

Конспект

Культура питания народов мира

Тема 3. Национальные особенности традиций и культур питания народов мира

Цели изучения темы:

- выявление основных характеристик культуры питания в Западной Европе, Америке и Азии.

Задачи изучения темы:

- выявление факторов, оказавших влияние на формирование культуры питания в различных странах;
- изучение новых терминов, которые употребляются в гастрономической культуре той или иной страны;
- охарактеризовать исторические традиции и принципы, использующиеся до сих пор;
- выявление отличительных особенностей национальных кухонь;
- выявление национальных типов предприятий общественного питания.

В результате изучения данной темы Вы будете:

Знать:

- национальные особенности кухонь разных стран;
- виды пищевых заведений в разных странах мира.

Учебные вопросы темы:

1. Национальные особенности культуры питания.
2. Типы заведений общественного питания в разных странах.

Вопрос 1. Национальные особенности культуры питания.

Иностранные туристы, путешествуя по нашей стране, охотно знакомятся с блюдами русской кухни и кухнями других народов России. Однако работникам индустрии гостеприимства следует знать особенности питания иностранных туристов с тем, чтобы составить для них меню с учетом национальных традиций и привычек. В этом онлайн курсе мы рассмотрим наиболее популярные в нашей стране иностранные кухни, а также кухни тех стран, которые оказали наибольшее влияние на русскую кухню и откуда по статистике больше всего туристов приезжает в Россию.

Французская кухня.

Французская национальная кухня отличается разнообразием, которое обусловлено широким ассортиментом используемых продуктов и различными способами их приготовления.

Следует учитывать, что в разных районах Франции существуют свои излюбленные кушанья, имеющие оригинальную технологию.

Так, в южных областях страны пища отличается остротой, с применением для ее приготовления вин и специй, особенно чеснока и лука. Жители Эльзаса потребляют больше свинины и капусты, жители прибрежных районов - продуктов моря и т.д. Эти отличия можно видеть и в потреблении того или иного вида жира, используемого для приготовления пищи. Например, в северных и центральных районах больше используют сливочное масло, на юге - оливковое.

Несмотря на региональные различия, французская национальная кухня имеет характерные особенности. Это, прежде всего, широкое применение овощей и корнеплодов. Картофель, различные сорта лука (в том числе шалот, придающий пище специфический вкус), стручковая фасоль, шпинат, капуста разных сортов, помидоры, баклажаны, сельдерей, петрушка, салаты используются для приготовления закусок, первых и вторых блюд, а также в качестве гарниров. Особенно популярны такие богатые витаминами овощи, как спаржа, артишоки, лук-порей, салат-латук. Видное место отведено салатам из овощей - как свежих, так и консервированных. Ко вторым мясным блюдам, как правило, подают зеленый салат, салат из капусты.

Другая особенность французской кухни - использование всех продуктов питания и пряностей, применение различных способов тепловой обработки продуктов (варка в воде и на пару, жарка на сковороде, вертеле решетке, тушение, запекание). По сравнению с другими странами Западной Европы французская кулинария использует меньше молока и молочных продуктов. Исключение составляют сыры. Их применяют для приготовления различных блюд, в том числе и первых. Блюдо с сырами и зеленый салат обязательно подают перед десертом. Во Франции производят десятки сортов сыра. Среди них такие широко известные, как рокфор, грюйер, камамбер и др.

Еще одна особенность французской кухни - большое разнообразие соусов. Их насчитывается свыше трех тысяч. Соусы широко применяются при приготовлении мясных блюд, салатов, различных холодных закусок.

Из первых блюд очень любимы суп-пюре из лука-порея с картофелем и луковый суп, заправленный сыром. Широко известен также провансальский рыбный суп - буйабесс.

Французские кулинары используют все виды мясных продуктов: телятину, говядину, баранину, птицу, дичь, применяя все способы тепловой обработки: варку, тушение, жарку. Мясные продукты, птица, дичь широко применяются также при изготовлении разнообразных салатов. Характерны для французского стола и омлеты. Их часто готовят с различными приправами - ветчиной, сыром, грибами, зеленью, фаршированными помидорами и т.д.

