



МУЗЕЙНА КОРЧМА
ТРАДИЦІЙНІ ПОЛТАВСЬКІ СТРАВИ

БОРЩІ **КАПУСНЯКИ**



Полтавський краєзнавчий музей
імені Василя Кричевського

БОРЩІ КАПУСНЯКИ

Харків–Полтава
ТОВ «Майдан»
2020

УДК 641.5(=161.2)(477.53)
С 22

Друкується за рішенням Вченої Ради
Полтавського краєзнавчого музею
імені Василя Кричевського
(протокол № 1 від 19.02.2020 р.).

Борщі. Капусняки / Н. М. Сахно, М. П. Пісцова; ПКМ
С 22 імені Василя Кричевського. – Харків, Полтава: ТОВ
«Майдан», 2020. – 24 с. – (Музейна корчма. Традиційні
полтавські страви, вип. 1).
ISBN 978-966-372-801-8

У виданні на основі анкетування мешканців нашої
області та аналізу літератури з історії української кулінарії
показано генезу традиційних народних страв протягом
останнього століття, фактори впливу на неї, асортимент,
рецепти таких страв на сучасному етапі.

ISBN 978-966-372-801-8

© Сахно Н. М., Пісцова М. П., 2020.
© ПКМ імені Василя Кричевського, 2020.
© ТОВ «Майдан», 2020.

Науково-популярне видання

Сахно Н. М., Пісцова М. П.

Борщі. Капусняки

*Музейна корчма. Традиційні полтавські страви.
Випуск 1.*

На обкладинці:

1 стор. – борщ червоний традиційний;
4 стор. – борщ зелений, борщ пісний, капусняк.

Дизайн та комп'ютерна верстка С. В. Хорев
Відп. редактор О. Б. Супруненко
Фото С. В. Харченка

Здано в набір 02.02.2020. Підписано до друку 19.02.2020.
Формат 60x84/16. Папір офсетний. Друк офсетний.
Ум. друк арк. 1,24. Наклад 500 прим. (1 запуск – 100 прим.).
Зам. № 09/2020.

Виготівник: ТОВ «Майдан»
61002, Харків, вул. Чернишевська, 59
Тел.: (057) 700-37-30

E-mail: maydan.stozhuk@gmail.com

Свідоцтво про внесення суб'єкта видавничої справи
до Державного реєстру видавців і розповсюджувачів
видавничої продукції ДК № 1002 від 31.07.2002 р.

Визитівкою кожного народу є не тільки його мова і культура, але і кухня. Традиційні національні страви відображають географію, економіку, релігію, навіть, у деякій мірі, політику країни. Не дивлячись на досвід історичних перипетій: війни, голодомори, репресії, переселення, культурні і релігійні утиски, наш народ зумів зберегти численні надбання попередників. Невід'ємною частиною є і різноманітна палітра буденного та святкового харчування, основні складові якого збереглися до нашого часу. Для системи сучасної української кулінарії суттєвий вплив мали географічні, кліматичні, релігійні, культурні чинники. Невід'ємними рисами харчування у нашій країні є велика кількість гарячих рідких страв і страв з борошна, каші із зернових круп, широке використання овочів, фруктів тощо. І це залишилось незмінним попри численні заклади «фаст-фуду», наявність широкої різноманітності напівфабрикатів та готової продукції в магазинах, супермаркетах, модні тенденції до споживання чужоземних страв (японської, італійської та інших кухонь) та здорового чи роздільного харчування...

Хоча все вище перераховане і має певний вплив на сучасну систему народного харчування, але більше – на споживання міського населення. Кулінарні уподобання селян є консервативнішими і базуються на традиційних, випрацюваних століттями, рецептах свого народу.

Щоб простежити асортимент страв традиційної кухні сучасних мешканців Полтавщини, виявити зміни у харчуванні населення протягом останнього століття та виокремити причини таких змін, авторами було проведено анкетування з цієї теми протягом 2013 – 2018 років, що складалось із 180 питань. Вони стосувались буденних і святкових страв, що готували в родині опитаних, починаючи з їхнього раннього дитинства і до сьогодення.

Такий обсяг часу пояснюється необхідністю дослідити, наскільки ретельно зберігались родинні рецепти, як змінювався асортимент страв, їхні інгредієнти під впливом економічних (цінових), соціальних, політичних і культурних факторів. Авторами опитано 75 осіб. Усі вони зараз проживають на території нашої області, а переважна більшість є уродженцями цієї землі. Вік респондентів досить різний: від 22 до 89 років. Переважна більшість опитаних – це жінки віком від 33 до 65 років, які мають власну родину і готують для неї щоденно. Але і чоловіки (7 осіб) взяли участь в анкетуванні і виявились неабиякими знавцями традиційних українських



страв. Досить різним є соціальне та матеріальне становище респондентів, що звичайно впливає на види і частоту приготування тих чи інших страв. 31 особа з тих, що взяли участь в анкетуванні, зараз проживає у місті Полтава, решта – у селищах міського типу та селах нашого регіону. Місце проживання опитаних має неабияке значення при виборі і приготуванні страв традиційної української кухні.

Сільський темп життя більш розмірений, ніж міський, там панують свої, віками укладені звичаї. Копітка селянська праця потребує калорійного ситного харчування, що в повній мірі забезпечують народні страви. Кращі господині-кухарки знані і шановані у своєму селі, їх здавна запрошували готувати на весілля та поминки. Родинні рецепти дбайливо передаються від бабусі й матері – онукам та дітям. Інградієнти до страв завжди доступні, вирощені своїми руками. У місті, де людина працює п'ять днів на тиждень, а інколи і не на одній роботі, добирається додому від 20 хвилин до години (як показало опитування), а також купує продукти на базарі чи в супермаркеті, – велике значення має фактор часу. Тому працюючі господині часто обирають страви, які не потребують довгого приготування і які мають нескладну рецептуру, замінюють натуральні складові готовими, придбаними у крамниці. Звичайно мають значення і ціни, тому господині часто замінюють м'ясо домашньої качки чи курки на суповий набір, мо-

лочні продукти та овочі купують не у місцевих виробників, де вони свіжі і якісні, а в супермаркетах за знижками. Якщо містянами стають люди, що виростили в селі, то, як показало опитування, родинні традиції приготування страв вони, зазвичай, дбайливо зберігають та досить часто готують борщі, вареники, галушки і т. д.

