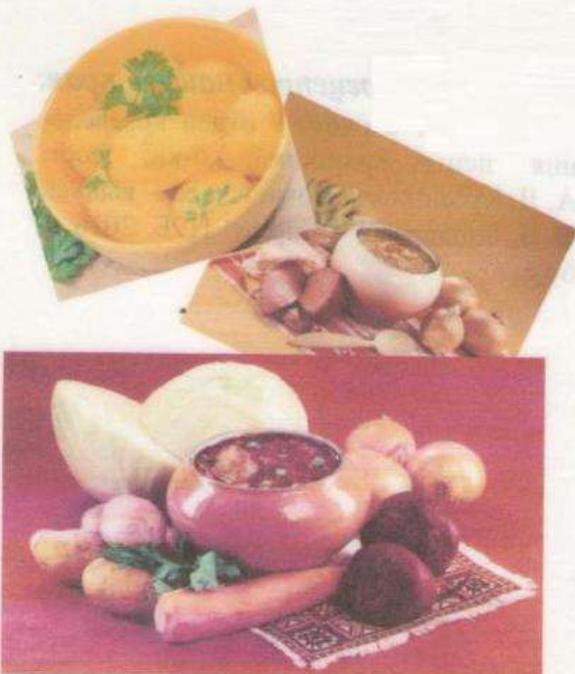


Муниципальное бюджетное учреждение культуры  
«Централизованная библиотечная система Крас-  
ногвардейского района»  
Центральная районная библиотека

Сборник  
издания  
издательства  
библиотеки  
имени А. Д. А  
зарубина  
многоуважаемой Б. О  
**Старинные рецепты  
нашего края**



**Бирюч 2022**

издательство «Библиотека Красногвардейского района»

8705

Составитель:

А. Д. Красюкова, библиотекарь-краевед  
ЦРБ.  
О. В. Бондарева, зав. отделом  
краеведения ЦРБ.

**Старинные рецепты нашего края:**  
кулинарная книга / отдел краеведе-  
ния центр. районной б-ки; сост.  
А. Д. Красюкова; ответ. за выпуск  
О. В. Бондарева. – Бирюч: ЦРБ, 2022. –  
60 с.

### От составителя

*Каждый народ имеет свои исто-  
рические корни, свои традиции, ко-  
торые неизбежно накладывают от-  
печаток на его быт.*

*Сколько человек существует на  
земле, столько он и занимается при-  
готовлением пищи.*

*На нашей территории, селился  
не один народ — каждый, со своей  
историей, культурой и знаниями.  
Наслаждаясь дарами природы и де-  
лом рук своих, человек не только сам  
питался, но и стремился передать  
секреты приготовления вкусной и  
здоровой пищи другим поколениям.  
Поэтому, старинные рецепты здо-  
ровой пищи остаются ценной ин-  
формацией и для кулинара и для  
каждого из нас.*

*В старину для приготовления  
еды удавалось немало внимания. В  
те времена не было специальных ин-  
гредиентов, добавок которые могли  
бы благотворно повлиять на вкусо-  
вые характеристики блюда. Все  
это заменялось знанием самой кух-  
ни и знанием каждого ингредиента  
в целом, знания, которые были полу-  
чены опытом. Зналось где нужно  
взять, из какой части тела, мясо у  
животного, чтобы оно получилось*

мягким. Чем нафаршировать птицу или рыбу, чтобы она получилась сочной, и передала те нотки вкуса, которыми хвалятся определенное мясо рыбы или птицы.

Зналось когда нужно собирать плоды у растений, чтобы они могли передать все самое полезное и самое необходимое блюду и человеку, чтобы он был здоров и чтобы пища лучшие усваивалась. Ведь здоровье человека всегда было на вес золота. Все эти знания передавались из века в век и в этом блокноте собраны, чтобы передать их следующему поколению.

### **A. Красюкова — библиотекарь отдела краеведения**

*Нормальная и полезная еда есть еда с аппетитом, еда с испытываемым наслаждением.*

*Академик  
И. П. Павлов.*

### **Село Б-Быковово**

Датой основания поселения Большебыково считается 1750 г. Это был период наиболее активного заселения здешних окрестностей. В это время возникло большинство нынешних населенных пунктов Красногвардейского района.

Относительно названия села и его заселения существует несколько версий. По одной из них, люди с тульских земель искали в этих краях места для новых поселений. Обнаружили два больших родника, близко расположенных друг к другу. По рельефу оврагов, где протекали родники, просматривалось изображение рогов большого быка. Отсюда и название – Большебыково. Согласно другой версии, название села произошло от фамилии первых поселенцев – братьев Быковых. Пища большебыковцев была проста и сытна, об этом можно судить по рецептам.

### **Полевка**

Это похлебка из ржаной муки, а точнее из заквашенного ржаного теста — расчинны. Расчину ставили накануне, и, когда она достаточно закисала, из нее готовили полевку. В горшке кипятили

воду, добавляли соль, лавровый лист

репчатый лук, расчину и взбивали колотвкой. Полевку заправляли луком, сушеными грибами, вяленой рыбой, сняtkами.

### Завалиха - Повалиха

В кипящую подслащенную воду всыпают просеянную пшеничную муку, проваривают. На смазанную жиром сковороду выкладывают горкой смесь, делают в середине углубление, наливают туда топленое масло и запекают до румяной корочки. Подают с простоквашей.

### Солодуха

Солодуху ели в дни Великого и Рождественского постов.

Это жидкое блюдо, что-то вроде десерта: кисло-сладкое на вкус. Приготавливались из ржаного солода, т.е. ржаного зерна, хорошо пророщенного, высушенного, смолотого и просеянного. В глиняном горшке кипятили воду, охлаждали, засыпали солод и прикалывали (интенсивно перемешивали) мутовкой, чтобы не было комков. Горшок ставили на припек, и, пока русская печь томилась, солодуха стояла в тепле. В горшок с солодухой время от времени бросали кусочки льда или снега, чтобы она не перегревалась. При этом солодуха разжижалась, и в нее также время от времени добавляли ржаной солод, чуть-чуть подсыпая и часто перемешивая. Когда процесс соложения закончен (это определяется по степени сладости), горшок ставят в печь, доводят до кипения, тотчас вынимают из печи, быстро охлаждают, опускают в горшок корочку ржаного хлеба и, прикрыв сверху чистым рушником, ставят в теплое место.

Солодуха настаивается, закисает, приобретает хлебный кисло-сладкий вкус, медовый аромат и розоватый цвет.

### Логоза

Это каша из ячменной крупы, варится она с чечевицей или горохом.

Разотрите горсть вареного гороха, разведите бульоном. Всыпьте ячменной крупы, соли, варите 20 минут. Кушают эту кашу с постным маслом, медом или сахаром.

### Птиюря

Самое распространенное старинное постное блюдо представляет собой миску холодной подсоленной воды с плавающими в ней кусочками хлеба и накроенным репчатого лука.

В тюрю также добавляли сырые овощи, листья, коренья, травы, съедобные дикорастущие.

1 л воды, 2 ст. ложки мелких сухариков из ржаного хлеба, 1 луковица, 1 ст. ложка свежего мелко рубленого подорожника, 1 ст. ложка мелко нарубленной свежей лебеды, соль, 1 ст. ложка растительного масла.





Люди. Вытеснено и заморожено.

### Село Валуйчик

Временем основания села Валуйчик все документальные источники называют 17 век. В 1697 году в Палатов прибыл высокий по тем временам сановный чин – стольник И. Л. Усов. Он вызывал в течение трёх дней в приказную избу всех русских солдат и на каждого из них заполнял опросной лист. Заполненные листы отправлены в столицу. В настоящее время они хранятся в Центральном архиве древних актов. В них значатся не только фамилии первопоселенцев, но и солдат, имевших земельные наделы и проживавших в Фощеватом, Старокожево, Валуйчике, Новосильском и Пузино. Значит, наши сёла основаны несколько раньше, чем учёный опрос предположительно в начале последней четверти 17 века. Процесс заселения продолжался и в 18 веке, особенно в первой его половине. Старожилы села Валуйчик припомнили рецепт блинов.



### Блины дрожжевые «Старинные»

Пышные, мягкие и вкусные дрожжевые блины по старинному рецепту на пшеничной каше и манке.

#### Ингредиенты:

(на 18 блинов)

- 0,5 стакана (100 г) пшена;
- 0,5 стакана (85 г) манки;
- 1 столовая ложка сахара;
- 1 чайная ложка соли;
- 2 яйца;
- 50 мл подсолнечного масла;
- 15 г свежих дрожжей;
- 240 г (1,5 стакана) муки;
- 1 стакан (250 мл) молока;
- 100 г сливочного масла для смазки блинов.