Очень популярны блюда из морской и пресноводной рыбы: трески, камбалы, палтуса, скумбрии, щуки, карпа, а также из таких продуктов моря, как устрицы, креветки, лангусты, морские гребешки. Самым распространенным блюдом во Франции являются устрицы, которых выращивают на специальных плантациях с морской водой, где содержание соли понижено.

Для французской национальной кухни характерно также использование вина, коньяка и ликера при приготовлении многих кушаний. Вино при этом, как правило, подвергается значительному вывариванию, в результате которого винный спирт испаряется, а остающийся состав придает пище специфический привкус и приятный аромат. Используются только натуральные красные и белые сухие и полусухие вина. Для того чтобы снизить кислотность, очень кислые вина перед употреблением уваривают.

Готовя те или иные блюда, французские кулинары применяют характерные только для них кулинарные приемы. Например, прежде чем готовить кушанье из мелкой дичи, ее выдерживают в течение нескольких суток на воздухе. Мясо крупной дичи (кабана, косули) маринуют. При варке овощей строго соблюдается такое правило: зеленые овощи для отваривания кладут в кипящую подсоленную воду и варят в открытой посуде. Для приготовления многих блюд, французы кладут в кастрюлю небольшой пучок трав, который придает блюдам неповторимый французский аромат. Он называется букет гарни и состоит из петрушки, чабера, лаврового листа.

Еще один оригинальный прием - так называемый «поджог» пищи. Чаще всего его используют при приготовлении мяса. Для этого перед подачей на стол готовое горячее блюдо поливают коньяком и поджигают. Это придает кушанью специфический аромат и привкус.

Из десертов наиболее популярны вишневый пирог клафути, открытые торты с фруктами и крем-брюле - сливки, запеченные с карамельной корочкой.

Из напитков французы предпочитают фруктовые соки, минеральные воды. Чрезвычайно популярен кофе. Утром его пьют обычно с молоком, черным кофе завершают обед и ужин.

Франция занимает первое место в мире по потреблению виноградного вина. Его обязательно подают к столу дважды в день. Дети и иногда женщины пьют вино, разбавляя его водой. Нередко вино наливают в суп. Из крепких спиртных напитков во Франции распространены аперитивы, абсент, кальвадос, коньяк.

Итальянская кухня.

Итальянская кухня использует самые разнообразные продукты питания: овощи, рыбу, продукты моря (моллюсков, крабов, омаров, лангуст, креветок, каракатиц и т.д.), говядину и нежирную свинину (в натуральном виде), птицу, фрукты и ягоды, сыр, бобовые (фасоль, горох), рис. Для приготовления различных блюд итальянские кулинары употребляют разнообразные специи и приправы: маслины, каперсы, цикорий, мускатный орех и др.

Завтрак у итальянцев, как правило, легкий: хлеб, сыр, кофе. Часто может быть и сладким: выпечка в виде печенья или булочек на завтрак. Зато обед очень плотный. В него входит закуска, первое блюдо (минестроне), второе блюдо и десерт: сыр, фрукты, кофе и сухое виноградное вино. Супы употребляют редко, это чаще всего супы-пюре, прозрачные супы, супы с макаронными изделиями. Макароны - излюбленная пища итальянцев. Все блюда из них называются паста. Пасту заправляют томатным соусом, маслом и сыром, готовят с мясом. Часто пасту подают в сочетании с фасолью, горохом, цветной капустой. Среди изделий из теста популярностью пользуются равиоли - небольшие пельмени из макаронного теста, которые подают в томатном или сливочном соусе с тертым сыром. Иногда первые блюда состоят целиком из мяса - жареного, вареного или тушеного. Отдельно к мясу принято подавать овощной салат. Ужин часто состоит из какого-либо холодного блюда: салата, помидоров, сыра, ветчины.

В стране распространены всевозможные сорта сыра: пармезан, сыр из молока буйволиц (моцарелла), соленый сухой сыр из овечьего молока (пекорино) и др.

Также популярны лазаньи (слоеные запеканки из макаронного теста, прослоенные мясным или овощным фаршем с соусом бешамель и сыром), ризотто - рис с тертым сыром и луком, с креветками, грибами, полента - круто сваренная каша из кукурузной муки (ее подают к столу нарезанной ломтиками), телячьи медальоны по-милански, цыпленок с рисом, пицца. Из жиров итальянцы употребляют главным образом оливковое масло, но любят и свиное сало. Хлеб едят пшеничный.