Майже половина опитаних працює, інша половина знаходиться вдома (особи на заслуженому відпочинку – на пенсії або у декретній відпустці, чи не працюють через відсутність роботи). Люди, які ведуть домашнє господарство, мають більше часу для приготування страв. Респонденти розповідали не лише про власний побут, а й про кухню своїх рідних – батьків, братів, сестер, дітей, онуків, кумів тощо. Це дало змогу суттєво розширити відомості про сучасні буденні й святкові страви Полтавщини. Зібраний обширний матеріал, рецепти різноманітних смаколиків з овочів, фруктів, м'яса, риби, яєць, рідких варених страв тощо. З метою кращої систематизації та ретельного аналізу анкетування, автори вирішили написати кілька брошур серії під спільною назвою, але про окремі види традиційних страв. Зазначимо, що для розширення матеріалів під час роботи над наступними частинами, проводиться опитування нових респондентів.

Даючи відповіді під час анкетування, люди згадували різні економічні й політичні аспекти життя нашого народу у той чи інший часовий проміжок, які, безумов-



но, впливали на систему народного харчування. Щоб наочно продемонструвати ці фактори впливу, звернемось до історії краю.

Полтавщина є здавна аграрним регіоном з обширною земельною площею, родючими ґрунтами, помірно континентальним кліматом, що сприяє гарним врожаюм на полях і городах. Переважна більшість населення на початку ХХ століття займалась сільським господарством, забезпечувала себе та містян натуральною продукцією: борошном, крупами, олією, овочами, фруктами, м'ясом, молоком, яйцями... Майже у кожному селі були свої млини, крупорушки, олійниці. Селянин мав свій наділ землі, город, садок. Надлишки продуктів збувались на місцевих базарах, ярмарках. Численні річки та водотоки забезпечували населення свіжою рибою, а в листяних і соснових лісах – вдосталь грибів, ягід і дичини. Все це було сировиною для досить різноманітного харчування населення, що залежало від пори року та православних постів. Їх на початку минулого століття ретельно дотримувались і під час чотирьох річних періодів (Пилипівка, Великий піст, Петрівка, Спасівка) не вживали скоромного. Піст не був еквівалентом голодування чи недоїдання, адже постування не йшло у конфлікт із культурою харчування, в основі якої – велика кількість зернових культур. Тому у такий період готували багато кашоподібних страв на основі пшона,

пшениці, гречки з додаванням бобових, грибів, капусти, тушкованих фруктів та ягід.

Говорячи про традиційний стіл українців, слід розмежовувати меню селян та містян, які до приходу радянської влади суттєво відрізнялися за кількістю страв, асортиментом. Проте є страви, які були на столі майже у всіх: борщ, хліб, вареники, домашня ковбаса, голубці... Зрозуміло, що сільська кухня була більш консервативною і висококалорійною. Міста ж були багатонаціональні, знаходились під впливом європейської культури, що, безумовно, вплинуло на різновиди страв і способи приготування.

З приходом радянського режиму, націоналізацією природних ресурсів та запровадженням колгоспної системи, – ситуація докорінно змінилася. Тотальний державний контроль був установлений над споконвічною власністю селян: земельними наділами, господарським реманентом, худобою, навіть над їхньою щоденною важкою працею. Апофеозом примусової колективізації, розкуркулення великих та середніх господарств, вилучення будь-якого збіжжя і харчів, що не змогла сховати родина, став Голодомор 1932-1933 років. Крім непоправних жахливих у своїх масштабах людських втрат (від 5 до 10 млн. осіб – в Україні), це лихоліття стало причиною постійного страху селян залишитися без їжі. Наводимо цитату з анкети Галини Онуфріївни Штепи, 1923 р. н., уродженки села Пудли



Новосанжарського району: «Ті роки, коли лягаєш голодним і не знаєш, чи з'їси щось завтра, коли йдеш до школи, стараючись не наступити на лежачих опухлих від голоду або вже холодних односельців, – назавжди у моєї пам'яті. Дивлячись на ту розкіш, якою прикрашають свої хати, я кажу – «не коври, а в рот при», маючи на увазі, що краще зробити запаси харчів (борошна, круп тощо)».

Саме страх голоду, підсилений скрутними роками Другої світової війни та відбудови країни, змушував населення у подальшому купувати хліб у більшій кількості, ніж потрібно, робити запас сухарів «на голод».

Суттєво вплинув радянський режим на споживання їжі в родинному колі (як у селі, так і в місті). Було введено систему їдалень на виробництвах, тим самим привчаючи людей харчуватись у колективі. Буфети, робітничі та колгоспні їдальні, що вводилися у 1920-1930-ті рр., фактично зруйнували українську культуру харчування і ставлення до їжі. Про задоволення від смаку вже не йшлося, головною функцією стало задовольнити денну потребу людини у білках і вуглеводах, щоб бути у стані, необхідному для плідної праці. Люди перестали обідати, а часто і снідати вдома, найчастіше робили це на роботі. Хоча респонденти з вдячністю згадують заводські, фабричні та колгоспні їдальні, майстерність поварів та смачні борщі, каші, пироги, які вони готували.

Безжальна атеїстична політика призвела до змін у буденному харчуванні населення і до заборони багатьох релігійних свят, а значить – вилучення багатьох обрядових страв із побуту полтавців. Ніна Іванівна Колодяжна, 1933 р. н. з Нових Санжар згадувала, що її бабуся і дідусь дотримувались посту ще до Другої світової війни і після неї, а також нишком святкували Різдво, Паску, обов'язково готуючи традиційні обрядові страви. Як свідчить анкетування, так робила більшість селян нашого регіону, а от міське населення, значна частина якого вступила до лав комуністичної партії і яке було досить легко контролювати місцевим органом влади, швидко перестали дотримуватись посту і святкувати релігійні свята. Обрядові календарні страви готували лише нишком, переважно у сільській місцевості до прийняття незалежності України. А постувати поступово перестали зовсім, лише окремі глибоко віруючі могли потай дотримуватися посту. Наприклад, Катерина Іванівна Цибулько, 1941 р. н. з села Кашубівка Полтавського району розповідала, що в її родині лише бабуся Марія Білецька, 1881 р. н., постувала у середу і п'ятницю кожного тижня.

Після Другої світової війни населення Полтавщини поступово ввійшло у мирне русло. У селах діяла колгоспна система: неможливість відтоку селян у місто через відсутність паспортів та суворий контроль проживання (1950-1960-ті роки), праця виключно на дер-



жаву, трудодні, плани заготівель тощо. Але є колишні колгоспники, які тепло згадують ті часи: «Хоч важко робили, але ж і мали все потрібне для життя. Корми для худоби, олія, крупи, борошно – все своє – з колгоспу. Вистачало і собі, і дітям, і онукам. Порядок тоді був скрізь: і на полях, і на фермах у тварин. А зараз серце болить дивитись на цей безлад». Так прокоментувала закінчення колгоспної ери Марія Марківна Рой, 1924 р. н. з села Забрідки Новосанжарського району, яка більше 30-ти років пропрацювала у місцевому колгоспі.