#### Приготовление блинов.

Сварить пшенную кашу на воде без соли. Для этого пшено промыть. Залить пшено двумя стаканами (500 мл) холодной воды и поставить на огонь. Довести до кипения, снять образовавшуюся пену и варить на слабом огне 15 минут. Накрыть кастрюлю крышкой и дать каше остывать.

Остывшую кашу выложить в трехлитровую кастрюлю. Добавить яйца, соль, сахар, манку и растительное масло. Тщательно перемешать.



Влить в небольшую миску стакан (250 мл) теплой воды. Развести в воде свежие дрожжи. Затем вылить эту смесь в кастрюлю с тестом. Добавить просеянную муку. Перемешать тесто. Накрыть кастрюлю льняным полотенцем и поставить в теплое место примерно на 1 час. Тесто должно увеличиться в объеме в два-три раза.

Молоко нагреть до кипения. Когда тесто увеличится в объеме, тонкой струйкой влить горячее молоко в тесто при тщательном перемешивании. Накрыть кастрюлю с тестом льняным полотенцем и поставить в теплое место еще примерно на 30 минут. Когда тесто подойдет, аккуратно перемешать его.

Перед выпечкой первого блина сковороду слегка смазать подсолнечным маслом, а остальные блины выпекать без смазывания сковороды. Тесто выливать половником на середину сковороды, распределяя его затем наклоном сковороды по всей её поверхности.

Блины выпекать с двух сторон, складывать стопкой на тарелку и смазывать сливочным маслом.



### Село Верхняя Покровка

Село Верхняя Покровка расположено в северной части Красногвардейского района Белгородской области.

По имеющимся источникам, село основано в первой четверти 18 века. О появлении села существует такая версия: После татаро-монгольского нашествия места, где находится наше село и соседние с ним, были безлюдны.

Первым поселенцем на местах, где расположилась Верхняя Покровка, был Королёв (имя, отчество - неизвестно), сын богатого помещика, жившего ниже по течению реки Усердец. Сначала село называлось

Королевское.

По расположению русского царя Михаила Фёдоровича в наших краях стали строить крепости, предупреждающие татарские набеги. Одна из них Усерд (ныне с. Стрелецкое в 12 км от Верхней Покровки). Первые переселенцы перегонялись насильно. По указанию усердского сотника переселенцы получали разрешение распахивать земли в долинах рек. Шло формирование населенных пунктов. Рецепты приготовления колбасы, каши, лепешек можно отнести к уже более современной кухне, примерно 19-20 века.

### Колбаса с пшеничной кашей.

Прежде всего, подготавливаем кишки, промывая водой, затем выворачиваем

и вновь промываем. Промытые кишки натираем солью и оставляем лежать на 50-60 минут. Промываем и затем для удаления неприятного запаха заливаем водой с уксусом или слабым раствором марганцовки на один – полтора часа. Сварить пшенную кашу. Свежее сало порезать маленькими кусочками и пожарить с луком и добавить в кашу. Все перемешать посолить, поперчить по вкусу. Затем начиняем кишки фаршем. Наполненную колбаску завязываем с обеих сторон ниткой и иголкой прокалываем в нескольких местах. Колбасу опускаем в кипящую хорошо посоленную воду. Время варки 40-45 минут. Отваренную колбасу ставим в хорошо разогретую духовку и запекаем до получения румянной золотистой корочки.

#### **Каша с калиной.**

6 ч. ложек муки ржаной, 3 ч. ложки сахара, соль на кончике ножа, пол стакана свежей перебранной калины и 1.5 стакана воды.

Всё положить в кастрюлю и залить водой. Поставить на огонь и варить все время помешивая, чтобы не было комков и не пригорело. Как только каша «забухтит» - готова.

#### **Лепешки с творогом.**

Замесить тесто как на вареники. Тесто тонко раскатать, порезать на квадратики. Сварить в кипящей подсоленной воде. Выложить в тарелку, добавить творог и сливочное масло. По вкусу добавить соль или сахар ( кто как любит).



#### **Село Верхососна**

Возраст села Верхососна насчитывает более 360 лет. При царствовании государя Алексея Михайловича, между Осколом и Доном, в верхнем течении Тихой Сосны у большого Верхососенского леса был основан город-крепость Верхососенск. Он был построен в 1647 г. и изначально заселялся военными, служилыми людьми, чтобы защищать южные рубежи России от набегов татар. Поскольку в этом месте всегда ощущалась нехватка воды, заселение проходило с большим трудом. Позднее город Верхососенск преобразовался в большое, довольно зажиточное село, население которого составляли крестьяне. Жители с. Верхососна не знали тягот крепостного права, но к тяжелому труду крестьянина-землепашца приобщались ещё с детства.

Этот нелёгкий сплав исторического прошлого наложил свой отпечаток на местные традиции, быт и кухню с. Верхососна. Так, верхососенцы во время каких-либо торжеств готовили для гостей особые, праздничные угощения. В обычные же дни, они ограничивались очень простыми, лишёнными всяких разносолов, но довольно сытными блюдами, которые позволяли селянам сохранять достаточный запас энергии на весь рабочий день, заполненный утомительным сельскохозяйственным трудом и многочисленными хозяйственными заботами.

На каждом крестьянском подворье обязательно водились куры, коровы, свиньи, на полях выращивали зерновые, в огороде - картофель. Поэтому среди первых блюд наиболее распространенной у жителей с. Верхососна была **юшка**, которая, в отличие от щей и борща, не требовала много затрат и времени для её приготовления.

**Рецепт юшки:**

На 2 л. воды – 700-800 г. картофеля;  
Сало свиное – 200 г.;  
Сушёный хлеб ржаной или пшеничный – 300 г.;  
Лук – 1 шт.;  
Соль по вкусу.

Чищенный, целый картофель клади в чугунок, заливали водой, солили и ставили на огонь. Пока варился картофель, готовили зажарку. Для этого сало резали мелкими кубиками и прожаривали на сковороде, туда добавляли мелко нарезанный лук и жарили ещё несколько минут. Сваренный картофель вынимали из воды и отправляли в эту воду зажарку, а также кусочки сушёного хлеба. Таким образом, уже через несколько минут на крестьянском столе стояло сразу два блюда – картофель и юшка. В южной полосе России зимы не такие суровые, как в её северных областях, тем не менее, для любого русского крестьянина вынужденные, морозные месяцы всегда были настоящим испытанием на выносливость. Зимой пищевой рацион крестьянина становился скучнее, поэтому организм человека мог испытывать недостаток полезных веществ. С помощью доступных им продуктов,

жители с. Верхососна научились готовить нехитрые блюда, которые позволяли пополнять запас витаминов в организме и сохранять здоровье. Популярной едой в долгие зимние вечера для верхососенцев был **зимний квас**. Только что сваренный, горячий картофель толкли вместе с тёртой на тёрке редькой и заливали всё это хлебным квасом.

Своего рода лакомством считался зимой **мочёный тёрн**. Ещё осенью собирали ягоды тёрна, промывали их, укладывали в посуду, заливали холодной водой, сверху клади деревянный кружок с небольшим грузом и отправляли в подвал. Зимой же мочёные ягоды набирали в отдельную посуду и добавляли туда ещё воду и сахар по вкусу. До самой весны можно было лакомиться этим ароматным, вкусным и полезным десертом.

Великая история и культура России на протяжении веков создавалась десятками народов, больших городов и малых сёл, входящих в единый состав нашей страны. Село Верхососна также является, пусть и не столь значительной, но неразрывной частью Российского государства, а верхососенцы оказались соучастниками к развитию своей Родины наравне со всеми остальными россиянами, поэтому и стоит сегодня изучать и сохранять быт и традиции каждой русской деревни, в том числе и села Верхососна.



## Село Веселое

Весёлое, одно из живописных мест на карте Красногвардейского района, располагается вдоль верховья реки Тихая Сосна. Протяжённость с. Веселое с севера на юг составляет десять километров.

В 1637 году вблизи Гредякино ручья был построен стоялый острожек, где несли государеву службу служивые люди из Усерда – стрельцы и казаки-черкассы, пришлые из Украины «под высокую руку русского царя». На базе этого острожка и возникли современные села – Раздорное и Гредякино.

