

**Литература о русских традициях
выпечки хлеба, блинов, вирогов, кулебяк
и других меньших братьев хлеба!**

12+

Буклет



Всё интересное и познавательное о хлебе

- ❖ Барсукова, Е.Ф. Русская кухня / Е.Ф. Барсукова. – Л.: Лениздат, 1989. – с. 131;
- ❖ Забылин, М. Русский народ, его обычаи, предания, обряды и суеверия / М. Забылин. – М.: Эксмо, 2008. – с. 473;
- ❖ Ковалёв В.М., Могильный Н.П. Русская кухня: традиции и обычаи / В.М. Ковалёв, Н.П. Могильный. – М.: Сов. Россия, 1990. – с.70;
- ❖ Полная энциклопедия быта русского народа / составитель Иван Панкеев. – М.: ОЛМА-ПРЕСС, 1998. – с. 437;
- ❖ Терещенко, А.В. История культуры русского народа / А.В. Терещенко. – М.: Эксмо, 2007. – с. 51;
- ❖ 1000 рецептов старинной кухни / составитель Л.П. Новикова. – М.: СП «Эллис Лак», 1993. – с. 192;
- ❖ Шевляков В. Православная кухня / В. Шевляков – Санкт-Петербург: САТИСЪ, 1998. – с.236

Составитель: заведующая ООЦБ Бакумова Г.Г.

г. Благодарный
2023 г.

Один из самых популярных продуктов в мире – это, конечно же, хлеб. Поэтому не удивительно, что у него и есть свой праздник – Всемирный день хлеба (World Bread Day), который отмечается ежегодно 16 октября.



Праздник был учрежден в 2006 году по инициативе Международного союза пекарей и пекарей-кондитеров. А выбор даты обусловлен тем, что 16 октября 1945 года была создана Продовольственная и сельскохозяйственная организация ООН, которая занималась решением проблем в развитии сельского хозяйства и его производства. Кстати, к этому же событию приурочен и ещё один праздник – Всемирный день продовольствия.

Сегодня в каждой стране есть свои традиции приготовления хлебобулочного изделия. Например, в России традиционным хлебом стали каравай и ржаной хлеб, на Ближнем Востоке — пита, во Франции — багет, в Италии — фокачча и чиабатта, а на северном Кавказе — чурек.

Считается, что хлеб – один из самых важных продуктов. Его едят каждый день по несколько раз, и он не надоедает! Этот продукт присутствует в кухнях всех народов мира. О его значимости говорит то, что с ним встречают гостей, без

каравая не обходится свадьба, с хлебом впервые переступают порог дома. Полезные свойства ржаного хлеба используют при лечении анемии, болезни сердца и сосудов.

Среди обогащенных солями йода пищевых продуктов до 89% составляют хлеб и хлебобулочные изделия.

Согласно Приказа Министерства здравоохранения РФ от 19 августа 2016 г. № 614 «Об утверждении Рекомендаций по рациональным нормам потребления пищевых продуктов, отвечающих современным требованиям здорового питания» норма потребления хлеба составляет 96 кг на одного человека в год.

Потребление хлебных продуктов в Российской Федерации в 2018-2020 гг. было на уровне 116 кг на человека в год, что выше рекомендуемой нормы на 20 кг или на 21%.

История хлеба

Мучное лакомство, без которого не обходится ни одна трапеза людей во всем мире, имеет достаточно древний возраст. Его изобрели еще в неолите, хотя, конечно, тот хлеб совсем не был похож на современный продукт. Злаковое лакомство, которое готовили наши первобытные предки, состояло из воды и крупы, представляя собой запеченную на костре кашницу. Ученые до сих пор не могут с уверенностью ответить на вопрос: был ли то результат целенаправленных действий при воплощении пришедшей кому-то в голову идеи или же случайного эксперимента с жидкостью и дроблеными зернами злаков. Спустя время кашницу сменила лепешка.

Данный продукт в разных видах, приготовленный из разных злаков существует и поныне у многих народностей: мексиканцы питаются тортильей, африканцы — эфиопской инжерой, китайцы — баобином и т.д.