У другій половині ХХ століття у містах та селищах Полтавської області населення також постійно відчувало тиск режиму: карткова система, пайки, постійні черги за продуктами. «Пам'ятаю вісімдесяти роки ХХ століття, коли мої доньки були ще зовсім маленькі. Їм постійно потрібно було брати молоко. Іноді його давала тітка чоловіка з села, яка тримала корову. Але частіше стояли в черзі, яку займали переважно надворі, декілька годин чекали, коли продавець наповнить бідон молоком. Купити свіже м'ясо в магазині у ті роки було дуже проблемно, хіба що в тебе були зв'язки з продавцем або начальством магазину», – розповіла Галина Іванівна Решетило, 1959 р. н., м. Кобеляки. Хоча дехто з респондентів згадує радянський період, як «той, коли все було і коштувало копійки», забуваючи про дефіцит і черги за продуктами.

Містяни готували як традиційні українські страви: борщі, юшки (супи), каші, млинці, пироги, голубці і т. д., так і запозичені з кухонь союзних республік: хачапурі, хінкалі, шашлики, харчо (Грузія), біляші, чебуреки (татарські), пельмені, свекольник, налисники (Росія). Ці наїдки робили вряди-годи, або, як і зараз, купували у містах чи селищах у закладах готового харчування.

Із прийняттям незалежності України, ставлення до етнографії власної країни докорінно змінилося. Це стосується і традиційної кухні. У засобах масової інформації стало з'являтися багато рецептів як справді народних, так і призвичаєних до сучасних продуктів та способів їхньої обробки. Готувати українські страви: борщ, галушки, вареники і т. д. стало навіть модно. Особливо акцентується увага на регіональних відмінностях. Символом полтавської кухні стає галушка. Їй присвятили пам'ятник у м. Полтава у вигляді тарілки зі стравою та з ложкою, відкритий 1 квітня 2006 року (автори – художник Анатолій Черношоков, скульптор Анатолій Цись). Містом ще донедавна курсував екскурсійний автобус «Полтавська галушка», який возив екскурсантів історичними місцями і в ньому можна було поласувати цими смаколикami. Щороку, починаючи з кінця 2000-х років, в обласному центрі проводиться свято галушки, а в останні роки фестиваль вуличної їжі «Галушка-фест», де, окрім пригощання та продажу різних видів цих виробів з тіста, широко представлені



інші національні страви: вареники, пироги, сирники, пампушки, бублики, перепічки, крученики. З 2018 року – це міжнародний фестиваль «Полтавська галушка». Також останнім часом у Полтаві та районних центрах щорічно проходять свята меду, сала тощо. У м. Миргород з 2011 року проводиться фестиваль «Свято миргородської свині», для гостей подають борщ, куліш, продають м'ясну продукцію. З 2014 року в Опішні відбувається гастрономічний фестиваль «Борщик у глиняному горщику», де усім бажаним надають майстер-класи з приготування різних видів українського борщу. Ці народні свята користуються неабиякою популярністю серед населення і пропагують традиційні народні страви. З відродженням православ'я відновилися традиції дотримуватися церковних постів. Проте зараз постуєть не так масово, як ще в першій третині ХХ століття, а лише віруючі люди, стан здоров'я яких дозволяє їм обмежувати себе у скромних продуктах. Відродилися і традиції святкування багатьох релігійних свят, головні з них стали державними, що спонукало до відродження і значного поширення обрядових календарних страв, частину яких зараз освячують у храмі.

З появою у суверенній Україні у середині 90-х років ХХ століття прошарку людей з достатніми матеріальними ресурсами і прагненням розбудови приватного сектору харчовально-рекреаційної справи; активізувалося ефективне функціонування мережі ресторанів

національної кухні. Воно природно відповідає зростанням потреб робочого населення і гостей нашої країни в організованому харчуванні у недомашніх умовах. Їх задоволенню сприяє діяльність розгалуженої мережі ресторанів, кафе, кіосків з випічкою, відділів супермаркетів, де торгують різноманітними закусками, десертами і т. д.

Зараз в обласному і районних центрах Полтавського регіону функціонує багато закладів громадського харчування, де пропонується широкий асортимент традиційних українських страв. Наприклад, етнокультурний комплекс «Весела садиба» на Диканщині пригоспає відвідувачів борщем, варениками з картоплею, юшкою з локшиною і куркою, узваром. Кафе «Четвертий бастіон (Таверна)» пропонує запеченого коропа, деруни, крученики з телятини, домашню ковбаску. На приготування різноманітних галушок спеціалізуються «Галушкові».

Молодь дедалі активніше готує вдома традиційні страви або споживає їх у закладах громадського харчування. Подавати галушки на весіллях або днях народження стало дуже поширеним явищем в регіоні. Цікавість до народної кухні та приготування страв за її рецептами і зараз є досить актуальними. На початку ХХІ століття традиційна кухня Полтавщини вийшла на новий професійний рівень завдяки численним кулінарним святкам та великій кількості закладів харчування в народному стилі.



Разючих змін за останнє століття зазнало місце і технологія приготування страв. Як відомо, основний спосіб термічної обробки харчових продуктів залежить від конструкції домашнього вогнища. У нашого народу це було вогнище закритого типу – вариста піч. Тому в Україні переважно готували варену, тушковану та печену їжу. Але піч не стимулювала вироблення раціональних технологічних прийомів. Введення приготування їжі на плиті у ХХ столітті (гасова, електро-, газова плита з духовою шафою) призвело до необхідності запозичення ряду нових технологічних прийомів і страв із західно-європейської кухні. Це допомогло врятувати із забуття багато українських страв. Із технологічних прийомів готування їжі звертають на себе увагу шинкування, січкування та інші способи подрібнення продуктів, зокрема, м'яса. Звідси наявність в українській кухні ХХ століття різних рулетів, паштетів, запіканок, м'ясних страв на зразок битків і котлет, запозичених з німецької кухні через польську та чеську.

Щодо кухонного начиння, то зараз на заміну терткам, шатківницям, ступкам, а пізніше – ручним м'ясорубкам, прийшли електричні прилади: міксери, блендери, кухонні комбайни, електром'ясорубки з різними насадками, а замість печі сучасні господині користуються зручними газовими плитами з духовими шафами, пароварками, мультиварками, хлібопечками... Це дає змогу

готувати страви швидше із значно меншими фізичними затратами, ніж навіть у 80-х роках ХХ століття.

Перейдемо безпосередньо до аналізу основних страв народної кухні. Схильність до вживання рідких гарячих страв («хлюбова») склалась ще на початку формування української кухні – у ІХ–Х столітті після Р. Х. Спочатку це було «вариво із зіллям» – юшка з додаванням ароматичних приправ та овочів (хрін, цибуля, часник, кріп, петрушка та ін.). Пізніше на основі цього виник борщ.