Из сладких блюд в Италии популярно мороженое, муссы, из кондитерских изделий - миланские булочки с виноградом и фруктами, торт с миндалем, миндальные пирожные. Десерт обычно заканчивается кофе.

Вино в Италии - национальный напиток, наряду с другими блюдами кувшин с вином всегда присутствует на столе итальянцев.

Немецкая кухня.

Германия славится не только своими добротными и престижными автомобилями, но и необычной кухней. Благоприятный климат, плодородная земля, обильно орошаемая водами рек, – стоит ли удивляться изобилию в Германии молока и мяса? Исключительные продовольственные ресурсы требовали создания соответствующей базы и методики для их сохранения. Поэтому немцы научились сохранять продукты в копченном, маринованном, засоленном и квашеном виде.

Свинина – самая любимая и распространенная в Германии пища. Из свинины готовят колбаски и сосиски различных видов (по самым приблизительным подсчетам, в Германии существует не менее 1500 видов колбас). К примеру, копченые колбаски (Wienerwurst) из говядины и свинины, щедро приправленные чесноком и кориандром, считаются прародителями американской сосиски, которая используется в хот-догах.

Хлеб – еще один краеугольный камень немецкой кухни. В современной Германии можно найти более 300 видов хлеба. В мировую кулинарию прочно вошли традиционные немецкие пироги, например, рождественский кекс Stollen и пряники Lebkuchen. Также популярны печенья с изюмом, пропитанные бренди, «флауменкюхен» (сливы, кофе и миндаль), сладкие конфеты-картофель и множество видов мороженого.

В немецкой кухне ощущается влияние кухни соседних стран – Швейцарии, Бельгии и Франции. Некоторые немецкие блюда носят названия географической местности, например, Шварцвальдская ветчина, Вестфальская ветчина, Нюрнбергские пряники, Шварцвальдский торт и т.п.

Среди региональных блюд особенно популярны мучные клецки пошвабски (spatzle), баварские фрикадельки (knodel) и густой суп из рыбы, мяса, картофеля и солёных огурцов (labskaus) – традиционное блюдо Северной Германии. Классическая немецкая трапеза состоит из нескольких перемен блюд. Начинается обед с супа (Suppe), за ним следует основное блюдо, которое сопровождается парой приготовленных блюд или сырых продуктов. Завершает трапезу десерт и любые блюда, которые подают после основного блюда.

Немцы очень уважают пиво, об этом свидетельствует и известный во всем мире фестиваль пива Октоберфест. Ежегодно на празднике присутствуют около шести миллионов любителей пива со всего мира. На празднике пива каждый год выпивается около 5 млн. литров пива и съедается более 500 тыс. кур, а также большее количество быков и прочей живности. Кроме пива, в Германии много и с удовольствием пьют шнапс (Schnaps) и фруктовую водку (Obstwasser).

Многие местные жители предпочитают обедать в городе, в кафе или свежем воздухе, купив еду в ларьке или забегаловке (Imbiss). В таких ларьках чаще всего продается вареная колбаса (bockwurst), жареная колбаса (bratwurst) и острая колбаса с пряным соусом (currywurst), а также картофель-фри, гамбургеры и кури-гриль.

Американская кухня.

Как и сама страна, американская кухня позаимствовала любимую еду и традиции у различных наций. Но эти же блюда изменились, трансформировались по-своему, что определенно позволяет считать американскую кухню самобытной. Важный факт об американской кухне – она чрезвычайно разнообразна, отчасти благодаря географии, но также и культурному наследию, доставшемуся от разных волн европейцев-иммигрантов.

Излюбленными блюдами современных американцев являются овощные и фруктовые салаты (ни один завтрак, обед, ужин не обходится без них), мясо и птица с овощным гарниром, фруктовые десерты. Большой популярностью пользуется зеленый салат, который подается крупно нарезанным, в натуральном виде, и уже на столе сдабривается различными специями. В Америке во многих ресторанах и кафе стоимость салата из овощей включена в цену основного блюда, и он служит обязательным приложением к завтраку или обеду точно так же как стакан воды со льдом.