Кстати, история хлеба насчитывает несколько тысячелетий. Согласно научным исследованиям, первые хлебные изделия возникли около 8 тысяч лет тому назад. Внешне они выглядели как лепешки, готовились из крупы и воды и выпекались на раскаленных камнях. Первый дрожжевой хлеб научились делать в Египте. Уже тогда хлеб считался кормильцем и ассоциировался с солнцем и даже обозначался с ним (в ранней письменности) одним символом – кругом с точкой в центре.



Причём в старину белый хлеб употребляли в основном люди из высшего сословия, а чёрный и серый (из-за цвета) хлеб считался едой бедноты. Лишь в 20 веке, узнав о пользе и питательности ржаного и зернового хлеба, он стал пользоваться большей популярностью.

Дрожжевой хлеб придумали, согласно изысканиям историков, древние египтяне. Этот удивительный народ вывел сорт пшеницы с большим количеством клейковины и стал производить мучное изделие соответствующего типа из теста в XVII-м столетии до н.э. Что же использовали для закваски? Бактерии воздуха, вино, пиво, виноградный сок.

Очень любили и часто пекли древние народы, а именно уже упомянутые египтяне; греки, римляне, евреи, хлеб из ячменной крупы/муки. До сих пор его едят в Греции, Германии и Швейцарии. А вообще, сырье для изготовления хлеба используют в зависимости от того, для выращивания

какого вида злака благоприятны условия той или иной местности. Так, на азиатском и африканском континентах большой популярностью пользуются лепешки из сорго, индийцы и китайцы лакомятся изделиями из риса, кукурузные лепешки — частый гость на столах румынов и венгров. И все же в цивилизованных странах предпочтение отдается пшеничному и ржаному хлебу.

В эпоху Средневековья было такое понятие, как «хлебные тарелки». Возле каждого на обеденном столе размещали кусок хлеба, а на него выкладывали пищу, предназначенную для употребления. После трапезы представители бедного класса «хлебные тарелки» съедали, а богачи отдавали собакам или же нищим. Хлеб служил частью столовой сервировки до XV-го века, пока тарелки не додумались производить из древесных пород.

Интересно, что люди, изготовлявшие хлеб, пользовались в былые времена большими почестями. В Древней Греции булочник мог занять очень высокий пост. Там же существовали специальные школы пекарей. В Древнем Риме раб, умеющий печь хлеб, ценился в 100 тысяч сестерций, в то время как гладиатор только в 10—12 тысяч сестерций. По старым германским законам преступник, убивший пекаря, наказывался втрое строже, чем за убийство человека другой профессии.

Стоит упомянуть и о том, кто изобрел привычный нам сегодня хлеб в нарезке. Им стал некто Отто Фредерик Роведдер. Работу над устройством, превращающим буханку хлеба в аккуратные ломтики, этот человек начал в 1912 году, а закончил, добившись реальных практических результатов, только в конце 20-х гг. прошлого века. Изобретение Роведдера быстро приобрело бешеную популярность.

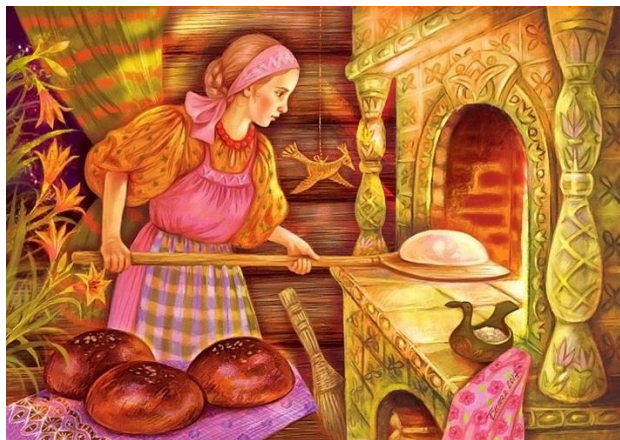
Сегодня, как и во все времена, в любой стране мира хлеб и хлебобулочные изделия пользуются неизменной любовью. Даже сейчас, когда многие придерживаются различных диет, заменяя хлеб низкокалорийными хлебцами, галетным печеньем или сухариками. Люди разных национальностей всегда бережно и трепетно относились к хлебу, к своему кормильцу. Ему отводилось самое почетное место на столе, он был и остается символом жизни.