Відома вітчизняна етнографка, дослідниця української кухні Лідія Артюх вважає, що назва «борщ» походить не від старослов'янського чи давньогрецького слова «бърщ», а від назви дикорослої рослини борщівник, що широко розповсюджена на наших землях, молоде листя якої раніше часто клали в цю їжу.

Борщ – це страва, яка без перебільшення стала символом національної кухні, адже її смакові і поживні властивості відомі далеко за межами України. В народі кажуть: «Скільки хазяйок – стільки й борщів». Адже кожна господиня поєднує у своїй страві родинну рецептуру, інгредієнти за власним смаком і навіть свою енергетику. Борщ здавна був мірилом кухарської майстерності жінки. І в наш час чоловіки часто судять про те, як майбутня дружина готує, саме за смаком її борщу. «Я завжди кажу жінці: «Вибрав тебе через твій борщ», – жартую звичайно, але доля правди тут є – покушту-



вавши її страву, я зрозумів, вона гарна господиня, саме така, яка мені потрібна», – зауважив Дмитро Сергійович Ковтун, 1983 р. н., м. Полтава.

І зараз найчастіше борщ готують саме жінки, але бувають і виключення. Приміром, Таміла Іванівна Шуляк, 1949 р. н., м. Полтава, згадує, що «в її родині найсмачніше готував цю страву батько, який імпровізуючи, полюбляв додавати в борщ щось від себе: яблука, груші або сливи».

На запитання анкети «Які види борщу готують у Вашій родині?» майже всі опитані називають червоний борщ на бульйоні або на воді, засмажений салом (український), пісний – з квасолею і рибою (консервою в томаті чи річковою), зелений – із щавлем та іншою зеленню. Борщ із грибами згадали лише п'ять респондентів, але вони варять його не часто, – декілька разів на рік. Більшість опитаних готують і холодний борщ. Розглянемо детальніше кожен із різновидів цієї страви, найбільш поширених на Полтавщині.

Основними складовими українського борщу є столовий буряк і капуста. Ще в першій половині ХХ століття, а подекуди і значно пізніше, буряк до цієї страви квасили, і їжу варили на червоному буряковому квасі. У киплячу воду додавали подрібнений буряк, капусту, моркву. З ХVІІІ – початку ХІХ століття обов'язковою складовою борщу стала картопля. Готову страву засмажували цибулею в олії чи салі, або заправляли старим

салом, затовченим із часником чи цибулею. На свята готували борщ на м'ясному бульйоні. Вже на початку ХХ століття до нього почали додавати помідори, томатний сік або томатну пасту (соус).

Червоний (український) борщ готували у всіх родинах респондентів. Опитані з ностальгією згадують цю страву, зварену їхньою бабусею та мамою. Дуже часто саме рецепти родинного борщу лягають в основу сучасного приготування цієї страви.

Як показало опитування, його на буряковому квасі на теренах полтавського регіону готували ще подекуди і в 2-й пол. ХХ століття, хоча робили це переважно в сільській місцевості. Олена Василівна Устименко, 1963 р. н., м. Полтава, розповіла, що її бабуся із селища Опішня Зіньківського району готувала буряковий квас для борщу так: саме на старий місяць дрібно порізаний буряк заливала холодною водою і ставила в холодне темне місце в погріб. Через тиждень квас був готовий. Зараз столовий (червоний) буряк обов'язковий компонент, його додають до засмажки або труть у юшку. Але бувають виключення. Деякі респонденти зауважили, що готують борщ узагалі без буряка, бо не люблять його смак або не подобається червоний колір, якого він надає страві. Лідія Сергіївна Янковська, 1946 р. н., смт Опішня Зіньківського району, в анкетуванні вказала, що її мама варила з цукровим буряком. Декілька респондентів згадували про такий борщ, що готували



їхні сусіди або знайомі. Але більшість опитаних вважає, що червоний столовий буряк – один з головних інгредієнтів цієї страви. Картоплю й капусту додають всі респонденти. «Картоплі у борщ кладу багато, як і капусти, адже він, на відміну від супу, повинен бути густим. Картопля потрібна така, щоб швидко скипіла і була смачною. Раніше ми полюбили сорт «сорокаденка», а зараз з'явилися нові, то треба обережно вибирати її для приготування страви – може або швидко розваритись, або бути як скляна – тверда, несмачна», – розповіла Олександра Володимирівна Марик, 1957 р. н., с. Забрідки Новосанжарського району.

Усі респонденти погоджуються, що класичний варіант українського борщу – на тваринному бульйоні. У селі для цього беруть м'ясо власноруч вигодуваної худоби або птиці, у місті переважно купують. Вибір м'яса для борщу залежить від смаків господарів та їхніх статків. Респонденти готують цю страву на бульйоні із домашньої птиці (курка, індик, качка, гуска), зі свинини (обрізні ребра, кістка зі шматком м'яса тощо), зрідка з телятини (коли людина перебуває на дієті, або за станом здоров'я). Мешканці міст і селищ області все частіше через брак коштів або, бажаючи зекономити на харчуванні для приготування борщу, купують у місцевих магазинах чи супермаркетах частини птиці: курей, індиків, – четвертини, рагу або обрізними ребрами чи кісточками свині. Вони коштують недорого у

порівнянні з домашнім м'ясом і варяться у бульйоні набагато швидше. Як показало анкетування, борщ часто виступає мірилом заможності господарів і економічної ситуації в країні в цілому. Респонденти, які народилися у 20-их роках минулого століття, згадували, що в дитячому садку (початок 30-их років ХХ століття) їм давали борщ з листя буряка, більше не було нічого. У часи війни його варили з того, що було під рукою, що вдалось заховати від окупантів. Після відбудови знову повернулись до класичної рецептури – страва на бульйоні або засмажена салом. Поступово у часи відносної політичної та економічної стабільності (60-80-ті роки ХХ століття) стали готувати борщ на м'ясному бульйоні зі сметаною не тільки на свята і гостину, але і в будні дні. У кризові дев'яності, коли матеріальне становище більшості населення було скрутним, його варили досить часто на воді, лише засмажуючи салом, яке у той час коштувало зовсім недорого у порівнянні з м'ясом. У 2000-их роках, періодично через неврожаї або штучно завищені ціни, борщовий набір, як його називають, – картопля, капуста, морква, буряк, – вартували досить дорого, змушуючи господинь рідше готувати борщі або повністю замінити їх на супи. Звичайно, все це більше вплинуло на містян і жителів селищ, які не тримають худоби і птиці, не мають городніх ділянок.

