, з гуркамі. Запраўляюць халаднікі малаком, смятанай, квасам.

З бабовых у агародзе вырошчвалі фасоль, гарох і боб. З фасолі варылі супы, тушылі ў печы. Гарох у асноўным дадавалі ў супы для смаку, яго яшчэ сушылі, перамолвалі ў муку.

Шырокае выкарыстанне меў мак. Перад ужываннем яго таўклі ў ступе або малолі. Мак выкарыстоўвалі для прыгатавання мучных страў, яго дабаўлялі ў булкі, калядныя стравы.

Улетку важную ролю ў харчаванні беларусаў займала садавіна, ягады і грыбы. Шмат ягад і грыбоў збіралі ў лесе. Ягады, якія збіралі маглі есці адразу, а маглі загатаўляць на зіму. Ягады елі проста, церлі з цукрам, ужывалі з малаком. Збіралі ў лесе чарніцы, суніцы, маліну, журавіны. Такія ягады, як дурніца, чарніцы і каліна засыпалі ў бутэлькі разам з цукрам, потым ставілі на сонца на некаторы час, каб ягады пусцілі сок. Атрыманая страва лічылася лекамі ад хвароб. Часта чарніцы сушылі ў печы. З сушаных або свежых ягад ці з садавіны заўсёды варылі кампот. З др. п. XX ст. з ягад і садавіны пачалі варыць варэнне.

Паважанай стравай лічыліся грыбы. Грыбы смажаныя, вараныя, засоленыя былі спрадвеку адной з любімых страў жыхароў Беларусі. У п.п. XX ст. грыбы рэдка выкарыстоўваліся як самастойная страва. Іх дабаўлялі ў супы, у тушаную капусту, бульбу. Грыбы проста сушылі, засольвалі з дабаўленнем кропу, часнаку, хрону. Ужо з другой паловы XX ст. грыбы выкарыстоўваюць як самастойную страву. Іх смажаць на патэльні з дабаўленнем свежага кропу, смятаны, альбо – з бульбай. З грыбоў робяць начынне, поліўку, мачанку, квас з грыбамі, блінцы з грыбамі.

У садах вырошчвалі яблыкі, грушы, слівы, вішні. З іх рабілі начынне ў пірагі, сушылі, загатаўлівалі на зіму. Яблыкі і грушы заўсёды сушылі. Вішні таксама маглі сушыць. Яблыкі на зіму мачылі ў бочках [8, с.9-10].

**1.5 Haпoi**

Напоі на працягу многіх стагоддзяў складаюць адну з галоўных частак у харчаванні беларускага народа. Напоі заўсёды прысутнічаюць на стале, адны з іх ужываюцца перад ежай для апетыту, другія — пасля ежы ў якасці дэcэрту, трэція — для задавальнення смагі [5, с 425-426]. Самым распаўсюджаным і ўлюбёным напоем на працягу шмат стагоддзяў у беларусаў быў хлебны квас. Яго ўжывалі на працягу ўсяго года, але больш усяго летам. У летнюю пару гатавалі яблычны і грушавы квас. Адным з распаўсюджа ных напояў з'яўляецца бярозавы ці кляновы сок. Увясну сок спускалі з бяроз, прасякаючы кару. Пілі сок як ў свежым, так і ў кіслым выглядзе [1, с.48-49].

Са свежых або сушаных ягад, яблыкаў, ігруш, сліў варылі кампоты, адвары, кісялі. Вельмі распаўсюджанымі былі адвары з ліпавага цвету, малінніку, мяты, зверабою, бруснiчнiку, чабору. Гэтыя адвары маглі піць як чай, а маглі ужываць у народнай медыцыне пры лучэнні розных захворванняў. Варылі адвары звычайна ў закрытым гаршку і ўжывалі ў цёплым выглядзе.

З XX ст. ўсё больш і больш пачынаюць ужывацца кава і гарбата. Смачным і карысным напоем была жытняя кава. Чыстае зерне прамывалі, сушылі, падпражвалі і малолі. Гатавалі як звычайную каву, толькі варылі даўжэй. Адразу каву прадавалі ў зернях і яе патрэбна было самім малоць і варыць, а прыкладна з 70-х гадоў каву пачалі прадаваць, як у молатым выглядзе, так і хуткарастваральную. Такая кава стала вельмі распаўсюджанай.