А в прежние времена хлеб был и главным признаком достатка в семье и благополучия в доме.

Ведь недаром про него существует столько поговорок: «Хлеб всему голова», «Без соли, без хлеба – половина обеда», «Без хлеба и медом сыт не будешь» и другие.

Хлеб на Руси

Славяне издревле пекли хлеб в русской печи в домашних условиях. Затем, по мере зарождения и развития различных видов ремесел, функцию производителей хлеба взяли на себя ремесленники-пекари. Малые партии мучного продукта пекли в так называемых хлебных избах, а большие — в хлебных дворцах.



Изначально весь русский народ лакомился исключительно хлебом, приготовленным из воды и ржаной муки. Пшеничную муку наши предки тоже использовали, но лишь для выпекания калачей на праздники или церковных просфор. Между прочим, калачи разделяли на виды: одни пекли из точеной муки, другие — из крупчатой.

Существовали и смесные калачи. Называли их так потому, то сырьем для них служили равные части ржаной и пшеничной муки. Данное мучное лакомство было недоступно для простого народа — лишь царь и его семья имели возможность вкушать этот вид злаковой продукции.

Большими умельцами в деле хлебопечения на Руси считались монахи. Они знали особые секреты приготовления мучного продукта, оттого и славились на всю страну своими навыками. Кстати, наверное еще поэтому многие «хлебные» традиции тесно связаны с аспектами христианской веры и вообще, церковной тематики. Например, перед тем, как замесить тесто, славянки всегда искренне молились перед иконами, а отправление каравай в печь предвляло крестное знамение, совершаемое над ним. Причащение в церкви происходило вином и хлебом. Эта традиция сохранилась и до нашего времени.

Надо сказать, что на Руси к этому продукту испокон веков относились бережно и с любовью, воспевая плодородную землю, дарующую главную пищу, а русские хлебопекарные традиции имеют давние корни. Этот процесс считался таинством и был действительно сложным делом. Перед замесом теста хозяйка обязательно молилась и вообще подходила к процессу вымешивания теста в хорошем расположении духа, напевая душевные песни. Всё это время в доме было запрещено громко разговаривать, ругаться и хлопать дверями, а перед тем как отправить каравай в печку,

над ним делали крест. Даже в настоящее время в христианских храмах прихожан причащают вином и хлебом, молодых встречают на пороге дома родители с караваем и солью, а отправляя родных в дальнюю дорогу, любящие люди всегда дают с собой уезжающему краюху хлеба.

Хотя сегодня многие традиции позабылись, но истинная любовь к хлебу, конечно же, сохранилась. Как и сохранилось бережное к нему отношение. Ведь он сопровождает нас от рождения и до глубокой старости. Но прежде, чем хлеб попадет на стол, он проделывает огромный путь (от выращивания зерна, сбора урожая до производства муки и самого продукта), задействуется множество рабочих рук и техники. Поэтому совсем не удивительно, что у хлеба появился и свой праздник.

Кстати, хлебу посвящено много праздников, и у каждого народа они свои. В России, помимо Всемирного Дня, хлеба отмечают ещё и Третий Спас (в народе этот праздник называется Хлебным или Ореховым Спасом), который символизирует завершение жатвы. Раньше в этот день выпекали хлеб из пшеницы нового урожая, освещали его и употребляли всей семьей. Существовала и поговорка к этому дню: «Третий спас – хлеба припас».



А в феврале на Руси отмечался Агафьин день – День хлеба и соли, когда освящали каравай хлеба и солонку соли

как символы домашнего очага и сберегали их в течение года как талисманы, охраняющие дом от несчастий: пожара, мора и т.д.



16 октября - Всемирный день хлеба – это и профессиональный праздник работников данной отрасли, и, конечно же, дань уважения продукту, когда чествуют и всех профессионалов, связанных с производством хлеба, и сам хлебушек. К тому же, это ещё один повод привлечь внимание широкой общественности к проблемам голода, нищеты и недоедания в мире.

ПЕКАРЬ



“Хвала рукам, что пахнут хлебом!”.