Повернемось до рецептури червоного борщу. Всі респонденти зараз додають до цієї страви ще один

обов'язковий компонент – томат (томатний сік власного виробництва, перетерті свіжі помідори, а взимку – томатну пасту чи соус). Сметану більшість респондентів, особливо містяни, додають не в засмажку, а кладуть у тарілку з готовою стравою. У сільській місцевості подекуди зберігається традиція додавати домашню сметану у пательню до засмажки або в юшку.

Якщо до кінця ХХ століття більшість респондентів засмажували борщ на салі, то зараз через хвороби шлунку, дієти, через високу вартість цього продукту або через несприймання його організмом, все частіше овочі для борщу пасеруються на олії. Хоча у сільській місцевості переважає засмажка на салі. Затовкування борщу зараз не таке поширене, як раніше, але інколи зустрічається. До прикладу, у родині Галини Михайлівни Сахно (1948-2016), м. Зіньків, борщ обов'язково затовкували ще на початку 2000-них років. Для цього у маленькій дерев'яній ступці, яка перейшла їй у спадок від мами, розтирали сало і часник до утворення кашки. Останнім часом стало популярним додавати до страви заправку або власноруч законсервовану (буряк, морква, болгарський перець у томаті), або готову крамничну заправку з буряком чи (і) болгарським перцем.

Кожна господиня, в залежності від родинних традицій та смаків, додає в борщ різноманітні інгредієнти: сіль, цукор, болгарський перець, лавровий лист, гострий червоний перець, чорний перець горошком, ко-

ріння хрону, кріп, селеру, петрушку, борошно, квашену капусту, квашені терті помідори, варені перетерті помідори, квасолю, сироватку, кислі яблука, аличу...

Як під впливом часу змінювались складові і рецептура страви, можна простежити на розповіді Лариси Володимирівни Пузир, 1955 р. н., селище Нові Санжари. «Моя бабуся Бичко-Токова Анастасія Іванівна (1900–1968) родом з с. Бичева Новосанжарського району, варила дуже смачний борщ у печі, спочатку обов'язково на буряковому квасі, який готувала сама у трилітрових скляних банках. Пізніше, через брак часу – у 50-х роках ХХ століття (будували хату, допомагали дочці доглядати чотирьох онуків), стала варити на воді зі свинячих ребер. До нього вона додавала картоплю, капусту, засмажку на салі (цибуля, морква, свіжий третій буряк і в сезон приварені помідори без шкірки або томатну пасту), обов'язково затовкувала салом з цибулею. Її донька, моя мати, Дадикіна Наталія Дмитрівна (1926–2003) готувала вже без бурякового квасу на свинячому бульйоні або на воді. «Всі розумні зварити борщ з м'ясом, а спробуйте зварити добрий на воді», – казала вона. У моєї мами це виходило. Вона обов'язково брала базарянську сметану, яку додавала до засмажки, такої як і у моєї бабусі на салі й олії – комбінованої, адже як вона казала, що засмажувати треба на комбінованому масилі, тоді борщ буде добрішим. Ще одна таємниця – чим більше всього вкинеш – тим він буде смачнішим. Мама дода-



вала кріп, петрушку, в сезон – солодкий болгарський перець, лавровий лист, корінці хрону. Заправляла, як її мати, або томатною пастою місцевого Руденківського консервного заводу, вона була дуже густа, насичена і смачна, або влітку вареними помідорами. Могла інколи, як було старе сало, дрібно посікти його з часником, потовкти кухонним молоточком і кинути в борщ. Мама готувала цю страву взимку і восени у печі, а весною і влітку на електроплитці. Її борщ, ми і наші діти, а також наші гості дуже любили. А я готую цю страву комбіновано, дещо беру з рецептів мами та бабусі, дещо з сучасних кухонних новинок. Наприклад, засмажку з цибулі, моркви, свіжого червоного (вінегретного) буряка я теж, як і мої рідні, додаю сметану, але інколи домашню, придбану на базарі, а інколи придбану у крамниці. Роблю я її або на олії і салі, як мама, або ж, як немає сала, то до олії додаю курячий жир. У борщ інколи додаю приправу «Торчин. Десять овочів», обов'язково болгарський перець і кріп. Раніше я, як мама, задобряла його старим салом з часником, зараз уже цього не роблю, бо сало не встигає постаріти – сім'я велика, з'їдаємо. Варю страву як на воді, так і на бульйоні, але не на свинячому, як ще 10 – 20 років тому, а на суповому курячому або на індичих кістках (рагу, куплене у магазині). Зараз овочі відносно дешеві, тому готую борщ постійно, хоча б раз у тиждень. А декілька років назад, коли цибуля, морква, буряк, картопля коштували взимку дорого, то майже не

варили цю страву, заміняли її супами. Хоча ніякий суп з борщем не зрівняється ні за смаком, ні за ситністю. Червоний борщ у нашій родині споживали із зубчиками часнику, з кашею гречаною чи пшоняною, яку заливали його юшкою. До нього брали житній чи пшеничний хліб, який могли кидати в саму страву. Інколи і я, як згадаю дитинство, можу їсти її рідкою з кашею або хлібом». Переважна кількість опитаних варять борщ на газовій плиті, хоча з ностальгією згадують цю страву, приготовану у печі бабусею або мамою. Дехто із сучасних господинь (особливо молодь) варить борщ за допомогою кухонних технічних новинок, які допомагають зекономити час: «Я готую борщ у мультиварці, у м'ясний бульйон кладу порізані овочі: буряк і моркву, порізані соломкою, картоплю кубиками, цибулю – цілою. Засмажки не додаю. Страва готова через 20 хвилин, овочі у ній повинні хрумтіти», – розповіла Юлія Олександрівна Берестовська, 1988 р. н., м. Полтава, родом із села Великі Сорочинці Миргородського району.

Отже, борщ – невід'ємна частина харчування полтавців на початку XXI століття. Її готують майже всі опитані, але суттєво відрізняється частота приготування цієї страви. Найчастіше її варять у сільській місцевості та містечках Полтавщини: двічі-тричі на тиждень або кожного тижня. Більшість селян залишають борщ на наступні дні, бо вважають, що настоявшись, він буде ще смачнішим.

У містах частота приготування борщу залежить від того, хто його готує: домогосподарка, пенсіонерка чи працююча особа. До прикладу, Лариса Григорівна Вертецька, 1963 р. н., м. Полтава, варить цю страву на п'ять днів, адже працює і проживає сама. У тому випадку, коли господарює мама з маленькою дитиною до двох років, борщ готується рідко через зайнятість жінки: від одного разу на місяць до декількох разів на рік. Адже на приготування цієї страви потрібен час, якого у годуючої мами обмаль, до того ж не всі її складові корисні малюкам, які часто схильні до алергії. У цьому випадку перевага надається супам.