Такім чынам можна зрабіць вынік, што беларуская традыцыйная кухня змянялася і развівалася пад уплывам розных фактараў і падзей. У першую чаргу на стол беларуса, склад страў уплывалі сезоны года, каляндарныя святы і эканамічны стан сям'і.

**2. Традыцыі харчавання і характарыстыка страў мясцовых жыхароў вёскі Скароднае Ельскага раёна Гомельскай вобласці**

На працягу 2021 года аўтарамі рабілася ўласная экспедыцыя ў вёсцы Скароднае Ельскага раёна Гомельскай вобласці. Да нашага часу вёска захавала сваю самабытнасць, традыцыі і звычаі. Па сённяшні дзень у Скародным займаюцца пляценнем кошыкаў, спяваюцца народныя песні, усе жанчыны добра вышываюць. У мясцовасці захаваўся і існуе самабытны дыялект. Вёска мае не толькі свае рэгіянальныя асаблівасці, але і багатую традыцыйную кухню. Экспедыцыя была накіравана дзеля таго, каб сабраць матэрыял па традыцыйнай беларускай кухні (рэцэпты страў і напояў, спосабы іх прыгатавання і ўжывання).

Найбольш істотнае месца ў традыцыйным харчаванні скараднянцаў займаў хлеб і хлебныя вырабы, мучныя і крупяныя стравы. Хлеб — адзін з асноўных прадуктаў харчавання, які выпякаецца з мукі розных збожжавых раслін. Спачатку хлеб выпякалі з прэснага цеста. Выкарыстанне ўкіслага цеста павысіла смакавыя якасці хлеба, падоўжыла тэрмін яго захавання, тэхналагічны працэс прыгатавання хлеба мала змяніўся на працягу часу. Ён складаецца з некалькіх стадый: прыгатаванне цеста, яго вытрымка (квашэнне) і выпяканне хлеба. Цеста заўсёды расчынялі на цёплай вадзе з вечара ў спецыяльнай хлебнай дзяжы. У якасці акісляючага кампанента выкарыстоўвалі рошчыну (рэшткі кіслага цеста ад папярэдняй выпечкі), радзей хлебны квас, дрожджы. Найлепшай пасудзінай лічылася дзяжа, зробленая з дубовых клёпак. Дзяжу з цестам ставілі ў цёплае месца, накрываючы яе палатнянай сурвэткай надзежнікам і векам, а з верху яшчэ цёплай посцілкай ці кажухом. Зранку цеста мясілі, дабаўляючы муку, і зноў ставілі ў цёплае месца, каб цеста лепш укісла і падышло. Пасля прапальвання печы цеста бралі з дзяжы і ў руках выкачвалі боханы, якія выкладвалі на драўляную лапату, пасыпаную тонкім слоем мукі. Нярэдка пад боханы падкладвалі капуснае, дубовае, кляновае ці хронавае лісце. З дапамогай лапаты хлеб саджалі ў печ на чысты под [9].

На святы выпякалі пшанічныя пірагі з начынкай і без яе. У якасці начынкі ўжываліся тварог, мак, варэнне, грыбы, капуста.

На вялікодны дзень пірагі ў вёсцы заўсёды пякуць. Ніна Дзмітрыеўна не ведае ніякага замудронага рэцэпта ( як яна кажа ), робіць проста, так, як яе калісьці навучыла маці. Наб'е яек так сем або дзесяць. Малака падагрэе, каб цёплае было. Масла туды дабавіць, дрожжы і цукар. Перамяшае ўсё і мукі туды ўсыпле. Замяшае цеста, паробіць булкі і ў печ паставіць. З рэшткаў цеста можна зрабіць упрыгожванне для пірагоў: касічку, птушку, кветачку. Часта начынне для пірагоў робіць, каб яны смачнейшыя былі. Начынку з тварагу робіць або з варэння, ягад, маку. Калі пірагі спякуцца, іх трэба жаўтком, змазаць ды на пару хвілін у печ паставіць. З-за гэтага яны атрымоўваюцца прыгожыя, блішчаць [13].