До сих пор ведутся споры о точной дате возникновения с. Весёлое, но пока точных данных нет. По истории названия с. Весёлое существует и бытует несколько мнений. Одна из самых распространённых та, что царь Пётр I дал нашему селу такое звучное и ёмкое название. С полным правом можно утверждать, что по пути в Азов в 1699 году царь при посещении тогдашних городов Острогожска и Валуйки побывал и в нашем крае, так как дорога, соединяющая эти два города, проходила через нашу местность. Вторая версия: село стало называться Весёлым после того, как его жители в седую старину разгромили полчища татарских орд и в честь своей победы жгли костры, задорно веселились. Существует и такая версия: группа казаков из Украины поселилась здесь на выселки.

Здесь жилое вольно и свободно. Выселяемы – Весёлое. Есть легенда, что здесь обосновалось на проживание не менее 20 казаков. Старожилы называют первых переселенцев: Вакуленко, Ткаченко, Загрыщенко.

И последняя из версий: в наши места из Украины переселился вместе со своими крепостными пан Высела. Он прижился здесь и пользовался большим уважением и авторитетом. В честь его и названо село. Князья Юсуповы владели Весёлой 188 лет (с 1729 по 1917 годы).

Центром управления имениями Юсуповых являлась же слобода Ракитная. И XVIII век был периодом роста слободы Весёлой и экономического развития имения князей Юсуповых. Блюда села разнообразны.

## Капустник.

200-300 г квашеной капусты

1 стакан пшена

1 морковь

200 г подсолнечного масла.

1 ч ложка соли

Квашеную капусту (щадительно отжать) и мелко резаную морковь (можно натереть на тёрке) тушат 5-10. мин на медленном огне. Добавляют пшено, подсолнечное масло и тушат до готовности, перемешивая.

## Кулемш.

1,5-2 л воды

5-6 шт. картофелин

0,5 стакана пшена

200 гр. сала

3-4 луковицы, 2 ч. ложки соли

Зелень по вкусу.

В кипящую подсоленную воду засыпать пшено, варить до готовности, добавить мелко нарезанный картофель, затем добавить пережаренный на сале мелко нарезанный лук, зелень и кипятить ещё 5-7 минут.

### Затирка.

1 стакан муки

1-2 яйца,

1 стакан подсолнечного масла.

1 ч. ложка соли.

1,5-2 л воды

В просеянную муку добавляют воду, яйца, замешивают крутое тесто, хорошо его вымесить, закрыть на 15-20 мин полотенцем, затем раскатать в жгутики диаметром 1 см, нарезать кусочками. После чего варить в подсоленной воде с добавлением подсолнечного масла до готовности.

### Кендюх.

1 свиной желудок.

#### Для начинки:

500 г свиной грудинки,

200г свиного фарша,

2 варенных яйца

2-3 луковицы

1 головка чеснока

10 зёрен черного перца.

2 ч. ложки соли.

Свиной желудок несколько раз тщательно промыть в горячей и холодной воде.

Мелко нарезанную грудинку перемешать с фаршем, добавить лук, яйца, пряности, перемешать, начинать этой смесью подготовленный свиной желудок, зашить его нитками, запекать в духовке до готовности 1,5-2 часа.

### Потрепка.

1,5-2 стакана муки

1 стакан подсолнечного масла

1 ч ложка соли

На хорошо разогретую сковородку добавляют масло, когда оно закипит, столовой ложкой добавляют просеянную муку. Жарят до готовности, 20-25 мин, когда мука приобретёт слегка коричневый оттенок. Это прекрасная начинка для пирогов.

### Франки.

5-6 шт. картофеля,

2-3 яйца,

2-3 ст. ложки муки

200 г подсолнечного масла

1 ч. ложка соли

Специи вкусу.

Очищенный картофель натереть на тёрке, отжать лишнюю жидкость, добавить соль, специи, муку. На хорошо разогретую сковороду вылить подсолнечное масло и столовой ложкой выкладывать готовую смесь. Жарить до готовности, (7-10 минут) переворачивая на обе стороны. Подавать горячими со сметаной, солёными огурцами и помидорами.

### Свекольный настой для борща.

2-3 шт. столовой свеклы

Очищенную свежую свеклу натереть на тёрке, залить кипяченой водой и поставить в холодное, темное место на 3-4 дня. Соотношение свеклы и воды (1:2)

### Квас-сировец

2 л воды

0,5 кг ржаной муки

10 г дрожжей.

1-2 ст. ложки муки развести с дрожжами в тёплой воде(1-1,5 стакана) и дать немного перебродить. Оставшуюся муку залить водой, замесить тесто до густоты сметаны и поставить в тёплое место. Добавить в эту закваску в тесто, развести тёплой водой. По мере использования доливать водой ( 0,5 л на 1 л. использованной жидкости).

### Ряженка домашняя.

4-5 стаканов молока,

1 стакан густой домашней сметаны.

Молоко кипятить на слабом огне до тех пор, пока оно не станет кремовым по цвету, постоянно перемешивая, чтобы не подгорело. Затем молоко охладить, слить сметану, равномерно размешивая и поставить на 2-3 ч для загустения.

### Молочная творог

500 г свежего домашнего творога

1-2 стакана молока

Соль, сахар по вкусу

Можно добавить мелко нарезанную зелень укропа или лука. Все ингредиенты тщательно перемешать в однородную массу.

### Пампушки с чесноком

3-4 стакана пшеничной или ржаной муки,

50 г дрожжей

1,5 стакана воды

0,125-05,стакана подсолнечного масла

1 головка чеснока

2 ч. ложки соли

Просеянную муку, воду, соль замесить в крутое тесто, поставить на 1,5-2 ч в теплое место дать хорошо подойти. Из теста сформировать пампушки, отварить их в кипятке, переложить в нагретую кастрюлю с маслом. Натереть чеснок с солью и подсолнечным маслом и смешать с горячими пампушками. Подавать с борщом или зелёными щами.

### Перепечки

2-3 стакана пшеничной или ржаной муки

20-25 г дрожжей

1 яйцо

0,5 стакана молока

2-3 ст. ложки подсолнечного масла.

2-3 ст. ложки сахара

В подогретом молоке (35С) развести дрожжи, соль, сахар, взбить яйцо, всыпать просеянную муку, замесить густое тесто. Поставить в теплое место на 1,5-2 ч, дать хорошо подойти, вымесить, затем вторично дать подойти. Уже из готового теста сформировать круглые шарики, дать ещё раз подойти и выпекать на смазанном подсолнечным маслом листе в печи или духовке до готовности 40-45м. Ещё горячие перепечки смазать чуть подогретым подсолнечным маслом. Подавать со сметаной.

### Галушки домашние

3 стакана пшеничной или ржаной муки,

2 яйца

2 ст. ложки сливочного масла, 1 ч. л соли

30-40 г воды.

Замесить тесто из посейной муки по круче, чем на вареники, хорошо вымесить его, раскатать в длинные жгуты, диаметром 1 см, нарезать мелкие галушки. Отварить их до вспышки в кипящей, подсоленной воде 20-25 мин. Подают галушки с маслом или пережаренным салом со шкварками.

### Узвар из сушеных фруктов

500 г любых сушеных фруктов.

Пряности по вкусу.

В нагретую, но ещё не кипящую воду всыпать фрукты, когда они станут мягким, через 10-15 минут добавить мёд и пряности и кипятить ещё 5-7 минут. После чего снять с огня и дать настояться в холодном месте 2-5 ч.

### Калинник

3-4 пучка свежей ягоды калины

1,5-2 л воды

1-2 стакана пшеничной муки

3-4 ст. ложки сахара.

Просеянную муку заварить горячей водой и размешать до получения очень жидкого теста. Проварить 20-25 минут, затем добавить снятые с кисты, ягоды калины, добавить сахар и варить 5-10 мин на медленном огне. Снять с огня и подавать горячим.



### Село Гредякино

Датой основания села Гредякино можно считать 1637 год. Название пошло от расположения стоялого острога в верхнем течении реки Тихая Сосна, при Устье Гредякино колодезя. Он имел два названия - Гредякин или Раздоренский, построен был в Сосенских раздорах. Это было место слияния двух речных истоков. Развилка, которая открывалась при следовании Тихой Сосны, вверх, здесь впадала небольшая речка Сосенка.

Устье Гредякино колодца считалось крайним западным укреплением Белгородской оборонительной черты Усердского участка. Позже вблизи Гредякина ручья был построен стоялый острожек, в котором несли сторожевую службу служилые люди из Усерда - стрельцы и казаки-черкасы.

### Квас постный

#### Ингредиенты:

Картофель-0.500гр

Лук-1 средняя луковица

Тулька солёная-300 гр.