Інколи борщ готують нечасто через смаки одного з членів родини. Зоя Григорівна Устименко, 1960 р. н., смт. Опішня Зіньківського району, зауважила, що готує страву раз у два тижні, тому що її чоловік не дуже його любить. Інколи людина свідомо не вживає борщу, досить калорійної страви, так як знаходиться на дієті або хворіє на розлад кишково-шлункового тракту чи має алергію на будь-яку його складову. Наприклад, Лідія Сергіївна Янковська, 1946 р. н., смт. Опішня Зіньківського району, повідомила, що взагалі не вживає борщу, так як хворіє і знаходиться на дієті.

Дуже часто у кулінарних книгах та на інтернет-сайтах можна побачити страви з назвою «полтавський борщ», зустрічається борщ з галушками, але ні один з респондентів не готував і не куштував у домашніх умо-

вах такої страви. Літні господині зауважують, що з галушками готували лише суп (юшку), а борщ могли їсти з пампушками з часником.

Червоний борщ раніше вживали і в будні й на вихідні, на календарні та родинні урочистості, на гостину, зраз – це переважно буденна страва.

Борщ з квасолею та річковою рибою варили раніше під час посту, коли скромні продукти заборонялись. З другої половини ХХ століття його стали готувати з консервами в томаті – кількою або бичками, і вживання їжі перестало бути обмежене церковними рамками, хоча назва «пісний» залишилась. Зараз віруючі люди під час посту споживають цю страву. Крім того, її варять на перемену борщу на бульйоні або якщо господарям закортіло пообідати саме пісним різновидом. «Такий борщ готую і під час посту, якщо здоров'я дозволяє, то дотримуюсь православних постів, і якщо просто захочеться. У нас в родині люблять цю страву, особливо з бичками у томаті. Він смакує і гарячим, і холодним, тому можна прийти з роботи, вийняти каструлю з холодильника і відразу насипати, не розігріваючи. Такий борщ, як настоїться – стає ще добрішим», – пояснює Наталія Іванівна Куляєва, 1978 р. н., м. Полтава. У деяких родинх продовжують готувати цю страву із річковою рибою. Рецептuru саме такого борщу описала Олена Володимирівна Халимон, 1958 р. н., м. Полтава: «Замочую квасолю, потім відварюю. Підсмажую на пательні моркву,

буряк, селеру (якщо є), натерті на крупній тертушці, додаю трішки сироватки, – для кислоти, якщо немає свіжих помідорів. Найсмачніший борщ саме з них. Якщо є томатний сік чи паста, то додаю їх у пательню. Тим часом в окропі вариться картопля. Коли вона буде м'якою, туди кришу капусту. Після того, як вона пом'якшала, додаю підсмажені моркву, буряк, томат, сироватку, відварену окремо квасоллю і кидаю рибу (дуже смачно, якщо це карасі). Чоловік не любить пісного борщу з консервою, тому варю зі смаженою рибою. У кінці можна зробити засмажку з цибулі і покласти зелень: петрушку, кріп. Обов'язково додаю трішечки цукру, за смаком кориандр і мелений духмяний перець. Пісний борщ найсмачніший на другий день, як настоїться. Я його люблю, особливо холодним». Деякі респонденти часте приготування пісної страви (два-три рази в місяць) пояснюють її відносною недорогою вартістю у порівнянні зі скормною.

З приходом весни на столах полтавців з'являвся зелений борщ з кропивою, лободою, щавлем (квасцем), який готували без томату, забілюючи сметаною, додаючи яйця. Ця страва була сезонною, адже її варили лише з весняною зеленню. Зараз, завдяки функції сухої заморозки, господині часто морозять щавель, готують з ним борщ протягом року. З кропивою та лободою його варять лише в сільській місцевості і значно рідше, ніж раніше. Переважає приготування цієї страви зі щав-

лем, особливо в місті. Здебільшого до неї додають сирі розколючені яйця, але інколи й варені. «У родині мого дядька готували зелений борщ з кропивою, лободою та додавали варені яйця, порізані невеликими шматочками», – згадує Алла Анатоліївна Лавріненко, 1978 р. н., с. Жуки Полтавського р-ну, родом з Оржицького району. Готують його як на бульйоні (свинина, домашня птиця, суповий набір), так і на воді. А в родині Таміли Іванівни Шуляк, м. Полтава, цю страву не засмажують, але затовчують салом. Крім картоплі можуть додавати молоду капусту, зелену цибулю, кріп. Це поживна і вітамінна страва, яку готують майже всі респонденти від двох разів на тиждень навесні до двох разів на місяць, у залежності від смаків і бажань родини.

На відміну від вище перерахованих різновидів борщу – гарячих варених страв, наступний готували без термічної обробки, тому він носить назву «холодний». Раніше його готували виключно влітку, коли було жарко. Це був сирий борщ – юшку до нього не варили, нею слугували квас-сирівець або сироватка. До рідини додавали зелень, цибулю, круто зварене яйце, пізніше картоплю. Таку страву тримали у прохолодному місці і їли охолодженою.

До нашого часу рецептура холодного борщу дещо змінилася. Цю страву, яку у місті часто називають «окрошка», готують майже всі респонденти. Зараз її вживають не тільки влітку, а й протягом інших пір року,

навіть узимку. Як показало опитування, найчастіше готують цю страву навесні, коли відчувається нестача вітамінів, якими вона багата. Якщо холодний борщ у 70-80-их роках ХХ століття робили переважно на сирівці та сироватці, інколи на охолодженій кип'яченій воді з додаванням лимонної кислоти або оцту, то зараз основою даної страви може бути квас, кефір, навіть охолоджений курячий бульйон. Все ж переважає юшка з сироватки або квасу (сирівець використовують більше у сільській місцевості). До неї дрібно кришать зелену цибулю, свіжі огірки (інколи їх заморожують у камері спеціально для цієї страви), редиску, кріп, варені яйця, варену ковбасу або м'ясо. Холодний борщ готують як на будень, так і на свята, дні народження. «Я люблю цю страву, і готую її часто, особливо влітку, коли майже всі складові виростають на городі. Хоча можу зробити і взимку, на Святвечір чи Різдво, коли приходять на гостину куми. Зараз круглий рік можна купити свіжі цибулю й огірки. Для цієї страви беру лише варену ковбасу або сардельки вищого сорту. Хоча в інтернеті зараз багато рецептів окрошки з вареним м'ясом, червоною рибою, але навіщо придумувати щось нове, коли класика і так дуже смачна», – підсумувала Ольга Миколаївна Перерва, 1982 р. н., с. Забрідки Новосанжарського району. Частота приготування холодного борщу залежить від сезону, цін на інгредієнти (взимку досить дорого),

смаків членів родини. Частіше готують його навесні і влітку: від одного до кількох разів на місяць.