Раней, калі Ганна Фёдараўна яшчэ маладзейшая была, крупы ў яе сям'і самі рабілі, а зараз усе купляюць – грэчку, рыс, пшано. Людзі самі сеялі і рабілі крупы. Заўсёды сеялі проса, яно добра расце. Адразу яго прасушвалі, сушылі, затым веялі, а потым таўклі ў ступе, такім чынам крупа і атрымоўвалася. З яе кашу варылі. Крупу прамывалі, насыпалі ў чыгунок, падсольвалі, вадой залівалі ды ў печ ставілі. Калі вада выпарвалася, то значыць каша зварылася, гатова. У атрыманую кашу масла дабаўлялі для смаку, перамешвалі і тады атрымоўвалася смачная і рассыпчатая. А яшчэ гатавалі квасавіцу. Прамывалі крупу, насыпалі ў чыгунок, збаўлялі сухія чарніцы, цукар, залівалі вадой і ставілі ў печ [11].

У суп крупу кідалі, каб гусцей ды смачней было. Вось раней ( успамінае ), яшчэ самі грэчку сеялі. Таксама яе сушылі, веялі. З грэчкі ў асноўным кашу варылі. Бывала так, што блінцы з яе пяклі. Таўклі яе ў муку, ды з гэтай мукі бліны і рабілі. Смачныя былі, толькі што колер у іх быў такі, цёмны. Зараз, не пякуць блінцы з грэчкі, адну кашу толькі вараць [11].

Шмат чаго рабілі і робяць у Скародным з агародніны, вырошчваюць амаль што ўсё. На палях, вельмі ўрадліва расце бульба, усе жыхары і жывуць за кошт гэтага. Вырошчваюць яе вельмі шмат, а па восені здаюць за грошы. У вёсцы шмат страў гатуюць з бульбы. Яе проста адварваюць і ядзяць з кіслым малаком, мясам, шкваркамі, грыбамі, рыбай, маслам. Абавязкова ўсе гаспадыні дранікі з бульбы робяць, надзяруць бульбы, цыбулькі туды дабавяць і яйка, могуць яшчэ для густаты крыху мукі падсыпаць. Зробяць такое рэдкаватае цеста і смажаць потым з яго на масле або на тлушчы дранікі. Іх трэба есці гарачымі і абавязкова ў смятану макаць. Яшчэ бабку ў печы заўсёды гатуюць. Для яе прыгатавання трэба надзерці картоплі, улiць крыху малака, пасаліць, насмажыць шквaрaк з цыбуляй і дабавіць у атрыманае цеста. Перамяшаць, заліць ў чыгунок і паставіць у печ. Галоўнае бабку не ператрымаць ў печы, а то занадта ўпрэе і будзе рыжай. Вось калі ў свой час дастаць, то паху па ўсёй хаце будзе. Бабка ўся будзе мяккая, жоўценькая і смачная. Яе ядзяць з малаком або са смятанай. З бульбы, што не зробіш, усё смачна. Часта яе проста смажаць. Летам заўсёды са свежым кропам, грыбамі, а зімой з цыбуляй ці са шкваркамі [10]. Часта гатуюць яшчэ тушаную бульбу. Абчысцяць яе, накрышаць амаль што поўны чыгунок, мяса і сала туды накідаюць, морквы, цыбулі, перчыку, ліста бабковага, пасоляць і ў печ паставяць. Бульба к абеду рaзaпрэе, разварыцца і можна есці [11].

Капусту абавязкова вырошчваюць дзеля таго, каб заквасіць на зіму. Квасяць яе ў спецыяльных вялікіх дубовых бочках. Капусту не шаткуюць, а кладуць цэлымі галоўкамі, калі качан вялікі, то яго рассякаюць на кускі. Зімой яе добра проста есці або куды дабаўляць. Са свежай капусты робяць начынку для пірагоў, кідаюць у суп, гатуюць салат.

Летам заўсёды добры ўраджай гуркоў. Іх у Скародным ужываюць у розным выглядзе: свежымі, салёнымі, мaлaсольнымі. “Свежыя крышаць з цыбуляй, дадаюць кроп і ядуць то са смятанай, то з маслам. Раней іх салілі толькі ў дубовых бочках. На дно бочкі клалі хрэн, лісты дуба, часнок, укроп, дадавалі шмат солі і шчыльна клалі добра вымытыя гуркі. Залівалі вадой, каб яны былі поўнасцю пакрыты расолам. На верх клалі цяжкі груз. Гэтую бочку ставілі ў халоднае месца, такія гуркі ахоўваліся вельмі доўга. З цягам часу гуркі не толькі квасяць, а і марынуюць. Гуркі маглі есці з бульбай, дабаўляць у расольнік, ужываць з мяснымі стравамі. [9].