В ассортименте рыбных и холодных блюд и закусок нет заливной или копченой рыбы, рыбных консервов, редко встречаются рыбные деликатесы. Из первых блюд предпочтение отдается супам-пюре, а также фруктовым супам. Вторые блюда приготавливают из говядины, нежирной свинины кур, индеек. Мясные блюда готовят неострыми, малосолеными, специи и соусы каждый кладет по вкусу уже на столе. Любимые национальные блюда - ростбиф с кровью и стейк. Для гарниров используют в основном овощи: стручковую зеленую фасоль и бобы, зеленый горошек, спаржу, цветную капусту, а также кукурузу со сливками и картофель в различном виде (отварной, жареный, тушеный).

Крупы, макаронные изделия американцы не любят. Не едят они и тушеную капусту. Следует знать, что если в блюдо по рецепту полагается класть сметану (например, в салат, суп-пюре, второе) то ее лучше подать на стол отдельно.

Американцы потребляют мало хлеба в частности белого, а также мучных изделий, крупяных и мучных гарниров, жиров. Нежирное мясо в Америке стоит дороже, чем жирное, а свинина дешевле, чем говядина.

Большое место в рационе современных американцев занимают консервированные продукты, в изобилии выпускаемые пищевой промышленностью. Они применяются и в домашней кухне. В американской кухне широко представлены десертные блюда и кондитерские изделия: фруктовые соки и свежие фрукты, цитрусовые, компоты из свежих фруктов, взбитые сливки, пирожные, пироги, печенье, пудинги. Американцы употребляют много различных напитков: кока-колу, пепси-колу, кофе, чай, имбирное пиво, холодный несладкий чай с лимоном. Традицией стало перед едой пить обычную воду со льдом. Очень любят в Америке молоко. Его подают к столу и к обеду и к ужину. Стакан молока - неперемное дополнение к жареному мясу, бифштексу. После десерта американцы любят выпить чашку кофе, реже – чая. Гордостью и проклятием американцев являются различные виды фастфуда.

Основные критерии американской кухни:

- региональная специфика;
- разнообразие продуктов.

Северо-Восток:

- английские рецепты, специфичные рыбные блюда;
- мясо и овощи перемешивались с местными ингредиентами: индейкой, кленовым сиропом, лобстером, моллюсками, клюквой, кукурузой;
- блюда: мэйнский лобстер с соусом из сливочного масла; суп из морепродуктов клэм-чаудер.

Юго-Восток:

- курица в панировке (фаст-фуд, KFC);
- активное приготовление свинины. Ветчина из Вирджинии;
- завтрак – тосты с ветчиной;
- обед – бекон с подливкой и бобами.

Юг:

- рисовые плантации;
- Норрин' John – смесь из риса, фасоли, ветчины;
- Южная Луизиана;
- сильные французские влияния: специи, поджаренная в масле мука;
- много видов барбекю.

Юго-Запад:

- много мексиканских мотивов;
- острый соус чили;
- гуакамоле (паста на основе авокадо);
- жареные кукурузные лепешки;
- жаркое из говядины с бобами.

Запад, Калифорния:

- использование сезонных продуктов, культ органической еды;
- большое влияние итальянской и китайской кухонь.

Американская кухня называется «фьюжн» (fusion – смешение, сплав). Кухня «фьюжн» - это сплав разных кулинарных традиций. Так, если гусиную печенку приготовить в яблочном уксусе, мы получим классический французский рецепт, но стоит заменить яблоко ананасом или манго, получается чистой воды фьюжн.

Своеобразный символ – индейка (едят с клюквенным вареньем и стаффингом (смесь из сухарей, индюшачьих внутренностей, лука, масла, каштанов).

Эг-ног употребляется с XVIII в (смесь из яиц, молока и карибского рома).

Китайская кухня.

Кулинария на Востоке воздвигнута в ранг религии. И это понятно. В каких-то странах некоторые животные священны, и использовать их в пищу запрещает религия. В других странах, наоборот, некоторые продукты питания тогда становятся религией, когда их употребит в пищу. Огромное разнообразие морепродуктов, огромные территории с фантастическими фруктами и экзотическими продуктами.

Кулинарное искусство Китая возникло вместе с самой китайской цивилизацией. Китайцы создали утонченные способы приготовления пищи, как минимум, 3000 лет тому назад, а примерно 1500 лет назад в Китае была написана первая в мире кулинарная книга.