Другою гарячою рідкою овочевою стравою за значенням і улюбленістю після борщу, можна беззаперечно назвати капусняк. Для його приготування дрібно сікли квашену капусту і додавали в окріп з картоплею, морквою та пшоном. У готовий капусняк клали засмажену на салі цибулю і ще раз проварювали. Його на будень готували на воді, а на свята і родинні урочистості (гостину, поминки) варили на м'ясній юшці. Найчастіше цю страву вживали в сезон квашеної капусти – осінь-зима. Навесні та влітку його варили зі свіжої капусти, інколи додаючи за смаком для кислоти сирівець (хлібний квас).

Респонденти – селяни і вихідці з села, у більшості зазначають, що у 50-80-тих роках ХХ століття частіше варили борщ, ніж капусняк. Останній вважався більш святковою обрядовою стравою. У містах капусняк могли варити у будні на перемену борщу і просто за бажанням. Готували найчастіше восени і взимку, поки мали квашену капусту. Зараз капусняк готує більшість опитаних, але частота вживання дуже різниться. У селі його готують восени і взимку, досить часто: від одного разу на тиждень до двох разів на місяць. У місті його приготування залежить від часу, смаків господині і членів родини. Зазвичай, рідше ніж у сільській місцевості: від одного-двох разів на місяць до двох-п'яти разів на

рік. На поминках капуста – обов'язкова страва, як показує опитування. Її готували найкращі куховарки села, з якими домовлялись родичі померлих. Катерина Іванівна Цибулько, 1941 р. н., с. Кашубівка Полтавського району, згадувала, що раніше на поминки сходилось усе село, кожен ніс якісь продукти (м'ясо, пироги, цукерки і т. д.), із принесених інгредієнтів на цвинтарі готували спільний капуста. І зараз це обов'язкова страва поминального обіду. Рецептūra його майже не змінилась. Якщо є можливість, то готують на бульйоні. Більшість респондентів зауважили, що найкращий капуста на відварі з домашньої качки або курки. Але часто, через дороговизну м'яса, страву, особливо у місті, готують на воді. Пшоно – ще один незмінний інгредієнт капустяка. Саме через пшоно, яке не люблять в родині, або через його гіркий присмак, деякі опитані не готують цю страву взагалі. Досвідчені респонденти рекомендують перед приготуванням ошпарити пшоно окропом на одну-дві хвилини, це зніме гіркий присмак. Зараз більшість опитаних ріже картоплю у капуста шматочками, але зустрічаються випадки, коли всі інгредієнти перемелюють м'ясорубкою або подрібнюють в інший спосіб. «Справжній капуста, який готували раніше бували господині, відрізняється від сучасного, до нього картоплю клали в юшку цілою, як і м'ясо. Потім виймали, м'ясо розбирали на волокна, картоплю товкли і додавали до юшки», – повідомила Наталія Федорівна

Гужва, 1958 р. н., селище Нові Санжари. Капусту для приготування цієї страви беруть переважно квашену, але влітку варять зі свіжою, яку використовують і тоді, коли людина має хворобу органів травлення і не може вживати кислого. Інколи для смаку господині поєднують квашений і свіжий овоч.

Скуштувати борщ за різноманітними рецептами можна і в закладах харчування області, організованих у народному стилі. Так у ресторані «Шалена шкварка» (вул. Соборності, м. Полтава) є можливість посмакувати борщем з пампушками, окрошкою з курчам або телятиною. На опішнянському гастрономічному фестивалі «Борщик у глиняному горщику» готують як традиційні борщі, так і оригінальні – з грушами або полуницями тощо.

Отже, полтавська кухня на сьогодні зберігає свою самобутність і розвивається в різних напрямках: домашня кухня, заклади готового харчування у національному стилі, кулінарні свята і фестивалі. Сучасна українська страва – це продукт традицій нашого народу, щедро приправлений регіональними особливостями, кращими світовими кулінарними здобутками, технічними інноваціями, власними смаками та вміннями того, хто готує. Борщ у різних його варіантах і капуста – неодмінні складові буденного й обрядового харчування сучасних полтавців. Тому слід дбайливо зберігати для нащадків одне з найбагатших надбань українців – народну кухню.



Підбираючи рецепти, авторки керувалися такими критеріями як традиційні страви, простота приготування і наявність пропорцій, адже багато респондентів готує «на око», тому далеко не всі можуть вказати точні пропорції. Але і ті, що подані нижче, можна варіювати в залежності від кількості членів родини, індивідуального смаку господині та дивлячись, на скільки днів прийому страва розрахована.

Рецепти



1. Борщ червоний з м'ясом

*Записано від Цибулько Катерини Іванівни,
1941 р. н., с. Кашувівка Полтавського р-ну.*

До готового бульйону зі свинини або яловичини (4 л), попередньо вийнявши м'ясо, додати картоплю (8 од.), порізану середніми кубиками. Окремо в пательні пасерувати овочі: натерті на крупну тертку буряк (2 од.), моркву (1 од.), цибулю (2 од. середнього розміру), підсмажити на олії (2 ст. л.), додати томатний сік домашнього виробництва (0,5 л), протушкувати 10 хвилин. Коли звариться картопля, у кастрюлю додати дрібно нашатковану капусту (500 г), пасеровані овочі, болгарський перець, нарізаний дрібними смужками (1 од.), домашню сметану (200 г), квашену капусту (100 г) або квашені терті помідори (4-5 од.) для кислоти. Коли буде готова капуста, до-

дати потовчене старе сало (150 г) з часником (3-4 зубчики), дрібно порізаний кріп (1 пучок) або зонтик з кропу, він не забирає кольору борщу. Додати спеції: лавровий лист, перець чорний, перець духмяний, сіль за смаком. Готовий борщ розлити в тарілки і додати попередньо розібране на шматки м'ясо.

2. Борщ червоний на воді зі шкварками

*Записано від Пузир Лариси Володимирівни,
1955 р. н., смт Нові Санжари.*

У воду (2,5 л) покласти очищену і порізану скибками картоплю (4 од.) і додати потертий на крупній тертці буряк (0,5 од.), поставити варити. Тим часом приготувати засмажку: на пательні підсмажити невеликі шматочки несоленого сала (100 г) до золотистого кольору, додати олію (2 ст. л.), потім нарізану цибулю (1 од.), терту моркву (1 од.) і другу половину буряка, томатний сік (300 г) і томатну пасту (1 ст. л.), сметану (200 г), протушкувати. У каструлю додати дрібно нашатковану капусту (300 г), болгарський перець (1 од.), корінь хрону (1 од.), варити до напівготовності капусти, додати засмажку, лавровий лист, кріп, сіль за смаком.