Хрэн расце сам па сабе каля хат, у двары, яго спецыяльна ніхто не саджае. Без яго ніяк, з ім ўсё марынуюць, соляць, закатваюць. Восенню прыправу з хрэна робяць. Накапаюць карэньчыкаў хрэну, натруць яго на тарцы так, мнагавата. Потым падсоляць і крыху сока чырвонага бурачка дабавяць, каб колер прыгожы быў, па банках невялікіх разложаць і крышкамі панакрываюць. Пастаіць тыдзень, другі і настаіцца. Добра такі хрэн з мясам, салам, каўбасой есці. Пятрушку і кроп саджаюць ў агародзе. Свежы кроп летам кідаюць амаль што ва ўсе стравы. У жніўні збіраюць яшчэ з яго насенне, сушаць іх на сонейку або на печы, а потым таўкуць ў ступе. Такая добрая прыправа атрымоўваецца, яе ўсюды кідаюць. Абавязкова на агародзе вырошчваюць часнок, бо яго выкарыстоўваюць, як галоўную прыправу да прыгатавання мясных страў [12].

Кожны жыхар вёсцы мае сваю гаспадарку. Трымаюць кароў, з-за гэтага малака ў людзей у дастатку. Свежае малако п’юць так, кіслае таксама ўжываюць вельмі часта. З малака робяць масла, смятану, тварог і сыр. Свежае малако ставяць ў цёплае месца, дзе яно павінна скіснуць. Паўзверх кіслага малака з'яўляецца смятана, якую неабходна сабраць. Калі яе шмат назбіраецца, то смятану зліваюць у маслабойку і б’юць, пакуль не атрымаецца масла. Масла абавязкова падсольваюць, каб не згоркла і раскладваюць па глыбокіх талерачках. Кіслае малако, якое засталося пасля таго, як смятану збяруць, зліваюць ў самы вялікі чыгун і ставяць ў печ таміцца. Галоўнае, малако ў печы не ператрымаць, бо тварог атрымаецца сухім. Калі малако адтопіцца, яго зліваюць ў спецыяльныя клінкі, каб сцякла сыроватка. Вось такім чынам, робяць тварог. Яго так ядзяць, а таксама са смятанай і з цукрам. Начынку робяць з тварагу для пірагоў, блінцоў. А яшчэ пякуць сырнiкi. Бяруць тварог, дабаўляюць яйкі, крышачку соды, муку. Цеста раскатваюць і разразаюць на кавалачкі прамавугольнай формы. Сырнікі пякуць у печы. Потым іх кладуць у чыгунок, дабаўляюць масла, цукар і смятану, і ставяць у печ [10].

