



Беларускія прысмакі

Выпуск 6

*Паважаныя сябры! З нагоды аб'яўленага ў Беларусі **Года малой радзімы** прапануем вам серыю інфармацыйных выданняў «**Так пачынаецца Айчына**», якая будзе знаёміць вас з літаратурай, якую можна знайсці ў фондах Цэнтралізаванай сістэмы дзяржаўных публічных бібліятэк г. Мінска. Шосты выпуск серыі прысвечаны стравам беларускай нацыянальнай кухні.*



Нацыянальная кухня Беларусі развівалася стагоддзямі. Кулінарныя традыцыі беларусаў — гэта прастата народных рэцэптаў, разнастайнае выкарыстанне мясцовых прадуктаў і незвычайныя спосабы гатавання.

Старадаўнія рэцэпты захаваліся да нашых дзён, і ў дамашняй кухні сучасных беларусаў нацыянальныя стравы вельмі папулярныя. Сярод самых любімых — мачанка і верашчака, дамашнія каўбасы, дранікі, калдуны, клёцкі, бульбяная бабка, халаднік са шчаўя, грыбныя супы і інш.

У беларускіх стравах шырока выкарыстоўваліся мясцовыя прадукты: агародніна і зялёнава, злакі, грыбы, садавіна і ягады, спецыі і прыправы і інш.



Бульба заслугоўвае асаблівага ўпамінання: з'явіўшыся ў Беларусі ў XVIII стагоддзі, яна ўзбагаціла нацыянальную кухню і стала асновай многіх беларускіх страў. Гэта знакамітыя дранікі, калдуны, пызы, бульбяная каўбаса, клёцкі, бабка...

У нацыянальным меню — вялікае багацце страў з мяса і птушкі (пячыста, кумпячок, мачанка, верашчака, тушанка, смажанка), разнастайныя дамашнія каўбасы, салёнае сала, стравы з субпрадуктаў (вантрабянка, рубцы — фаршыраваны свіны страўнік з мясам і грэцкай кашай), вэнджаніна.

У беларускай кухні нямала страў з рыбы. З яе варылі юшку, рабілі клёцкі, рыбу салілі, вэндзілі.

З малочных прадуктаў самымі распаўсюджанымі былі тварожны сыр, смятана, масла. Малако ўваходзіць у рэцэпты многіх беларускіх страў.

Асабліва гордасць нацыянальнай кухні — традыцыйны **беларускі хлеб**, які выпякаецца з жытнёвай мукі без дражджэй, на спецыяльна вырашчанай заквасцы. Для здаровага харчавання гэта вельмі карысны прадукт.

Сучасная беларуская кухня адраджае старадаўнія нацыянальныя рэцэпты, а таксама, у ёй становяцца папулярнымі стравы з розных краін свету.

(Па матэрыялах Інтэрнэт)



Беларускія народныя стравы // Беларуская энцыклапедыя : у 18 т. — Мінск, 1996. — Т. 2. — С. 467.

Ежа // Народная культура Беларусі : энцыклапедычны даведнік. — Мінск, 2002. — С. 135—140.

Ежа // Этнаграфія Беларусі : энцыклапедыя. — Мінск, 1989. — С. 191.

Абрадавая ежа // Народная культура Беларусі : энцыклапедычны даведнік. — Мінск, 2002. — С. 7—9.

Беларусь прыгласае / [фота: А. П. Дрыбас, А. В. Клещук, А. И. Лосминский]. — Мінск : Беларусь, 2012. — 71 с.

Белорусская кухня. — Москва : Директ-Медиа, 2011. — 69 с. — (Кухни народов мира; т. 23).

Бульба беларуская : энцыклапедыя / [Бобрик, А. О. и др.]. — Мінск : Беларуская Энцыклапедыя імя П. Броўкі, 2008. — 381, [1] с.

Вашчанка, А. П. Беларуская кухня / Аляксандр Пятровіч Вашчанка. — Мінск : Беларусь, 2017. — 254, [1] с.

Вашчанка, А. П. Беларуская нацыянальная кухня / Аляксандр Пятровіч Вашчанка. — Мінск : Беларусь, 2015. — 238, [1] с.

Завадская, В. Литовская кухарка : першая беларуская кулінарная кніга : [перевод с польского] / Винцента Завадская. — Мінск : Харвест, 2013. — 431 с.

Зайковский, Э. М. Старобелорусская кухня : [старинные кулинарные рецепты белорусской кухни] / Э. М. Зайковский, Г. К. Тычко. — Мінск : Польша, 2001. — 127, [1] с.

Зайкоўскі, Э. М. Старадаўняя беларуская кухня / Э. М. Зайкоўскі, Г. К. Тычка. — Мінск : Ураджай, 1995. — 287 с.

Корзун, І. П. Беларуская кухня / Іван Паўлавіч Корзун. — Мінск : Ураджай, 1992. — 176, [1] с.

Літоўская гаспадыня : першая беларуская гаспадарча-кулінарная энцыклапедыя / [пераклад з польскай мовы: П. Р. Казлоўскага, В. В. Нядзвецкай]. — Мінск : Беларусь, 2017. — 381, [1] с.

Літоўская гаспадыня, ці Навука аб утрыманні ў добрым стане хаты... : першая беларуская гаспадарча-кулінарная энцыклапедыя / [пераклад з польскай мовы: П. Р. Казлоўскага, В. В. Нядзвецкай]. — Мінск : Беларусь, 2012. — 381, [1] с.