3. Борщ червоний з квашеним буряком

*Записано від Кардаш Галини Андріївни,
1939 р. н., с. Лютенські Будища Зіньківського р-ну.*

Спочатку приготувати квашений буряк: у скляну банку покласти порізаний овоч, майже до вінець залити водою кімнатної температури, дати постояти 3 дні у теплі, потім зберігати у холодильнику. Зварити м'ясо (свинину або курятину), до бульйону з нього (3 л) додати нарізану картоплю (4-5 од.), квашений буряк (150 г), терту моркву (1 од.), нарізану кубиками цибулю (1 од.), через 10-15 хв. додати капусту (300 г), солені або свіжі терті помідори (5-6 од.), потовчене з часником сало (100 г) в ковганці, не засмажувати.



4. Борщ червоний нашвидкоруч

*Записано від Куляєвої Наталії Іванівни,
1978 р. н., м. Полтава.*

Очищену картоплю (4 од. середнього розміру) нарізати і покласти в каструлю, залити водою (2,5 л), після закипання води варити 10-15 хвилин, додати тушонку (4,5 ст. л.) свинячу або курячу домашнього чи фабричного виробництва, дрібно нашатковану капусту (300 г), консервовану заготовку для борщу (0,5 л): томатний сік, буряк, морква, цибуля. Варити до готовності капусти, додати за смаком лавровий лист, сіль, посічену зелень, подавати на стіл зі сметаною.

5. Борщ пісний

*Записано від Пархоменко Тетяни Владиславівни,
1979 р. н., с. Зачепилівка Новосанжарського р-ну.*

До води (3 л) додати жменю промитого квашеного буряка, порізаного соломкою, відварену попередньо квасолу (1 скл.), так легше для шлунку, потім порізану картоплю (4 од.) і варити до готовності картоплі. Приготувати засмажку: на олії пасерувати цибулю (1 од.), моркву (1 од.), томатну пасту (3 ст. л.). До води додати капусту (400 г), засмажку, смажені карасі або консерви – кільку в томаті (1 б.), наприкінці додати лавровий лист, сіль, дрібно посічений великий пучок кропу.

6. Капусняк традиційний

*Записано від Кардаш Галини Андріївни,
1939 р. н., с. Лютенські Будища Зіньківського р-ну.*

Зварити м'ясо качки або курки і вийняти його з бульйону (3 л), туди покласти очищені цілі картоплини (5 од.), нарізану кільцями цибулю (1 од.), пшоно (1 скл.), варити до готовності картоплі, вийняти її з бульйону. Моркву (1 од.) потерти, додати до посіченої квашеної капусти (300 г), вкинути в каструлю, влити томатний сік (0,5 л). Як буде готове пшоно, додати мелене на м'ясорубці сало (150 г) з цибулею, часник, духмяний перець, лавровий лист, посолити за смаком, додати ложку олії для краси. Потовкти картоплю, розібрати м'ясо на волокна, додати в каструлю, проварити.

7. Холодний борщ селянський

*Записано від Перерви Ольги Миколаївни,
1982 р. н., с. Забрідки Новосанжарського р-ну.*

Картоплю (5 од.) почистити, відварити, нарізати кубиками, додати дрібно посічені зварені вкруту яйця (7 од.), нарізані кубиками редиску (10 од.), свіжі огірки (3 од.), варену ковбасу, бажано «лікарську», або відварену нежирну свинину (400 г), посічену зелену цибулю (1 великий пучок), кріп (1 пучок), залити все це сирівцем (квасом із житнього хліба домашнього виробництва) або стоянкою (кисляк з вершком і сметаною). Якщо до квасу додати сметану домашню або магазинну 20% (300 г), то стоянки не потрібно, посолити за смаком, перемішати і поставити на 1 годину в холодильник для настоювання.



8. Холодний борщ на картопляному відварі

Записано від Решетило Галини Іванівни, 1959 р. н., м. Кобеляки.

Очищену картоплю (4 од.) відварити і відвар (2,5 л) відлити окремо для охолодження. Язик (телячий) (500 г) варити 2 год. разом з цибулею (1 од.), потім охолодити і дрібно нарізати. Кубиками нарізати картоплю, свіжі огірки (4 од.), свіжу редиску (8 од.), зварені вкруту яйця (6 од.), додати язик. В окремому посуді змішати дрібно нарізані зелену цибулю, кріп із сіллю, додати до інших інгредієнтів, залити все охолодженим картопляним відваром, додати сметану 20% (250 г) і лимонну кислоту за смаком.

9. Зелений борщ зі щавлем

Записано від Устименко Зої Григорівни, 1969 р. н., смт Опішня Зіньківського р-ну.

У готовий гарячий бульйон курячий або свинячий (2,5 л) додати нарізану скибочками очищену картоплю (3-4 од.), варити до готовності. У пательні на олії (2 ст. л.) підсмажити цибулю (1 од.), моркву (1 од.). Додати до картоплі посічений щавель (1 пучок), кріп (1 пучок), засмажку, сметану (200 г) і дрібно посічені варені яйця (4 од.), посолити за смаком.



10. Зелений борщ з молодою капустою та щавлем

*Записано від Марик Олександри Володимирівни,
1957 р. н., смт Нові Санжари.*

Готовий овочевий бульйон (2 л) процідити, покласти до нього порізану кубиками картоплю (3 од.), варити 10 хв. Капусту молоду (300 г), щавель (1 пучок), зелену цибулю (1 пучок), кріп (1 пучок) дрібно посікти. Моркву (1 од.) потерти на середній тертці, цибулю ріпчасту (1 од.) порізати дрібними кубиками. На пательні підсмажити скибочки несоленого сала (150 г) до золотистого кольору, додати ріпчасту цибулю, моркву, спасерувати, додати сметану (250 г), тушкувати 5 хв. До картоплі додати капусту, щавель, зелену цибулю, дати прокипіти до їхньої м'якості 3 хв. Ввести сирі яйця (5 од.), попередньо розколочені до однорідної маси, помішувати, щоб не утворилося грудочки, додати пасеровані овочі, сіль, лавровий лист, спеції за смаком.

11. Борщ з молодою кропивою

*Записано від Білокінь Ніни Михайлівни,
1954 р. н., смт Нові Санжари.*

Листочки і стебла молодої кропиви (300 г) ошпарити кип'ятком, дрібно посікти. До м'ясного (будь-якого) бульйону (3 л) додати порізану скибочками очищену картоплю і тертий на крупній тертці буряк (100 г). Поки вариться картопля, приготувати за-смажку: на олії (2 ст. л.) спасерувати цибулю (1 од.), моркву (1 од.) і сметану (300 г), додати томатну пасту (1 ст. л.) для кольору. До бульйону додати кропиви, зварені вкруту яйця (5 од.), порізані крупними шматочками, посолити, додати посічений кріп, лавровий лист.

Смачного!