Соль-щепотка

Квас-1,500 л

Сварить картошку, помять её и остудить. На сковороде на растительном масле поджарить солёную тульку. Всё класть в кастрюлю, покрошить туда репчатый лук. Залить домашним квасом, посолить.

### Ленивые пампушки.

При выпечке хлеба, отнять тесто. Раскатать толщиной в 2 см. Разрезать на квадратики. Каждый квадрат обмакнуть в растительное масло и сложить в глиняную махотку. Поставить в печь на 40 мин.

### Пышка.

При выпечке хлеба, отнять тесто. На сковороде руками разровнять тесто, чтобы оно было высотой не более 4 см. По всей пышке выдавить пальцами вмятины. Пышку печь в печи. После того как пышку вынули из печи её густо смазать нутряным свиным жиром. Пышки едят с юшкой (картофельным супом).

### Кисель из сухофруктов.

Сухофрукты тщательно промыть в теплой воде. В чугун налить 5 стаканов воды, положить промытые сухофрукты и для сладости сахарный бурак. Всё это поставить томиться в печь, пока фрукты не станут мягкими. Затем вынуть бурак, а фрукты протереть сквозь сито. Развести картофельный крахмал в стакане холодной воды. Залить содержимое. Прогреть до кипения.

### Село Засосна

Как поселение, Засосна возникла во второй половине 17 века. «Мая 17 дня в год 7168 (1660) от Адама за тоя рекою за Тихой Сосной» здесь появился «стоялый острожек» из сторожевых малороссийских казаков города-крепости Верхососенска. Отсюда и названия: Верхососенск – выше Тихой Сосны,

Засосна – за Тихой Сосной. Оба этих поселения служили преградой на пути татарских набегов. Есть данные, что в 1703 году в Засосне поднялся бунт против первого петровского рекрутского набора, до того лично свободное население не захотело отдать своих детей в подневольные солдаты. Тогда Засосна не была еще самостоятельным селом, а была слободой Засосенской при г. Бирюч.

### Суп с клёцками

#### Ингредиенты:

картофель - 10.

яйца - 2 шт.

мука 2 стакана.

масло - 100 гр.

соль . сода 1 ч. л..

вода 3 литра

зелень.

Зажарка - лук 1 шт. морковь 1 шт. растительное масло 30 гр. обжариваем до золотистой корочки.

#### Способ приготовления:

Порезать картофель и варить в подсоленной воде до готовности. Готовим клёцки - 2 яйца взбейте с 2 ложками воды, добавьте 1 ч.л. соды, соль по вкусу. Замесите крутое мягкое тесто. Чайной ложкой смоченной в воде (чтобы не прилипало тесто), берём немного теста и бросаем в суп. Кипятим 2 минуты, добавляем за жарку, сливочное масло, чёрный молотый перец, зелень.

## Свекольный холодный суп.

### Ингредиенты

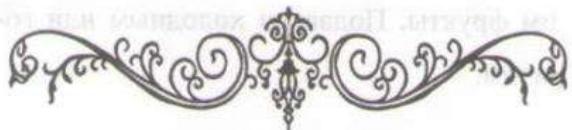
свекла -2 шт.  
яйца - 4 шт.  
огурцы -2шт.  
лук зеленый - 2 веточки  
соль по вкусу  
перец черный молотый  
хрен - 1 ч. л.  
сметана - 4 ч. л.  
картофель - 4 шт.

### Свекольный квас

свекла 1000г.  
вода 2 ½ л.  
хлеб ржаной -1 кусок  
Сахар - ½ стакана

### Способ приготовления

Для начала приготовим свекольный квас. Один килограмм свеклы потереть на крупной терке, пол стакана сахара, корку черного хлеба поместить все в трех литровую стеклянную емкость, налить 2,5 л питьевой воды и оставить в теплом месте. Через 5 дней квас готов! Квас можно заменить отваром свеклы, в который нужно добавить лимонный сок. Свеклу запечь (обернуть в фольгу и поместить в разогретую духовку на 40 минут). Если для приготовления супа вам потребуется отвар, тогда свеклу нужно почистить, нарезать мелко, варить в воде около 25 минут, затем отвар охладить вместе со свеклой. Из такого количества приведенных ингредиентов получится около четырех порций супа, все зависит от размера овощей. И так. Режим мелко свеклу, затем огурец, добавляем отваренный заранее картофель. Добавляем соль, перец, мелко нарезанный зеленый лук. Заливаем суп свекольным квасом, добавляем перепелиное яйцо, хрен и сметану.



## Село Завальское

Завальское возникло не позднее первой половины XVIII века. Название – по месту положения – за валом Белгородской черты. Статус села деревня Завальское приобрела с постройкой и освящением церкви, названной Никитовской в честь великомученика Никиты. День освящения её стал для села престольным праздником. Немногим более 100 маленьких деревянных изб, крытых соломой стояли на берегу заросшей кустарниками, дикими грушами и яблонями, балки. Село почти со всех сторон окружали густые леса. Крестьяне с. Завальское занимались хлебопашеством, многие имели пасеки. Посуда (горшки, миски, кувшины) изготавливалась из глины мастерами горшечного дела из села Садки. Ложки, вёдра, бадейки делались из дерева липы, дуба местными мастерами. И только гораздо позже у зажиточных крестьян стали появляться чугунки, вёдра из жести.

### Взвар из сушёных фруктов

Продукты: сушёные фрукты (яблоки, вишни, груши, сливы) – 800 г, сахар – 1 стакан.

Фрукты промывают, кладут в кастрюлю, заливают водой, доводят до кипения. Закрывают крышкой и варят до мягкости на лёгком огне или в умеренно нагретой духовке. Остуживают, сливают сок, добавляют сахар, варят сироп и заливают

им фрукты. Подавали холодным или горячим.

### Редька с квасом

Продукты: хлебный квас (1 литр),

Отварить до готовности картофель и яйца. Дать остить, очистить. Редьку очистить, вымыть, натереть на тёрке. Картофель, яйца, лук репчатый мелко нарезать, добавить квас, перемешать и посолить. По желанию можно заправить сметаной.

### Суп с галушками

Продукты: картофель - 4 шт., лук репчатый - 2 головки, сало - 1 кусочек, соль, укроп.

Для галушек: мука пшеничная (1 стакан), яйца (2 шт.). В кипящий бульон положить картофель, нарезанный кубиками и сварить его до полуготовности. Добавить галушки, приготовленные из пресного теста, пережаренный лук, соль и варить ещё 5-10 минут. Подать суп, посыпав укропом.

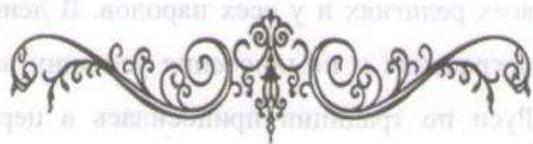
### Закусочные голубцы

Продукты:

капуста – 1 кочан,  
морковь – 5-7 шт.,  
чеснок – 4-5 долек,  
соль по вкусу.

Кочан опускают в кастрюлю с кипящей, солёной водой. Вынимают из воды, аккуратно разбирают на листья. Морковь натирают на крупной тёрке, смешивают с мелко нарубленным чесноком и заворачивают в капустные листья в виде колбасок. Голубцы складывают в

в глубокую посуду, заливают кипящим рассолом (1 ст. ложка соли на 1 л. воды) так, чтобы жидкость их только прикрывала. Через 2 дня закуска готова.



### Село Казацкое

Село Казацкое - одно из первых поселений южной окраины России. Год основания 1637. В течение полутора веков являлось городом-крепостью на Белгородской черте. Этот город-крепость назывался Усёрд. Существовал он до 1779 года. В дальнейшем разрослась одна из городских слобод – Казацкая. Название слободы стало названием современного села. Основным занятием однодворцев слободы Казацкой в начале 19 века оставалось земледелие. Из посевных сельскохозяйственных культур здесь сеяли большей частью рожь, гречиху, овёс, ячмень, просо и отчасти пшеницу. Возделывали горох и коноплю. Конопля была в здешних местах основным сырьём для производства домотканого холста, шедшего на пошив наательной одежды: рубах, штанов и т.д. Занимались жители слободы Казацкой и огородничеством, выращивали огурцы, капусту, репу, редьку, свеклу. Из бахчевых: арбузы и дыни. Основными сельскохозяйственными орудиями были соха и борона, упоминается и плуг. Хлеб молотили на водяных мельницах, устроенных по рекам Тихая Сосна и Усёрд. На этих же мельницах были устроены

приспособления для толчения конопли, а также для валяния сукна, которое шло на пошив верхней одежды.