Основу китайской национальной кухни составляют блюда из самых разнообразных продуктов: крупы, муки, овощей, мяса, рыбы, морских беспозвоночных, водорослей, птицы, молодых побегов бамбука и др.

В Китае наиболее популярен рис. Во многих местах рисовая каша, приготовленная различными способами, заменяет хлеб. Ни один прием пищи у китайцев не обходится без каши. Из риса варят кашу сухую рассыпчатую (дань) и очень жидкую (дамичжоу), которую потребляют на завтрак. Каши готовят также из кукурузы, проса и гаоляна.

Китайская кухня немыслима также без бобовых продуктов, а из них: соевого масла, соевого молока, творога из сои (существуют сотни рецептов блюд из свежего, сушеного, маринованного соевого творога), острого жидкого темно-коричневого супа и соленой негустой пасты из соевых бобов.

Бобовые культуры - основной источник белка в пище китайцев - заменяют мясо, потребление которого весьма ограничено.

Большой популярностью у китайцев пользуются блюда и изделия из муки. Среди них: лапша, вермишель, различного рода лепешки, паровые хлебцы (пампушки), пельмени, ушки, сладкое печенье. Лапшу из крутого пресного теста отваривают в кипящей воде 4-5 мин, затем быстро промывают холодной водой, выкладывают в большую чашу, сверху кладут гарнир - кусочки свинины или курицы в соусе, мелко рубленый лук-батун, трепанги, древесные грибы, ростки бамбука и другие продукты, используемые для гарнира и определяющие название блюда с лапшой.

Большое место в китайской кухне занимают овощи. Наиболее широко используют капусту (салатную китайскую, белокочанную, сычуаньскую), батат, картофель, редьку разных видов, чеснок, томаты, перец, шпинат, зеленые стручки фасоли. Популярны толстые молодые ростки бамбука в отварном виде. Овощи в большом количестве маринуют, солят в соевом соусе, квасят и сушат. Засоленные в соевом соусе редька и салатная капуста служат основной закуской к кашам. Из мяса наиболее широко используют свинину, говядину и баранину - значительно реже. Большинство мясных блюд готовят из мяса, нарезанного мелкими ломтиками, кубиками, соломкой. Жарят мясо при сильном нагреве.

Для многих блюд используют также мясо птицы. В китайской кухне широко употребляют куриные и утиные яйца. Для приготовления некоторых холодных и горячих закусок используют утиные яйца, консервированные особым способом: их обмазывают смесью золы с известью, содой и солью и выдерживают в течение 20 - 100 дней в чанах или в земле. В результате такой выдержки белок приобретает коричневый цвет, а желток - зеленый. Вкус яйца становится своеобразным.

Китайские кулинары широко используют рыбу (окуня, камбалу, саблю-рыбу и др.) преимущественно в свежем виде. Кроме того, используют морских беспозвоночных животных. Популярны креветки, крабы, кальмары, осьминоги, каракатицы, устрицы и др.

Наиболее распространенные блюда китайской кухни:

- ростки фасоли, жаренные со свиной;
- душистая хрустящая утка;
- жареные яичные рулетики;
- «голубиные яйца»; рис на пару;
- отварной рис;
- томленный рис;
- жареный рис.

Самый распространенный напиток в Китае - чай. Зеленый пьют очень горячим без сахара. В начале обеда подают чай ароматический или зеленый. Затем холодные закуски, горячие закуски, горячие блюда. В промежутках между горячими блюдами подают сладкие блюда и мучные кулинарные изделия. В конце обеда подают суп вместе с рисом и снова чай.

Режим питания у китайцев трехразовый. Традиционное время обеда - ровно в полдень. Своеобразие китайской пищи достигается обработкой исходного сырья, а не самим сырьем, мало отличающимся от привычных нам продуктов.

Именно приготовление делает блюда специфически китайскими. Приготовление сырья. Специфические блюда требуют и особых ингредиентов. Животных и птицу откармливают по специальным технологиям. Многие рыбные блюда готовят только из живой рыбы. Чтобы улучшить качество блюда, живую рыбу в специальных корзинках опускают в озеро и два дня морят голодом - этим обеспечивается нужная плотность мяса и удаление запаха ила. Рыба, подготовленная таким способом, более нежная по вкусу и напоминает мясо краба.

