Крыловский \_Артеменко Максим

Разговор\_о\_правильном\_питании\_2019

Меня зовут Максим. Я учусь в 3 классе. Принимая участие в разработке детского проекта "Составляем кулинарную энциклопедию нашей страны", нам бы хотелось рассказать о таком районном блюде, как блины. Не случайно мы выбрали именно это блюдо, ведь с 4 марта по 10 марта 2019 года празднуется масленичная неделя. Масленица — один из самых веселых праздников. Всю неделю люди устраивают веселые проводы зимы. Эти проводы сопровождаются народными гуляниями, неотъемлемым элементом этих гуляний являются блины. Существует множество версий по объяснению того, откуда появился праздник Масленица.

Одна из таких легенд гласит, что в давние времена на Севере родилась маленькая девочка, отцом которой был Мороз. Имя ей дали Масленица. Девочка была маленькой, хрупкой и улыбчивой. Однажды группа людей попала в снежную бурю. Прячась от нее, они встретили Масленицу и попросили помочь и согреть их. Масленица пришла, но удивила всех. Потому что это была не маленькая девочка, а здоровая баба с большими румяными щеками. Она заставила человека забыть о зиме, развеселила его и заставила плясать до усталости. С тех пор неделя перед Великим постом называется Масленицей.

По другой версии, в основе появления названия праздника «Масленица» лежит традиция выпекать блины. Люди старались привлечь милость солнышка, чтобы оно их обогрело и помогло в трудную минуту. Поэтому блины имеют форму маленького солнышка. Также было принято в селах водить хороводы и устраивать гуляния. Считалось, что подобные церемонии делают добрее солнце, т. е. солнце «умасливается». Отсюда и название — «Масленица».

Масленица имеет и другие названия. Например, «Мясопуст», или Сырная, Сыропустная неделя. Эти названия появились в связи с тем, что по православному обычаю мясо исключалось из пищи, а молочные продукты еще употреблялись.

Другие названия Масленицы: «касаточка», «сахарные уста», «целовальница», «честная масленица», «веселая», «перепелочка», «перебуха», «объедуха», «ясочка».

Своими корнями Масленица уходит в языческие времена. В те далекие времена этот праздник был связан с днем весеннего солнцеворота. Но с принятием христианства Масленица стала зависеть от сроков начала Великого поста. На протяжении многих веков Масленица продолжала праздноваться. Этот праздник является одним из самых любимых в народе. Даже строгие указы и меры, которые предпринимались, чтобы праздник был забыт, не увенчались успехом.

Раньше при праздновании Масленицы на площадях возводились ледяные горки, торговали чаем, сладостями, блинами, веселился народ в костюмах, устраивали катания на лошадях.

Во все времена главное угощение на Масленице — это блины. Они пеклись и поедались в большом количестве. На каждый день на Масленой неделе есть определенный обряд.

**Первый день** (понедельник) называется встреча Масленицы. в этот день наряжается соломенная кукла и устраиваются застолья с разными сладостями.

**Второй день** (вторник) называется заигрыши: устраиваются катания на горках и едят блины.

**В третий день** (среда) — на лакомки — все шли к теще на блины.

**Четвертый день** называется широкий четверг: поются песни, выполняются обряды, устраиваются кулачные бои, катаются на санях, колядуют.

На тещины вечерки (**пятница**) зятья звали тещу на угощение.

**Шестой день** (суббота) называется золовкины посиделки: в этот день молодая невеста приглашала своих родных к себе.

И в последний день (**воскресенье**), называемый прощеным днем, сжигали соломенную куклу, а пепел от нее рассеивали по полю, чтобы будущий урожай был богатым. В этот день принято прощать все обиды и оскорбления.

 В нашей школе тоже принято отмечать этот праздник. Все учащиеся с 1 по 11 классы принимают участие в веселом празднике. В этот день на территории школы проводится ярмарка, на которой все угощают друг друга блинами и горячим чаем. Учащиеся 11 класса проводят различные состязания и конкурсы с учащимися 1-1- классов, поют песни и водят хороводы. Заканчивается мероприятие сжиганием Масленицы. Это один из самых веселых праздников в нашей школе, который объединяет всех учащихся и дарит незабываемые эмоции.

 В моей семье тоже очень любят готовить блины. Мне очень хотелось бы поделиться рецептом их приготовления, который стал у нас традиционным. Блины являются традиционным лакомством русского народа, одним из самых любимых и почитаемых блюд, как во времена древней Руси, так и сейчас. Они занимали достойное место на столе каждой хозяйки, и считаются одним из самых первых мучных блюд появившихся в рационе наших предков приблизительно в 9 веке нашей эры.

"БЛИНЫ"

Ингредиенты:

Молоко - 1 литр;

Яйца - 6 штук;

Масло сливочное - 100 грамм;

Соль - 0.5 чайной ложки;

Сахар - 5 столовых ложек;

Мука пшеничная 2-3 стакана.

Приготовление:

 В миску разбиваем яйца, добавляем соль и сахар. все хорошо перемешиваем. Сливочное масло растапливаем (не доводя до кипения) и добавляем к массе. Далее к яичной смеси добавляем немного теплого молока (200 грамм) и перемешиваем до однородной массы.

 В полученную смесь просеиваем муку и перемешиваем. Тесто должно быть однородным ( как на оладьи, напоминать сметану). Теперь добавляем оставшееся молоко. Всё вместе тщательно смешиваем. Смешивать можно блендером или венчиком.

 Тесто готово начинаем выпекать. Сковороду мы используем блинную, смазываем ее предварительно куском сала (можно использовать растительное или сливочное масло). Данную процедуру проводим только перед приготовлением первого блинчика. Выпекаем блины на среднем огне.

 Выливаем на раскаленную сковороду тесто и одновременно вращаем ее по кругу так, чтобы тесто покрыло дно ровным тонким слоем. Когда края подрумянятся, аккуратно переворачиваем блин (поддев лопаткой) и жарим с другой стороны до румянца. Не забываем время от времени помешивать тесто, чтобы оно было однородным. Готовые блинчики складываем на тарелку, предварительно смазав кусочком сливочного масла.

 Блины можно подавать со сметаной, сгущенкой, вареньем, медом или любыми другими начинками, которые вам нравятся.

 В нашей семье любят готовить блины с творогом, с мясом и грибами. Я люблю блины со сгущенкой.

 Приятного аппетита!