Поминальные дни существовали во всех религиях и у всех народов. В день погребения и поминования усопших на Руси по традиции приносилась в церковь и вкушалась дома поминальная **кутья** — сладкая каша из пшеницы и сахарной свеклы. Такая же каша подавалась и на крестины младенца. Кутью подавали и под завершение Рождества, ей торжественно завершался Рождественский сорокадневный пост. В крестьянской каше запекали курицу или петуха, смотря по тому, родилась девочка или мальчик.

### **Тюря**

Это самое распространное и безыскусное старинное постное блюдо представляет собой миску холодной подсоленной воды с плавающими в ней кусочками хлеба и накрошенного репчатого лука. Впрочем, можно попробовать это блюдо чуть разнообразить. В тюрю также добавляли сырые овощи (их можно довести до кипения), листья, коренья, травы, съедобные дикорастущие, а также практически все виды молочных продуктов — простоквашу, ряженку. Подорожник и лебеду клади в кипящую соленую воду, быстро доводили до кипения, сразу снимите с огня и охлаждали до комнатной температуры.

### **Солодуха**

Солодуху ели в дни Великого и Рождественского постов. Это жидкое блюдо, что-то вроде десерта: она кисло-сладкая на вкус. Приготавливалась из ржаного солода, т.е. ржаного зерна, хорошо прощенного, высушенного и просеянного. В глиняном горшке кипятили воду, охлаждали и засыпали солод и интенсивно перемешивали, чтобы не было комков. Горшок ставили на припек, и, пока русская печь топилась, солодуха стояла в тепле. В горшок с солодухой время от времени бросали кусочки льда или снега, чтобы она не перегревалась. При этом солодуха разжижалась, и в нее также время от времени добавляли ржаной солод, чуть-чуть подсыпая и часто перемешивая. Когда процесс соложения закончен, солодуха настаивается, закисает, приобретает свой характерный хлебный кисло-сладкий вкус, медовый аромат и розоватый цвет.

### **Кисель**

Добавлялись сушеные яблоки, вишни, калина, иногда постное масло, мед. Кушили с молоком. Овсяную муку разводят теплой водой и ставят в теплое место на 2—3 часа, чтобы поднялась опара. Затем процеживают и ставят варить, постоянно перемешивая кисель.





Союз альянс Группа компаний

## Село Калиново

Калужская область, Ливенский район

Точную дату основания с. Калиново установить, пока не удаётся. По данным 1850 года, в хуторе Злыднево (первое название Калиново) насчитывалось 36 домохозяйств. По описанию, хутор находился в 20 верстах от уездного центра г. Бирюч и располагался при отвержке речки Валуй по левую сторону тракта Бирюч – Валуйки. Хутор относился к казенным поселениям, его жители не являлись крепостными, а относились к разряду государственных крестьян.

Основным занятием крестьян было хлебопашество. Община располагала землей. Тягловая сила – рабочие лошади и волы. Из других видов скота жители содержали коров, свиней, овец. Но среди других хуторов и сёл Ливенской волости хутор Злыднево выделялся увлечением жителей хутора пчеловодством: на 142 хозяйства приходилось 500 ульев, в то время как в соседнем селе Валуй на 152 хозяйства – всего 250 ульев. Доходы формировались от продажи скота, хлеба, кормов, подсобных промыслов и в расчёте на 1 человека составляли почти 15 рублей. Это было единственное село в Ливенской волости, в котором земская статистика не зафиксировала нищих, отсутствовал найм батраков и сами жители не подавались батрачить.

## Свиной желудок

Свиной желудок, начиненный разными продуктами, еще в древности готовили на праздничный Рождественский стол. В качестве фарша по старорусским рецептам фаршированного свиного желудка, как правило, использовали каши, картофель, макаронные изделия, грибы, овощи, рубленое мясо или другие субпродукты, к примеру, были рецепты приготовления со свиной печенью. Желудок необходимо правильно обработать. Прежде всего, это касается удаления его содержимого, плёнок и слизи, а также лишнего жира. Затем продукт около десяти минут погружают в горячую воду, а затем удаляют ненужную слизистую оболочку. На завершающей стадии обработки желудок еще раз хорошо очищают и промывают под проточной водой. После этого его выворачивают наизнанку и натирают большим количеством соли, оставив в таком состоянии на 5 часов. Смыть соль и немного подержите субпродукт в растворе, приготовленном из расчета на литр жидкости по столовой ложке соли и уксуса. Теперь промытый желудок можно начинять фаршем. Рекомендации приготовления свиного желудка: Чтобы блюдо из этого субпродукта вышло не только невероятно вкусным, но и красивым, нужно следовать некоторым правилам опытных кулинаров: Под воздействием высокой температуры желудок сжимается, поэтому необходимо придерживаться правила, как фаршировать свиной желудок без разрыва его стенок — не

Чтобы желудок не трескался и сохранял аппетитный вид, его предварительно перед приготовлением прокалывают в нескольких местах. В процессе готовки из желудка будет вытекать жир, чтобы блюдо не было чересчур сухим, нужно его периодически поливать этим жиром. Чтобы готовое блюдо получилось с хрустящей золотой корочкой, за 10 минут до его готовности полейте смесью сметаны с пряностями. Облегчить разделку на порции готового блюда можно, если заранее положить на него специальный пресс. На стол желудок подают в охлажденном виде, он может употребляться как самостоятельное блюдо, а может дополняться картофелем, овощами, макаронами или рисом.

#### Свиной желудок фаршированный гречкой:

1. Приготовить начинку: свинину мелко нарезать, лук нарезать небольшими кубиками, перемешать всё с гречкой, посолить, поперчить.
2. Начинить желудок начинкой, зашить.
3. В большую кастрюлю положить фаршированный свиной желудок, налить воды, поставить на огонь. Когда закипит, подождать несколько минут и слить воду.
4. Налить воду снова, посолить и варить фаршированный желудок 1,5 часа. Готовность проверить так: надколоть вилкой — если желудок мягкий, то он готов.
5. Вынуть желудок из кастрюли и переложить его в форму для запекания. Обмазать сметаной и запекать фаршированный свиной желудок в духовке минут 20 до зарумянивания.

#### Зимний квас

##### Продукты:

Картошка - 6 шт,  
сахарная свекла -1 шт,  
морковь- 2шт (средних),  
лук-2 шт,  
огурец соленый - 2 шт,  
корень хрена- 1 шт.- (небольшой)

Отварить картофель, порезать кубиками. Вареную свеклу порезать соломкой и обжарить на растительном масле, (воду, где варились свеклы не выливать). Обжарить лук и морковь. Огурец нарезать соломкой, хрен натереть на тёрке. Все соединить в кастрюлю, вылить туда воду, в которой варились очищенная сахарная свекла, добавить рассол из огурцов. Если густой, разбавить кипяченой водой (охлажденной).



#### Село Коломыцево

Почти одновременно с завершением строительства Изюмской черты на месте деревянных острожков и в удобном месте, на черноземах, с несколькими родниками, возникло село Коломыцево, получившее свое название по имени основателя или первопоселенца. Точная дата образования села не установлена, следует полагать, если строительство Палатовского вала было завершено в 1680 году, то и населенный пункт был образован примерно в это же время, по-видимому, на месте деревянного острожка, служившего пунктом наблюдения передвижения

татар. Первопоселенцами села были малороссы и великороссы. Украинский говор наблюдается в селе и в настоящее время. В селе Коломыщево издавна живут роды «Сытники» (Крухмалевы), «Петэнки» (Потемкины), «Савченки» (Носачевы). В каждом роду есть свои семейные блюда. Так, в роду «Сытников» всегда готовят «жовники», «кислые блины», «зимний квас», «рваники», «затерку», «клапшу на яйцах».

### «Жовники» (драники)

10 картофелин очистить и потереть на мелкой терке, отжать сок и добавить 4 яйца, горсть муки, соль. Все размешать. Жарить на растительном масле как оладушки. Получаются «Жовники», которые можно кушать как со сметаной так и с растопленным сливочным маслом.

### «Зимний квас» (зимняя окрошка)

Мелко покрошить свежую капусту, и пожарить на растительном масле. Соломкой покрошить 1 небольшую свеклу и пожарить на растительном масле, в конце жарки добавить муку. Отварить 5 картошек и покрошить соломкой. 2 соленных огурца покрошить кубиками, 2 крупных головки лука мелко покрошить, одну из которых пожарить до золотистого цвета на растительном масле. Все смешать. Залить рассолом с соленых огурцов. Потереть хрен на мелкой терке и добавить к полученному блюду. Так готовится «зимний квас».