Предварительная обработка сырья, согласно требованиям китайской кухни, должна занимать две трети времени, отведенного на приготовление блюда. Обработка сырья начинается с его очистки. Продукты очень тщательно промывают, удаляют испорченные части. Грубые внешние покрытия (кожу, пленки, кожуру и т.д.) аккуратно снимают. Процесс механической очистки завершается тщательным промыванием сырья для удаления загрязнений и нежелательного запаха. Многие продукты вымачивают, причем не только в воде, но и в рассоле, масле, молоке, водке и т.п. После вымачивания продукт теряет свой запах, а иногда приобретает и совсем иной аромат. Продолжительность вымачивания - от нескольких минут до нескольких часов и даже дней и месяцев. Обычно продукты вымачивают недолго, чтобы смягчить их вкус и плотность.

Нарезание продуктов - вторая стадия холодной обработки продуктов. Измельчение - важная и характерная особенность китайского кулинарного искусства. Сырые продукты могут быть нарезаны ломтиками, полосками, ромбиками, дольками, кубиками, зернышками, шариками, соломкой и т.д. Они могут быть мелко нарублены или растерты, им можно придать форму колосков злаков, лепестков хризантемы и многого другого. Холодные блюда в форме птиц, животных, насекомых, рыб, цветов, фруктов, травы или деревьев дают возможность поварам продемонстрировать свой художественный талант. Не только для холодных закусок, но и для любых блюд китайской кухни продукты должны быть мелко нарезаны. Для этого предназначен специальный нож-тесак прямоугольной формы, очень остро заточенный. Им работают как сечкой на толстом деревянном пне.

Китайские повара готовят фарш без мясорубки, нарубая мясо ножом-тесаком. Мясо, приготовленное таким способом, значительно вкуснее, так как в каждом маленьком кусочке остается мясной сок, который не сохраняется при использовании мясорубки. Когда мясо готовят крупными кусками, то на каждом из них делается множество мелких насечек, и оно получается таким же нежным и мягким, как после применяемого в европейской кухне отбивания.

В китайской кухне продукт редко готовят целиком, но это можно встретить в народной кухне. Обычно целиком готовят птицу. Тогда перед тепловой обработкой через специальные надрезы у птицы удаляют все кости, сохранив ее внешнюю форму, после чего птицу запекают в духовом шкафу или жарят.

Тепловая обработка основана на двух основных правилах: первое - соблюдение температурного режима обработки; второе - отдельная обработка всех компонентов.

Китайские блюда готовят на сильном, среднем и слабом огне. Знаменитое блюдо - тушеная свинина по рецепту Су Ши - готовится на коротком пламени в запечатанном сосуде. В результате мясо получается темно-красного цвета с нежным, как пастила, вкусом, сочным, хотя для него используется нежирное мясо.

В китайской кухне имеется более 300 способов приготовления пищи, включая жаренье в глубоком слое масла, быстрое жаренье, жаренье взбалтыванием, жаренье соте, прожаривание, тушение, варку на пару, варку в воде, поджаривание на слабом огне, окуривание, тушение в соевом соусе, уксусе, сиропе и т.д.

Самый распространенный в китайской кулинарии способ тепловой обработки продуктов - жаренье в масле. Для этого обычно используют большие сковороды с круглым днищем и плиты с очень высоким, до 40 см пламенем. Жарят чаще всего на растительном масле или свином внутреннем жире. Масло сильно нагревают, после чего опускают мелко нарезанный продукт и быстро, в течение 1-2 мин, прожаривают при постоянном помешивании. Чтобы продукты не подгорали, их покрывают слоем муки, сухого или разведенного крахмала, яичным белком или желтком и т.п.

Короткое время, затрачиваемое на тепловую обработку, исключает «автоматическое», без участия человека, приготовление пищи. Приготовление пищи по рецептам китайской кулинарии требует постоянного присутствия повара. Но его труд значительно облегчает второе правило тепловой обработки - то, что все компоненты блюда готовятся отдельно, то есть исключается возможность пережаривания одного продукта и недожаривания другого. Исключение из этого правила есть лишь для отдельных блюд.