У Скародным заўсёды трымаюць свіней. Са свінога мяса ўжо рабілі каўбасы, сальцісон, кравянку, сала свіное абавязкова салілі. Калі мясарубкі не было, то каўбасы рабілі так: вельмі дробна рэзалі або сяклі невялікай сякерай сала і мяса, крышылі туды часнок, дадавалі перац, таўчоны кроп і соль. Усё гэта перамешвалі і напіхалі атрыманым фаршам добра вымытыя і падрыхтаваныя кішкі. Падвешвалі каўбасы каля печы і сушылі. Бывала і так, што каўбасы ў печы пяклі, а потым разложвалі іх па гладышках і залівалі растопленым тлушчам. Гэтыя гладышкi выносілі у холад, дзе яны доўга захоўваліся. Вось кравянку не захоўваюць, адразу з'ядаюць, пасля таго, як прыгатуюць. Яе гатуюць такім спосабам: крышаць на кавалачкі сала або тлушч, цыбулю, адварваюць рыс ці грэчку. Перамешваюць гэта ўсё з кроўю, соляць, дадаюць перац і разліваюць па кішках. Выложваюць кравяную каўбасу на бляхі і ставяць ў печ, каб спякліся. На сальцісон ідзе ўсе тое, што засталося. Ныркi, пячонка, язык, сала, лёгкае – гэта ўсё адварваюць і кубікамі крышаць. Перамешваюць і дабаўляюць шмат розных прыпpaвaк, атрыманым фаршам плотна напіхваюць страўнік, потым запекваюць ў печы або адворваюць, кладуць пад гнёт у холадзе на пару дзён. 3 абрэзкаў мяса і сала робяць фарш. Паперакручваюць гэта ўсё, а потым з яго катлеты пякуць ці калдуны робяць. Паляндвіцу заўсёды сушаць да вялікіх свят. Бяруць лепшае мяса, соляць, націраюць яго часныком, духмянымі прыправамі, шчыльна абкручваюць палатном, перавязваюць і вешаюць ў цёплае, сухое месца, каб яна падсохла. Такое мяса захоўваецца вельмі доўга. Адной з любімых страў з'яўляецца верашчака або мачанка. Яе гатуюць з каўбасы, са свiных рэбраў ці сала. Гэтыя кампаненты дабаўляюць у рэдкае мучное цеста, кідаюць розныя приправы, змяшчаюць ўсё ў чыгунок, які шчыльна закрываюць і ставяць у печ. Ужываюць мачанку ў асно улым з блінамі або аладкамі [13].

Сала абавязкова соляць у спецыяльнай дзежцы. Соляць яго так: кладуць сала і пасыпаюць яго соллю добра так, каб не сапсавалася, яшчэ прыправамі. Потым зноў сала кладуць і пасыпаюць соллю, прыправамі. Плотна, цісненька сала зложваюць, каб меней пустых мясцін было. Накрываюць ды ў кладоўку ставяць, каб там яно ўсалілася. Такі рэцэпт прыгатаваня і захоўвання сала выкарыстоўвалі з даўніх часоў [11].

Штодзенным дапаўненнем у рацыёне харчавання скараднянцаў была рыба. Шмат рыбы ўжывалі ў час посту. Ужывалі рьбу соленую, вараную, смажаную, печаную, вэнджаную, марынаваную. Рыбалоўства было адным з любімых промыслаў. Вясной абавязкова мужчыны ходзяць лавіць уюноў. Больш вялікіх уюноў соляць і сушаць. На абед з рыбы гатавалі суп-уху. У суп клалі рыбу, бульбу, моркву, цыбулю, перац, бабковы ліст, соль і галоўнай прыправай быў свежы кроп, які надаваў супу духмяны пах. У час посту распаўсюджанай стравай з рыбы быў студзень. Для яго прыгатавання рыба варылася цалкам. Цэлай яна захалоджавалася ў тым самым посудзе, у якім варылася. Ужывалі студзень з варанай, гарачай бульбай [9].

Летам i восенню ў лесе збіраюць грыбы: масляты, белыя, падасінавікі. Кацярына Лук'янаўна на зіму грыбы не закатвае і не соліць, толькі сушыць на печы. Таксама ягады збірае, якія таксама сушыць на зіму. Раней, калі былі жывыя яе бацькі, восенню збіралі журавіны ды на гары марозілі. Расцілалі яе на посцілку, маразы пачыналіся і ягады змярзаліся. Зімой з сушаных ягад яна варыць кампот. Яшчэ збірае ў лесе травы, з якіх зімой робіць адвары, і п’е ад розных хвароб. Настоі робіць з бясмертніка, зверабоя, падбела, ставіць наліўку з буякоў, каліны і чарніц. Робіць наліўку вельмі проста: абарве ягады, абмые іх, закідае ў банку і цукрам засыпле і верх банкі тканінай пакрые, каб нічога не папала. Праз некалькі месяцаў наліўка будзе гатова [12]. Сапраўды, карэнныя жыхары вёскі Скароднае вельмі цікавыя, добрыя, працавітыя, незвычайныя людзі, якія маюць самабытную культуру. Яны сапраўды паважаюць сваіх продкаў і вельмі шануюць тыя веды, якія яны ім пакінулі. Выхоўваюць сваіх дзяцей так, як гэта рабілі іх бабулі і дзядулі. Вучаць іх усім рамёствам і ўменням, якімі яны самі валодаюць. Робяць яны гэта для таго, каб зберагчы, перадаць і захаваць сваю спадчыну.