### «Кислые блины»

Кислые блины готовятся на кислом кефире, а не на молоке.

#### Ингредиенты:

кислый кефир - (0,5 литра),  
кипяченая вода - (3/4 стакана),

пшеничная мука - (3 стакана),  
соль (1/3 чайной ложки)  
сахар (1 столовая ложка),  
яйца (1 штука),  
сода (1 чайная ложка),  
масло растительное (2 столовые ложки).

Способ приготовления:  
Перетираем яйцо с солью и сахаром, взбиваем. После этого кладем в полученную смесь муку, предварительно как следует просеянную, и кефир. Все хорошо размешиваем, стараясь хорошо размешать комочки. Тесто должно напоминать по консистенции густую сметану. Поле этого добавляем кипяченую воду, причем наливаем ее точно в середину емкости с тестом, очень тщательно и аккуратно размешиваем. Затем добавляем гашенную каплей уксуса соду и растительное масло. Блины нужно выпекать исключительно на сильно раскаленной сковороде, причем смазывать ее не нужно совсем. У нас готовы блины на кислом кефире, которые можно подавать к столу с вареньем или медом.

### «Рваники» (галушки)

#### Ингредиенты:

Кефир — 200 мл,  
Сода — 1 щепотка,  
Соль — 1 щепотка,  
Мука — 350-500 гр,  
Сливочное масло — 50-70 гр,  
Количество порций: 4-6

1. Первым делом необходимо просеять муку с солью. Количество муки предугадать довольно сложно, однако важно не переборщить, чтобы галушки оставались мягкими и воздушными.

2. В глубокую мисочку налить кефир. Всыпать примерно треть муки, затем добавить соду. Аккуратно добавить еще треть муки и начать перемешивать. Тесто должно быть пластичным, но довольно кротким. Добавлять муку до тех пор, пока тесто не приобретет необходимую консистенцию.

3. Готовое тесто разделить на несколько частей. Это довольно простой рецепт галушек на кефире, так что приступать к формированию галушек можно сразу после замеса теста.

4. Можно нарезать небольшими квадратиками или придать галушкам любую форму, а лучше всего порвать тесто на маленькие кусочки.

5. Классический рецепт галушек на кефире предполагает не варку, а приготовление на пару. Для начала необходимо довести до кипения воду, а кастрюлю накрыть марлей, закрепив по краям. Выложить галушки на расстоянии друг от друга, так как они будут увеличиваться в размере.

6. Готовятся такие галушки около 5-7 минут, а зависимости от размера. Проверить их готовность можно с помощью деревянной палочки или спички, по аналогии с выпечкой.

7. Несколько галушек выложить в горшочек и добавить сливочное масло, затем опять слой галушек и масла. Сверху можно добавить сметану с чесноком, отварную курицу, жареные грибы с луком или влить бульон, например.

Также можно использовать томатный соус. Отправить галушки в разогретую духовку на 3-5 минут, чтобы они пропитались маслом и ароматом заправки, а затем сразу подавать к столу.



### Село Малобыково

Село Малобыково Стрелецкого сельского поселения расположено в 8 км от районного центра г. Бирюч (п. Красногвардейское) на правом берегу реки Тихая Сосна. В прошлом через броды на Тихой Сосне шла Кальмиусская сакма, начинавшаяся в верховьях реки Кальмиус в Приазовье. Кальмиусская сакма была одной из основных дорог для вторжения крымских и ногайских татар в Россию. В 17 веке она была перегорожена Белгородской засечной чертой. На Тихой Сосне были воздвигнуты крепости Верхососенск, Бирюч, Ольшанск, Острогожск. Прибрежная земля становилась русской, ограждалась от захватчиков валами, заторами, надолбами, засеками (непроходимыми лесными завалами-западнями из подрубленных деревьев кронами в сторону нашествия). Славяне постепенно укоренялись на обживаемой земле и стояли за нее не на жизнь, а на смерть. Существует легенда о том, как однажды татары, преследуемые славянами, не смогли переправиться через Тихую Сосну и утопили в глубоком месте награбленные

сокровища, защищенные воловьими шкурами. Затем потом ныряли местные жители, но не вытащили — такая глубокая была река.

Малобыково всегда славилось своими рыбаками — село стоит на берегу реки Тихая Сосна, и в каждом доме были рыболовные снасти и лодки. Местные жители занимались ловлей рыбы — это было основным продуктом питания в селе Малобыково, и средством проживания. Каждая хозяйка умела готовить не прихотливые блюда из рыбы.

### Рыбный холодец

Рыба-1 кг.

Вода- 1,5 литра

Соль по вкусу

Рыбные тушки — щуки и линька почистить промыть, разрезать на части, вытащить жабры из рыбьих голов. Положить в холодную воду вымочить 3-4 часа до «чистой воды». Слить воду, промыть, залить чистой водой. Варить до закипания 10-15 мин на быстром огне, затем на медленном огне 1,5 часа посолить по вкусу, снимая пенку. После готовности разложить по блюдам, залить бульоном дать остеть в холодном месте. Другой вариант рыбу оставить в кастрюле застывать. Застывший рыбный холодец накладывать ложкой в посуду для еды.

### Малобыковские «Жаворонки»

«Сороки» так называется православный праздник весеннего равноденствия 22 марта. Бабушки в этот день выпекали из пресного теста птичек и раздавали детям, дети играли с выпечеными птичками «сороками», бегали по улице,

играли в разные уличные забавы. Приходя домой съедали их, а головки от печенья отдавали бабушке. По народной примете старая женщина, бабушка закапывала в землю головки «птичек», чтобы была теплая весна, дождливая и был хороший урожай и достаток.

### Пресное тесто «Жаворонки»

Мука -500гр

Вода-200гр

Соль-5 гр.

1 яйцо, сахар

Замесить тесто: в муку горкой добавить соль и воду, размешать, вымесить тесто.

Сделать не большие шарики, разбивая каждый шарик из теста ладошкой.

Сначала сделать головку, потом по краям сделать надрез ножом для крыльышек и хвоста. Ввиду носика вставляли конопляное зернышко (можно заменить тмином, кунжутом), вместо глазика любое зернышко. Затем готовые фигурки смазать яйцом, посыпать сахаром, и поставить выпекать в духовку 220С на 10-15 мин.

Сельская жизнь и быт в те времена были скромны. Люди жившие в деревне были не богаты, хлеб и каши были основной едой для крестьян. Утро в каждом доме начиналось с приготовления домашнего хлеба, рецепт хлеба мой бабушки Акулины.

### Хлеб на каждый день.

Хмель-150 гр. (50 г. дрожжей)

Вода -3 литра

Мука 4 кг. Соль - щепотка

Тесто замешивалось в дежке (деревянная посуда с крышкой изготавливалась для замешивания теста). Подогреть воду добавить хмель( дрожжи) расколоть все, добавить 3 ст. муки, размешать все как на блины, закрыть крышкой поставить тесто на 6-7 часов на ночь в теплое место( поставить дежу на ночь). Утром добавить муку и соль чтобы не очень было круто месить тесто пока не будет отставать от рук. Затопить печь. Оставить тесто в дежке, чтобы поднялось на 1час. Затем выложить на дежник( домотканая полотняная скатерть специально хранимая хозяйкой для вымешивания теста). Добавить на дежник немного муки, выложить тесто и тщательно вымешивать. Разделить на части смазать формы маслом растительным. Печку проверить на жар прежде чем ставить хлеб, в печь нужно бросить щепотку муки, если сразу охватывается (желтеет), нужно разгрести жар. Поставить формы с хлебом и закрыть заслонку в печи. Проверять готовность хлеба, если верх поджарился дальше выпекать без заслонки. Выпекать 1 час10 мин. Затем достать из печи одну форму вынуть хлеб и сделать следующее: положить хлеб на ладонь и ударить по руке ниже локтя, если хлеб подпрыгивает на ладошке - значит готов, если нет - сырой. Нужно допекать дальше до готовности. Готовый хлеб накрывают чистым дежником. В старину хлеб не резали, а ломали, надавливая большим пальцем, от края отламывали не большими кусками и молились перед вкушением пищи.



### Село Марьевка

Село расположено на берегу реки Малый Усердец. Марьевка находится в северо-восточной части Красногвардейского района, на стыке степной и лесостепной зон. Вся территория сёл в значительной степени изрезана развитой овражно-валочной системой. Густота овражно-валочной сети настолько велика в отдельных местах, что ровных, незатронутых эрозийными процессами участков почти не сохранилось. Преобладающим типом почв являются чернозёмные, встречаются солонцевые, лиловые. Много серых лесных почв.