Поэтому традиционно, во Всемирный день хлеба во многих странах проходят разнообразные выставки хлебной продукции, встречи кулинаров, пекарей и кондитеров,

ярмарки, мастер-классы, народные гулянья, а также бесплатные раздачи хлеба всем нуждающимся, благотворительные акции и многое другое. Все желающие могут не только попробовать различные сорта и виды хлеба и хлебобулочной продукции, но и узнать о том, как появился хлеб, его историю и традиции, из чего он сделан, где рос, как выпекается и т.д. В этот праздничный и светлый для всего человечества день хлебопеки со всех уголков Земли принимают поздравления и признательность в тяжелом и ответственном деле – выпечке вкусного, ароматного и полезного хлебушка.

Притчи о хлебе

Чистое сердце

Жила-была бедная старушка. Была она такая бедная, что порой ей даже не из чего было хлеба испечь. И была у нее соседка злыдня, которая эту старушку непрерывно бедностью ее попрекала. И как-то заметила соседка, что как только она принимается хлеб печь, у старушки тоже из трубы дым идет, будто хлеб печется.

Неужто эта нищенка тоже разбогатела? — удивилась соседка. — Надо бы заглянуть к ней, проверить.

Заходит соседка к старушке и видит, что та действительно каравай из печи вынимает.

Посадила старушка соседку за стол, хлебом свежим ее угощает.

Удивляется соседка:

- Откуда же у тебя хлеб? Недавно ты была беднее бедного, а теперь каждый день хлеба печешь?

И рассказала ей старушка, что устала она от того, что её бедностью беспрестанно попрекают. И стала дымящуюся головню в печь подкладывать, когда соседка принималась хлеб печь. Неделя так проходит, другая, вот старушка и придумала:

- А дай-ка я буду Бога о милости просить каждый раз, как головню в печку кладу.

Так и стала она поступать. Положила она головню в печку, помолилась, и вдруг кто-то стучится в окошко. Стоит старик нищий, весь в лохмотьях, хлебушка просит. А хлеба-то в доме нет ни куска. Отдала старушка старичку последнюю свою картофелину. Тот ее съел и снова хлеба просит.

- Откуда же я тебе, старче, хлеба возьму? — говорит старушка.

- А ты из печи достань, — отвечает старичок.

Заглянула старушка в печь, а там и впрямь готовый каравай лежит. Охнула она, достала каравай из печи да стала старичка кормить. Он съел весь каравай и еще просит.

- Нет у меня больше хлеба, — говорит старушка.

- А ты снова из печи достань, — говорит старичок.

Смотрит старушка, а там опять каравай лежит.

Достает она каравай из печи, а сама вслух удивляется:

- До каких же пор Бог хлеба мне будет даровать?

- А до тех пор, пока с чистым сердцем будешь делиться со всеми голодными, — ответил старик.

Вот с тех пор и не переводится никогда в доме у доброй старушки хлеб.

Стремитесь делать добро

Одна женщина каждое утро пекла две лепёшки. Одну для членов семьи, а вторую, для случайного прохожего. Эту лепёшку женщина всегда клала на лавочку возле дверей, чтобы любой проходящий мимо человек мог её взять.

Каждый раз, когда женщина клала лепёшку на лавочку, она возносила молитву за своего сына, ушедшего из дома искать лучшую долю. В течение многих месяцев мать ничего не знала о своём мальчике и всегда молилась о его безопасном возвращении.

Но с недавних пор она заметила, что большой орел повадился прилетать и забирать вторую лепешку. Это продолжалось день за днём. Женщине казалось это неправильным, ведь она хотела поделиться хлебом с людьми, которые были в нужде, а не с этой птицей. Не получая больше удовлетворения от того, что она делала, женщина чувствовала себя несчастной.

И однажды, будучи особенно раздражённой, она решила покончить с этим. «Я избавлюсь от этой противной птицы!», сказала она себе и добавила яд во вторую лепёшку. Но когда она собралась положить её на лавочку, руки женщины задрожали. «Что же я делаю?» — подумала она. И немедленно бросила ядовитую лепёшку в огонь, приготовила другую и положила её на обычное место.

Орел и в тот день схватил лепешку и улетел. А в тот же вечер кто-то постучал в дверь. Когда женщина её открыла, она увидела своего сына, стоящего в дверном проёме. Выглядел он ужасно: голодный, худой, слабый, в рваной одежде.