Завершающая стадия тепловой обработки - добавление приправ и пряностей. В китайской кухне применяется множество пряностей и специй. Наиболее часто используют бадьян (при приготовлении горячих блюд), горчицу, имбирь (употребление в измельченном виде или в виде настоя при приготовлении холодных, горячих блюд, бульонов, соусов), кинзу, корицу, перец хуцзе. Широко применяют китайские кулинары порошок глутамината натрия (концентрат вейдзин). Разведенный в воде с солью, он напоминает по вкусу куриный бульон. Применяется при приготовлении холодных закусок, бульонов, соусов и горячих блюд. Во многие блюда для придания аромата добавляют кунжутное масло (иногда по несколько капель). В качестве приправы для приготовления холодных закусок, бульонов, соусов и горячих блюд, широко используют ферментированный соевый соус, свиное сало, пережаренное с бадьяном, перцем и луком, пасту кунжутную и соевую. Следует упомянуть также «усьянмянь» - смесь пяти специй: корицы, укропа, солодкового корня, гвоздики и бадьяна, растертых в порошок.

Сервировка стола. Этот ответственный этап в приготовлении пищи начинается с составления блюда, расположения на тарелке компонентов. Обычно в китайской кухне принято избегать контрастов и выдерживать цветовую гамму блюда в ровных, близких друг к другу тонах, без ярких пятен и переходов. Блюда для приема пищи подбираются так, чтобы среди них преобладали жидкие и мягкие кушанья, а твердые занимали не более четверти меню. Супами и бульонами, в отличие от привычной нам европейской традиции, заканчивать трапезу. Повседневная сервировка стола проста: на полированный стол ставится по одной пиале на каждого человека, кладется пара палочек и фарфоровые или металлические ложки-черпачки для супа. В центр ставится несколько общих блюд.

Разновидности региональной кухни.

Сычуаньская кухня.

- самая острая пища в мире;
- основные ингредиенты: острый перец, анис, кинза, чеснок;
- основные продукты: рис, свинина, пресноводная рыба, вермишель, соевый творог тофу.

Гуандунская (Кантонская) кухня.

- преобладают дары моря и рек;
- деликатесы: блюда из птиц, змей, улиток, черепах.

Шаньдунская кухня.

- активное использование морепродуктов, злаков, кукурузы;
- наиболее известные блюда – жареная утка, ошпаренная баранина, карп в кисло-сладком соусе, тушеный трепанг.

Основные пищевые продукты:

• Рис. Чаще всего белый, употребляется в пищу вареным или жареным. Также применяется для изготовления алкогольных напитков и укусов.

- Лапша. Множество разновидностей.
- Пельмени (цзяоцзы) и баоцзы.
- Соя. Основной ингредиент тофу, а также соевого молока, соевой пасты, соевого соуса и соевого масла.

Застольный этикет.

- Блюда ставятся в центр.
- Едят неторопливо.
- Популярны круглые столы с вращающимся подносом. Справа от главы стола – первое лицо из гостей, слева – второе лицо.
- Первым к закускам прикасается хозяин стола: своими палочками кладет кушанья гостям справа и слева, потом себе.
- Поднос вращается по часовой стрелке.
- На банкетах подается около полутора десятков блюд.
- Блюда являются общими.

Чайная церемония.

Самый распространенный напиток в Китае – чай.

- чай – это взаимодействие огня, воды, чайного листа, пространства и сознания человека (философия чая);
- вся чайная посуда прогревается в определенной последовательности: кипяток в чайник, далее переливают в чайхай, а оттуда в чашки;
- 5 г чая на 100 мл воды;
- чай можно заваривать от 3 до 30 раз.

Корейская кухня.

Корейская кухня во многом схожа с китайской. Так же, как и китайские, корейские кулинары широко используют рис, овощи, рыбу, изделия из муки. Мясо, главным образом свинина, употребляется сравнительно в небольших количествах. В качестве приправы к многим блюдам служит соя. Молочные продукты и молоко корейцы в пищу почти не употребляют. Многие блюда готовят на растительном масле.

Из характерных для корейской кухни кушаний следует назвать широко распространенное кимчхи - овощное острое блюдо из квашеной салатной капусты или редьки. Своеобразным блюдом является кушанье из сырой рыбы (хве). Кусочки сырой рыбы заливают уксусом, а затем добавляют перец, соль, чеснок, мелко нарезанную морковь или редьку. Через 20 мин блюдо готово.