Первый постоянный двор находился неподалёку от Усёрга, на лесной поляне, где до недавнего времени располагался стрелецкий кордон. Это был так называемый веночный двор, второй именовался Кручным двором, третий Репным, четвёртый Прилепным. В этих и других дворах постоянно жили служилые люди, конюхи, шорники, мастера по изготовлению и ремонту любого путёвого транспорта. Лошади всегда были наготове для замены и перевозок грузов. Здесь устанавливались караульные вышки и даже имелись харчевни.

Репенка и Прилепы постепенно выросли в деревни. Строиться в этих местах никому не возбранялось. После указа царя Петра 1 наш край беспрепятственно стали заселять черкасы.

Весной 1711 года между Репенкой и Прилепами основалась слобода Марьевка. Сразу было построено около тридцати хат.

Среди переселенцев имелись и семьи греческого происхождения.

### Щи из квашеной капусты

#### Ингредиенты:

мясо гуся

квашеная капуста - 1 кг.

Лук - 2 шт.

Морковь - 1 шт.

Картошка - 5 шт.

томатная паста-2лож.

Соль по вкусу

приправы

#### Способ приготовления:

Помыть мясо. Обсушить. Положить в чугунок и заливаем водой. Ставим на огонь, Убавляем огонь и варим, не позволяя сильно кипеть, в течение часа. Вынимаем мясо из бульона, а тем временем отправляем в чугунок немного отжатую квашенную капусту. Мясо отделяем от костей и отправляем в бульон. Картофель чистим. Режем крупными кубиками. Отправляем в бульон. Лук чистим. Мелко крошим. Морковь чистим. Натираем на терке. Пассеруем овощи на жире, снятом с бульона. Отправляем овощную зажарку в щи. Перемешиваем. Солим. Внимание: если вам кажется, что щи получились пресными, не бойтесь и смело добавляйте еще немного соли, она обогатит вкус яства. Варим еще 5 минут. Снимаем с огня.

### Уха по «деревенски»

6 судачков по 500г  
самогон по 10 г на литр воды  
картошка - по 2-3 штуки на человека  
морковь  
лук  
крупа  
приправа  
соль, перец

Морковь и 1 луковицу нашинковать и обжарить на растительном масле. Картофель порезать кубиками.

Сложить все в кастрюлю. Залить 1 л кипятка. Варить 10 мин. Положить в бульон свежую рыбу и целую луковицу. Варить еще 8-10 мин. При варке влить в уху 1-2 ложки растительного масла, чтобы осветлить бульон. Добавить зелень петрушки, укроп, соль, специи, водку.



### Село Никитовка

Село названо по владельцу – князю Никите Юрьевичу Трубецкому. Основано в одно время с г. Валуйки, который являлся важным торговым и сторожевым центром в Белгородской оборонительной линии по направлению г. Новый Оскол - Валуйки. В 1860 г. отошел к Изюмской черте.

Среди первых поселенцев слободы были и крепостные крестьяне, но основу населения составляли так называемые «подданные черкассы» – крестьяне украинской национальности. Князь Никита Юрьевич Трубецкой с помощью опытных служащих быстро наладил обширное крепостническое хозяйство. В слободе, выстроенной на издавна проложенной дороге к бассейну рек Тихая Сосна и Дон, были возведены хозяйствственные здания. На речке Палатовка построены водяные мельницы, винокуренный завод, обширные конюшни для конного завода, а в хуторах – помещения для овечьих отар. Слобода Никитовка вместе с прилегающими к ней селами, хуторами относились к Усердскому уезду.

### Квас свекольный.

На 3 литра воды - 2 шт. сахарной свеклы, 1 средняя очищенная столовая свекла. Залить все холодной кипяченой водой, поставить в теплое место на 3-5 дня, затем, в холодное. Закладывать квас на последней четверти луны (старый месяц).

### Кваша.

Сахарная свекла (на терке), калина, сухофрукты (обязательно груши, яблоки), сливы. Заводим ржаную муку в холодной воде, как кисель, доводим до кипения, помешивая, добавляем свеклу, сухофрукты и варим до готовности.

Рецептами поделилась Мирошникова Евдокия Антоновна 1930 г.р. С. Никитовка.

### Драчена

1 стакан ржаной муки,  
1 стакан пшеничной муки,  
2 стакана молока,  
50 г сливочного масла (в тесто),  
1 ст. ложка сливочного масла (на сковороду для смазки),  
3 яичных желтка,  
3,5 ст. ложки сахарной пудры,  
0,5 ч. ложки соли.  
Тщательно растереть в разной посуде отдельно вначале масло, затем желтки с сахарной пудрой (то и другое добавля). Соединить обе растертые части, посолить перемешать. Постепенно подсыпать в полученную смесь предварительно перемешанную и просеянную муку и подливать понемногу молока, все время размешивая, до получения эластичного жидкого теста. Накалить глубокую сковороду, распустить на ней масло, влить тесто и тотчас же поставить в хорошо прогретую духовку на умеренный огонь примерно на

полчаса. При отсутствии ржаной муки ее можно заменить тем же количеством пшеничной.

### Окрошка из рыбы

Взять около 1,5 кг крупной рыбы, отварить, выбрать кости, нарезать кусочками. Покрошить несколько свежих огурцов, зеленого лука, петрушки и укропа, посолить, поперчить, развести домашним хлебным квасом. Размешать все, положить лед и подавать на стол.

Рецептами поделилась Авраменко Ницан Ивановна 1941 г.р. с. Никитовка.



### Село Новохуторное

Точной даты возникновения села Новохуторное (другое название Сухочева) не имеется. Но можно предположить, что первые поселенцы появились в тоже время, что и в селах Веселое, Гредякино. В середине 19 века большая часть земель находилась в руках князей Юсуповых, Трубецких, Шереметьевых, Шидловских.

### Кутя

Отварить картошку, вытащить из воды, потолочь и залить водой, в которой она варилаась. Добавить квашеную капусту и немного свежей, горстку пшена и лука репчатого резаного. Очистить сырую картошку, потереть на терке туда же, перемешать все и варить, пока не сварится капуста. Готовое блюдо заправить подсолнечным маслом. Заливаем холодной кипяченой водой.

### Зимнее холодное

Сырую картошку режем палочками и жарим на подсолнечном масле.

Сахарную свеклу немного обвариваем, трем на терке, пересыпаем слегка мукой и жарим на подсолнечном масле до золотистого цвета. Лук репчатый с морковью жарим, заправляем томатной пастой. После остывания все ингредиенты перемешиваем, добавляем тертый соленый огурец, тертый хрень, соль.

### Кваша

Это блюдо – десерт. Готовится тесто. Вместо дрожжей отвариваем хмель и застираем этим отваром муку и кладем в тесто. После того, как тесто хорошоенькобродит, добавляли любые фрукты: вишню, яблоки и др. Тесто опять бродило. После того как тесто с фруктами поднялось и осело – блюдо готово, можно кушать.



### Село Палатово

Село Палатово находится на месте города Полатов, основанный в 1671 году «под Полатовым лесом на речке Сенной «как город-крепость», форпост наступления Руси на татар «городом». В Российском государственном архиве древних актов хранится документ, в котором говорится о времени строительства города Полатов: «Лета 7179 (1671 г. по современному летоисчислению) по указу Великого государя Алексея Михайловича на Кальмиусской сакме за прежним новонасыпанным валом под Полатовым лесом на речке Сенной Острогожского черкасского полка полковник Герасим Карабут полку своего казаками построил город Палатов». «И в тот город сошли на вечное житье Острогожского полка черкасы». Фамилии

казаков были Кривоносов, Зиновий, Бугай, Карабут, Стадник и другие. Вся власть над черкасами принадлежала сотнику. Символом власти сотника была печать. На ней начертано: «Карабутовка ведерная, №6».

Вскоре, кроме украинских казаков, в Полатове начали селиться русские солдаты. Они, как и казаки, имели семьи, вели хозяйство, пахали, сеяли, пользовались льготами. Но за все это несли военную службу – дежурили на постах, защищали Русь святую от вражеских набегов

Село Палатово богата своими традициями и обычаями. Во все времена, палатовцы были гостеприимные и хлебосольные. Из глубины веков, от наших предков, к нам дошли рецепты стариных блюд, которые мы и сейчас готовим и с удовольствием употребляем. Со слов старожилы, **Ушаковой Любови Изотовны**, я записала рецепты традиционных палатовских блюд.