«Мама, это просто чудо, что я здесь! — рассказал он. — Я был от дома совсем неподалеку, но меня свалила болезнь, так что я не мог двигаться. Я, наверное, умер бы, но с первого дня болезни ко мне каждое утро стал прилетать большой орел и приносить свежую, еще теплую лепешку. Это спасло меня».

Когда мать услышала эти слова, её лицо побледнело, и она прислонилась к двери, чтобы не упасть. Женщина

вспомнила про отравленную лепешку. Ведь если бы она не сожгла лепешку в огне, её собственный сын погиб бы!

Вот тогда она поняла смысл слов, которые любил повторять старец Несторий: «Зло, которое вы делаете, вредит в первую очередь вам самим, а ваше добро со временем к вам возвращается! Стремитесь делать добро всегда, даже если вам кажется, что его никто не ценит».

С тех пор орел перестал прилетать за лепешкой, но по-прежнему каждое утро горячий хлеб на лавочке у дверей женщины ждал того, кто в нем нуждался.

Хлеб по воле

Один человек каждый день покупал четыре буханки хлеба. Каждый день при любой погоде он ходил в магазин за хлебом. Однажды друг спросил его:

— Скажи, что ты делаешь с этими четырьмя буханками, которые ты покупаешь изо дня в день? Ты ведь не можешь столько есть хлеба.

На что человек сказал:

— Я охотно объясню тебе: одну буханку я оставляю себе, одну даю займам, одну отдаю в расплату за долг, а четвертую пускаю в плавание.

Услышав такое, друг только покачал головой:

— Я не совсем понял, что ты имеешь в виду; скажи яснее. Тогда человек ответил:

— Хлеб, что я оставляю себе, мы съедаем с женой. Буханку, которую я отдаю займам, — это для моих детей. Ту, которой я расплачиваюсь за долг, — это хлеб для моих родителей.

— А последнюю, куда ты деваешь последнюю буханку?

— Я отдаю её бедной вдове. Я «пускаю тот хлеб по воде», как учит Библия, чтобы мое доброе когда-нибудь могло вернуться ко мне через доброту других людей.

Хлебный голос

Жил-был царь. И как не стало царицы, царь и призадумался: и то худо, что царицы нет, да на то воля Божья, и опять же хозяйство на руках - и не малое, надо кому распорядиться, надо и гостей принять честно, да чтобы всё было, как у людей есть, а ему на старости лет дай Бог с царством управиться.

А было у царя три сына, все трое женаты, при отце жили. Вот царь и призвал к себе снох — и старшую, и среднюю, и младшую — и решил испытать, кому из них большухой быть.

— Какой, — говорит, — голос дальше слышен?

Старшая думала, думала, — какой голос?

— Да вот, — говорит, — батюшка, намедни бычок за Москвой-рекой рычал, так у Андроньева на обедне слышно было.

— Эка дурёха! — отставил царь старшую сноху и к средней. — Какой голос дальше слышно?

— Петух у нас, батюшка, седни пел поутру, а в Соколинках у мамушки слышали, Софоровна сказывала.

Царь только бороду погладил: ну, чего с такой спросить? — и к младшей:

— Какой голос дальше слышно?

— Не смею, батюшка, сказать, сами знаете.

— Как так, говори, не бойсь.

— Хлебный голос дальше слышно.

— Какой такой хлебный?

— А такой, батюшка, если кто хорошо кормит, а голодного не забывает, накормит, согреет, утешит, про того далеко слышно.

— Ну, — говорит царь, — умница ты, Поля, по-русски сказала, так и будь ты большухой.

И пошло с этих пор на Руси — хлебный голос всех дальше слышен.

Источники:

<https://moreulybok.ru/pozdravlenija/den-hleba/istorija-prazdnika-interesnye-fakty-o-hlebe-kartinki.html>

<https://www.agroxxi.ru/analiz-rynka-selskoho-zaistvennyh-tovarov/potreblenie-hleba-v-rossii-analitika-ot-rossiiskoi-gildii-pekarei-i-konditerov.html>

<https://jenskiymir.com/poeziya-i-proza/pritchi-i-skazki/5542-pritchi-o-hlebe.html>

<https://zimmer-nfdou34.edumsko.ru/folders/post/2586178>