Микульчик, Е. Лучшие блюда белорусской кухни / Елена Микульчик. — Мінск : Галіяфы, 2014. — 99 с.

Сборник рецептур белорусских блюд : для предприятий общественного питания всех форм собственности / [составители: С. А. Сухий, Т. Е. Гуренкова]. — Минск : Белорусская ассоциация кулинаров, 2006. — 324 с.

Смачна есці : энцыклапедыя беларускай кухні / [составители: Н. П. Познякевич, Е. И. Яроцкая]. — Минск : Беларуская Энцыклапедыя імя П. Броўкі, 2014. — 411, [3] с.

Энцыклапедыя беларускай кухні : [развитие белорусской кулинарии и гастрономии с древнейших времен и до наших дней / редакционная коллегия: Т. В. Белова и др.]. — Минск : Беларуская Энцыклапедыя імя Петруся Броўкі, 2008. — 717 с.

Прадукты харчавання і ежа // Беларусы / [В. К. Бандарчык і інш.] ; Нацыянальная Акадэмія навук Беларусі, Інстытут мастацтвазнаўства, этнаграфіі і фальклору імя К. Крапівы. — Мінск, 2001. — Т. 5. — С. 54—78.

Казаніна, М. "Усе стравы сытныя, надта апетытныя!" : [забава для дзяцей старшай групы (5—6 гадоў), прысвечаная беларускай нацыянальнай кухні] / Марыя Казаніна // Пралеска. — 2019. — № 7. — С. 70—73.

Станоўская, Ж. Г. Беларуская кухня : шляхі-дарогі ў свет здароўя! / Станоўская Ж. Г. // Пачатковае навучанне: сям'я, дзіцячы сад, школа. Серыя "У дапамогу педагогу". — 2019. — № 5. — С. 60—62.

Канцадайла, Л. Традыцыйная беларуская кухня — канцэпт культуры : метадычная распрацоўка / Людміла Канцадайла // Роднае слова. — 2018. — № 4. — С. 60—63.

Трухан, Т. Намінацыі беларускіх народных страў у "Хрэстаматыі па беларускай дыялекталогіі" / Тамара Трухан // Роднае слова. — 2017. — № 10. — С. 38—41.

Наваградскі, Т. Святочна-абрадавыя стравы беларусаў / Тадэвуш Наваградскі // Беларуская думка. — 2017. — № 3. — С. 96—103.



Наваградскі, Т. Традыцыйныя сямейныя трапезы беларусаў / Тадэвуш Наваградскі // Беларускі гістарычны часопіс. — 2017. — № 2. — С. 5—13.

Наваградскі, Т. Традыцыі харчавання беларусаў / Тадэвуш Наваградскі // Беларускі гістарычны часопіс. — 2017. — № 1. — С. 22—30.

Антановіч, А. С. Лакальныя асаблівасці традыцыйнай культуры харчавання беларусаў і іх выкарыстанне ў аграрызме / Алена Антановіч // Беларускі гістарычны часопіс. — 2016. — № 11. — С. 34—39.

Куратнік, Н. Свята беларускай кухні : пазакласнае мерапрыемства / Наталля Куратнік // Роднае слова. — 2016. — № 9. — С. 70—72.

Галушка, Н. М. "Сёння ў нашай хаце свята" : сустрэча ў сямейным клубе / Н. М. Галушка // Беларуская мова і літаратура. Серыя "У дапамогу педагогу". — 2015. — № 7. — С. 58—64.

Сугакава, Г. Смачна есці : метадычная распрацоўка свята нацыянальнай кухні для ўдзельнікаў школьнага летняга лагера / Ганна Сугакава // Здаровы лад жыцця. — 2015 — № 5. — С. 46—47.

Новоградский, Т. А. Традиции питания привилегированных сословий Беларуси / Тадеуш Новоградский // Наука и инновации. — 2014. — № 11. — С. 21—23.

Недрашлянская, Г. Я. Гасціннасць нашых продкаў : сцэнарый пазакласнага

мерапрыемства, прысвечанага беларускай нацыянальнай кухні / [Галіна Яраславаўна Недрашлянская] // Выхаванне і дадатковая адукацыя. — 2014. — № 8. — С. 44—46.

Титоренко, И. Н. Я тебе, картошка, кланяюсь в ножки! : методические рекомендации по реализации тематического воспитательного проекта / [Ирина Николаевна Титоренко] // Выхаванне і дадатковая адукацыя. — 2014. — № 8. — С. 39—43.

Концавенко, И. Кушайте белорусское : в Беларуси более 200 ресторанов, кафе и баров специализируются на блюдах национальной кухни / Ирина Концавенко // Экономика Беларуси. — 2014. — № 1. — С. 92—97.

Новікава, З. Беларуская нацыянальная кухня : гасцёўня / Зінаіда Новікава // Роднае слова. — 2014. — № 1. — С. 72—74.

Кухня Беларусі // Belarus.by [Электронны рэсурс]. — Рэжым доступу: <https://www.belarus.by/by/about-belarus/cuisine>. — Дата доступу: 10.10.2019.

Беларуская кухня // Беларуская палічка [Электронны рэсурс]. — Рэжым доступу: https://knihi.com/none/Bielaruskaja_kuchnia.html. — Дата доступу: 15.10.2019.

Белорусская кухня // Википедия [Электронный ресурс]. — Режим доступа: <https://ru.wikipedia.org/wiki>. — Дата доступа: 20.10.2019.