### Галушки.

Галушки – блюдо, представляющее собой отваренные в кипящей воде кусочки теста. Галушки подают как отдельное блюдо (с маслом или со сметаной) или варят суп с галушками. В нашем селе предпочтение отдают супу с галушками. В кастрюлю наливают воду, доводят до кипения, затем кладут картофель, порезанный кусочками, добавят 1/2 стол ложки соли. Когда картофель сварится, за пять минут до конца варки бросаем в кастрюлю кусочки теста. Суп с галушками можно заправить пережаренным салом с луком. Но в постные дни, наши предки в суп с галушками, добавляли несколько ложек растительного масла.

### Приготовления теста для галушек:

мука - 400-500 г

яйцо - 1 шт.

соль - 1 ч. л.

вода - 200 мл

В посуду насыпать муки, 1 яйцо, 1 ч. ложку соли. Налить 200 грамм воды, хорошо перемешивать тесто. Приготовить из теста кусочки в виде бантиков.

### Затирка.

Затирка – это что-то вроде маленьких клёцек из муки, яиц и воды, которые долго «затирали» и только потом отваривали в молоке или воде, забелённой молоком.

Взять 1 яйцо, разбить его в чашку, немного посолить и добавить муки. Но не замешивать тесто как на лапшу, а растирать руками, делая крошку. Затем вскипятить 2 литра молока и в кипящее молоко всыпать крошку. Тщательно размешать, добавить масло, сахар, соль - по вкусу. Проварить 5 минут. Кто любит жидкое, можно есть сразу, кто погуще, дать настояться 30 минут.

### Взвар.

И конечно традиционный Палатовский взвар. Взвар – это компот, приготовленный из сухофруктов, не содержащий сахара. Охлажденный взвар обладает замечательными жаждоутоляющими свойствами. Взвар из сухофруктов, хорошее средство для профилактики гриппа, также он выводит из организма тяжёлые металлы. Не крепкий отваг из сухих яблок и груш, можно давать в качестве питья, даже грудным детям. Сухофрукты для наших предков были не только продуктом питания, но источником семейного дохода. Наше праотцы узнали, что сухофрукты пользуются большим спросом на Севере и Донбассе, стали возить их на продажу в города.

Перерабатывали весь урожай садов, а некоторые ездили в лес за дикими яблоками и грушами, за кислицами как их называли в народе. Поэтому не случайно еще с давних времен любимым напитком палатовцев является компот из сухофруктов, который на местном диалекте получил название «кузвар» или «взвар».

### Взвар из сухофруктов:

Сухофрукты – 200г,

Вода – 1 стакан,

Мед – по вкусу.

Сухофрукты (сушеные яблоки, вишни, сливы, груши и др.) опустить в кипящую воду и варите на умеренном огне до полной готовности. Напиток рекомендуется употреблять в охлажденном виде. Непосредственно перед употреблением можно добавить немного меда.

### Винегрет.

Ещё одним самым распространённым блюдом нашего села является винегрет. Его готовили всегда. Не одно праздничное застолье, будь то свадьба, или проводы в армию, не обходилось без винегрета. Популярность винегрета кроется в простоте составляющих его компонентов. Эти продукты есть в любой семье и кроме этого винегрет – вкусный и полезный салат, при этом не содержащий много калорий.

### Для винегрет потребуется:

Свекла среднего размера - 3 штуки, морковь - 2-3 штуки, картофель средний - 2 шт, огурец соленый - 2 шт, лук-репка - 1 шт, капуста квашенная - 3-4 ст. л., масло подсолнечное. Смешать все продукты.



## Село Сорокино

Хутор Сорокино (ныне село) образовался в конце XVIII века. Основателем его был зажиточный крестьянин - однодворец Стефан Сорокин, переселенец из города Усёрга. Основным занятием в селе было земледелие, занимались хлебопашеством. Крестьяне имели примерно по 12 десятин земли. Урожаи были низкие. В земледелии применяли трехполье. Землю обрабатывали деревянной бороной и простой косой. Сеяли рожь, ячмень, пшеницу, коноплю, горох. Основной тягловой силой была лошадь. Наряду с земледелием развивалось ремесло. Крестьяне занимались строительством домов, прядением, ткачеством.

## Молочная затирка

Муку просеять, рассыпать на доске, посолить, всыпать чуть соды и, вливая постепенно кефир, ладонью раскатывать маленькие шарики. Затем эти шарики отделить от муки и просушить на сковороде до золотистого цвета. Молоко довести до кипения, посолить, сахар по вкусу, всыпать засушенные шарики, варить 7-10 минут.

## Дед

Это блюдо варят в чугуне. Муку всыпать в чугун и заварить кипятком. Затем положить соль, сахар и поставить в русскую печь или в духовку примерно минут на 40 париться. Затем помешать, положить калину, сушеные груши, вишню или чернослив и опять поставить в печь или духовку на 1 час.

Тесто становится коричневым, вкусным и очень душистым.



## Село Стрелецкое

Село Стрелецкое находится на юго-востоке Белгородской области, которая расположилась в лесостепной зоне. Село расположено на возвышенности у слияния рек Усёрд и Тихая Сосна. Село Стрелецкое – в течение полутора веков оно являлось городом-крепостью на Белгородской черте. Этот город-крепость назывался Усёрд. Существовал он до 1779 года. В дальнейшем разрослась одна из городских слобод – Стрелецкая. Название слободы стало названием современного села. В 17 веке на Белгородской черте насчитывалась свыше двух десятков городов-крепостей. В их числе был и город Усёрд, игравший немаловажную роль в защите южной окраины России от татарских вторжений. Из грамоты 1637 года царя Михаила Федоровича о «направлении служилых людей для городового строения» города-крепости Усерд: «...которые из них похотят жить на Усерде, велим устроить землями с сennыми покосами и всякими угодьями, а на Усерде земля добрая и места ухожие, и в реке Сосне и в Усерде рыбные ловли большие, и в лесах зверь всякий, и пчелы...

## Морковник

Творог - 350 г

Мука пшеничная -1 стакан

Сметана - 200 г

Яйцо - 2 штуки

Морковь -1 штука

Манная крупа - 50 г

Мед -2 столовые ложки

Морковь помыть, очистите и натрите на мелкой терке. Творог растереть и смешать с натертой морковью. Добавьте яйца и хорошенько перемешайте. Добавить мед и всыпьте муку. Замесить морковно-творожное тесто. Слепите оладушки, обвалийте их в манке и готовьте на пару 20 минут. Подавать со сметаной.

### Сбитень

Вода 5 л, ягодное варенье (любое) 800 г, мед 200 г. Вскипятить воду, в кипящую воду добавить варенье и мед, через 5 - 7 минут положить пряности, варить еще 5 минут. Пить горячим.



### Село Уточка

«Село основано в начале XVIII в. В то время по берегам небольшой безымянной речки поселились пять дворов пришельцев из центральных районов государства. Они жили в достатке и относительном спокойствии. Как гласит местное предание, «случайно по реке Усерд проплывали чужие люди. Здешние места им понравились, и они попросили разрешение принять их на жительство. Через некоторое время поселенцы прибыли со своими семьями и скарбом, но путь им преградила глубокая речушка. Долго искали они брод, наконец, найдя, переправились на другую сторону. В этих местах водилось много уток. Поэтому и речушка получила название Утич, а селение при ней – Уточка».

«Воронежские губернские ведомости» в 1862 году так описали состояние Утичи: «Уже два года как в ней не бывает воды. Жители заметили, что она стала убывать, прибрежные поля остались под париною; с парины земля смывалась в реку, Утич мелела. Родники заносило землей»...

На территории села Уточка в основном проживают жители с хохлацким говором. В старину в кулинарии они готовили так называемую «Пудрю».

### Пудря

Для этого вначале нужно было сделать опару теста (в муку вливали кипяток и замешивали жиденькое тесто, проваривали). Затем из очищенного ячменя варили кашу, высыпали кашу в опару, ставили в теплое место на сутки - двое, чтобы перебродило (да так чтобы в нос шибало) и кушали.

### Кутыя

Это блюдо в основном готовили перед Рождеством, ячмень отбивали толкушкой в ступке, очищали от шелухи, варили кашу: на 2 стакана воды 1 стакан крупы. Затем эту кашу поливали медом. Угощали приходивших в дом ряженых.

### Затерка

В муку вбивали яйца, добавляли соль, соду, всё это растирали до мелких кусочков теста, затем это тесто поджаривали на сковороде. Добавляли в кипящий картофельный суп, проваривали и заправляли зажаркой (лук с морковью)