Другим популярным кушаньем является куксу — лапша домашнего приготовления из пресного теста. Ее подают к мясному или куриному бульону, в который для остроты добавляют перец, сою и кимчхи.

Рис, закуски и все приправы подают в различных мисках и пиалах, причем каждый вид блюда отдельно. Чем торжественнее трапеза, тем больше различных блюд подают к столу. Супы обычно едят во время завтрака и ужина. Их варят как на соевом соусе, так и из мяса, и из рыбы. Не менее важный элемент традиционной корейской кухни - рыба и морепродукты. Для приготовления рыбных блюд корейские кулинары используют прежде всего минтай, камбалу, треску, форель, кефаль и карпа. Помимо рыбы в еду употребляются многочисленные виды морских беспозвоночных животных и водоросли. Весьма популярны креветки, крабы, кальмары, осьминоги, мидии, устрицы и т.д.

Особое своеобразие корейской кухне придают дикорастущие съедобные растения, цветы и травы, многие из которых целебны. Корейцы употребляют в пищу дикий чеснок, цветы акации. Весной в лесах и на лугах они собирают и заготавливают впрок молодые побеги папоротника. Очень питательными считаются древесные грибы.

При корейской трапезе на стол выставляются сразу все блюда, поэтому не существует определенного порядка их употребления. Перед каждым участником трапезы ставят только отдельные чашки для риса и супа, а все остальные блюда располагают в центре стола, откуда каждый берет себе еду.

Корейский традиционный этикет не разрешает подносить чашки с рисом, супом или другой едой близко ко рту. Нужно почтительно склоняться над приборами с едой и если брать в руки тот или иной сосуд, то не поднимать его высоко над столом.

На каждом столике стоит газовая горелка, на которой готовят рагу в кастрюле или жарят мясо и рыбу в сковороде (одной на всех).

Типичная корейская трапеза состоит из чашки риса, миски супа, овощей, рыбы, туфу (соевый творог) или небольшой порции мяса, а также кимчи.

Корейцы отдают предпочтение острой, пряной пище, поэтому неизменно присутствует в их блюдах в качестве приправы красный перец. Приправы и пряности, которые используют для приготовления почти всех корейских блюд это - чеснок, соль, сахар, зеленый лук, молотый красный перец, уксус, соевый соус, кунжут и кунжутное масло, мелко порубленный красный перец.

В противоположность китайцам корейцы пьют мало чая. Корейские кулинары умеют мастерски готовить замечательные блюда и кондитерские изделия из фруктов. Наиболее широко используются для их приготовления яблоки, груши, персики, хурма, каштаны, финики. Большим деликатесом считается особая лечебная каша из клейкого риса, меда, фиников, каштанов, кедровых орехов, кунжутного масла, жидкой сои. Популярностью пользуется печенье из фруктов и «цветочный салат», приготовляемый из хурмы, лимонника, меда и пряностей.

Вопрос 2. Типы заведений общественного питания в разных странах.

1. Французское кафе:
Особенно известны кафе на бульварах, которые начали распространяться с XIX в. Кафе на Монмартре, «Мулен Руж» (1814г).

2. Греческая таверна.

3. Английский паб.

Сейчас на Британских островах от 53 до 61 тыс пабов.

4. Итальянская остерия.

Упрощенный сервис, итальянская кухня, отсутствие напечатанных меню, низкие цены, ориентация на постоянных клиентов. Для остерии характерна домашняя обстановка, на кухне могут работать бабушка с дедушкой, в зале – дети.

5. Немецкая пивная (биргартен).

6. Испанская бодега (тапас-бар).

Вопросы для самопроверки:

1. Почему французскую кухню называют собранием шедевров кулинарного мастерства?

2. Какие национальные блюда итальянской кухни Вы знаете?

3. Где Вы организуете ланч для туристов из Соединенных Штатов Америки? Почему?

4. Почему не рекомендуется подавать к столу туристам из азиатских стран ржаной хлеб?

5. Посетите ресторан, предлагающий блюда любой национальной кухни. Опишите Ваши впечатления. Что вам понравилось? Что не понравилось? Почему?