**Заключэнне**

На працягу шмат стагоддзяў адбываліся змены ў жыцці людзей. Яны адбыліся ва ўсіх сферах жыццядзейнасці — навуцы, матэрыяльнай і духоўнай культуры, эканоміцы, міжнародных адносінах. Пад уплывам гэтых падзей было закранута і развіццё беларускай кухні. На працягу ўсіх падзей і пад уплывам розных фактараў беларуская кухня прайшла доўгі працэс фарміравання. Да нас яна дайшла ў цяперашнім выглядзе са сваімі традыцыямі і звычаямі. Менавіта ў ХХ стагоддзі адбыліся кардынальныя змены. З паляпшэннем матэрыяльнага дастатку людзей змяняюцца якасці прадуктаў харчавання, яны становяцца больш даступнымі, пашыраецца асартымент і з'яўляюцца новыя стравы. У гэты час Беларусь уваходзіла ў склад вялікай дзяржавы СССР. Праз сувязі з краінамі, якія таксама ўвайшлі ў СССР, у краіну пранікаюць новыя традыцыі і звычаі, якія паўплывалі на далейшае развіццё беларускай кухні. Беларускія традыцыі таксама паўплывалі на культурнае развіццё суседніх краін.

У кожным рэгіёне Беларусі ёсць свае звычаі і традыцыі, у іх і складаецца асаблівасць і ўнікальнасць беларускай кухні. Гэтыя асаблівасці неабходна захаваць і зберагчы, данесці да будучага пакалення.

Усяго за адно стагоддзе змянілася роля бульбы на стале беларуса. Зараз налічваецца больш за 600 страў з бульбы, і яна з'яўляецца нацыянальным брэндам нашай краіны. Усім вядомыя стравы - калдуны, дранікі, бабка, скрылькі - актыўна праслаўляюць нашу кухню на міжнародным узроўні.

Вынікам дадзенай работы з'яўляецца тое, што аўтары сабралі, сістэматызавалі і ахарактызавалі народную кухню беларусаў. Прасачылі дадатныя і адмоўныя моманты ў развіцці беларускай кулінарыі.

**Літаратура**

1. Беларускі этнаграфічны зборнік / Акадэмія навук БССР, Ін- т мастацтвазнаўства, этнаграфіі і фальклору. – Мінск: АН БССР, 1958. — 260с .;

2. Корзун, И.П. Беларуская кухня / І.П. Корзун. – Мінск: Ураджай 1984. – 96с .;

3. Корзун, І.П. Пища и питание колхозного крестьянина Л.П. Корзун. — Кіев: АН YCCP, 1962.- 67c .;

4. Навагродскі, Т.А. Традыцыі народнага харчавання беларусаў / Т.А. Навагродскі. – Мінск: НіА. 2000. – 112с .;

5. Пытанні мастацтвазнаўства, этналогіі і фалькларыстыкі: уб вып. / рэдкал .: А. Г. Алфёрава. — Мінск: Ін- т мастацтвазнаўства, этналогіі і фальклору імя К. Крапівы.- Вып. 5: Традыцыі народнага харчавання беларусаў у Заходнім Палессі / Т.А. Наваградскі. – 2008. – 591с .; Вып. 6: Напоі ў традыцыйнай культуры харчавання беларусаў / Т.А. Навагродскі. – 2009. – 646с .;

6. Ревтович, Т.В. Кухня народов СССР / Т.В. Ревтович. — Минск: Полымя, 1987. – 270c..

7. Шимолин, В.И. Рыба к нашему столу / В.И. Шимолин. – Минск: Полымя, 1981.- 128c .;

8. Яшкін, І.Я. Грыбы ў традыцыйнай беларускай кухні / І.Я. Яшкін. – Мінск: Беларуская энцыклапедыя, 1995. – 126с.

**Інфарматары**

9. Дзянісава Кацярына Карпаўна 1933 г. н., в. Скароднае;

10. Клабук Ганна Фёдараўна 1928 г. н., в. Скароднае;

11. Міксюк Кацярына Лук'янаўна 1933 г. н., в. Скароднае;

12. Пархоменка Ніна Дзмітрыеўна 1946 г. н., в. Скароднае.