Муниципальное общеобразовательное учреждение

«Средняя школа № 100 Кировского района Волгограда»

Всероссийский конкурс

«Моя малая родина: природа, культура, этнос»

Номинация: Этно - экологические исследования.

**.**

**Традиционная кухня донских казаков – путь к здоровому питанию в современной жизни**

(с использованием местного материала)

Автор:

Емельянова Анна Сергеевна

учащаяся 9«а» класса,

МОУ СШ № 100, Кировского района

Волгограда

Возраст: 14 лет

Тел. 8 995 414 41 70

Руководитель :

Дунина Людмила Николаевна,

педагог дополнительного

образования, руководитель

школьного музея русского быта

«ЛЮБО!», тел. 8 995 414 41 70

эл. почта: mamalusya51@mail.ru

Волгоград

2021

Содержание

Введение ………………………………………………………………………..3

Глава 1Из истории донской традиционной кухни………………………….5

Глава 2. Этапы исследования………………....…………………………...........11

Заключение……………………………………………………………………….15

Источники и литература ………………………………………………………..16

Приложение………………………………………………………………………17

**Введение**

**Актуальность проблемы.** В настоящее время все больше стали говорить о здоровой пищи, стали искать старинные русские рецепты приготовления блюд. Мне нравиться кулинария и я решила заняться исследованием по этой тематики, но не знала на чем остановиться. Выбирая тему исследования, работая в архиве школьного музея русского быта «ЛЮБО»,я наткнулась на аудиозапись встречи 2004 года со старыми казачками, где тема разговора – казачья кухня. Но в начале меня привлекла самодельная книжка с названием «Рецепты бабушки Домны». В ней были записаны старинные рецепты блюд казачки Домны. Очень интересные и не обычные названия блюд и сами рецепты. У меня сразу возникли несколько вопросов, и я решила посвятить свою работу казачьей кухне, изучить музейный предмет – записную книжку с рецептами.

**Цель работы:** выяснить как попала эта записная книжка в музей, кто такая Домна, какой семье принадлежали эти рецепты, в какой местности жила эта женщина, т.е. где готовили пищу по этим рецептам. И параллельно выяснить особенности становления кухни донских казаков в прошлом и развитии её в настоящем и будущем.

**Задачи**:

1. Выяснить как эта книжица попала в музей и кому она принадлежала?

1.Изучить историю формирования традиционной кухни донских казаков.

2.Систематизировать информацию о донской кухне в исследуемой местности.

3.Выявить использование рецептов казачьей кухни на предприятиях общественного питания города Волгограда.

4.Оформить брошюру « Рецепты казачки Домны», с целью пропаганды рецептов кухни донских казаков, как здорового питания.

И так объектом исследования являются рецепты, записанные в книжке, предметом- изменение и становление казачьей кухни, как составляющей традиционной культуры.

При работе над исследованьем были использованы следующие **методы:**

* анализ научной литературы;
* поиск казачьей семьи, которой принадлежала книжка с рецептами;
* соцопрос учащихся школы, их родителей, учителей МОУ СОШ № 100 и посетителей школьного музея быта;
* оформление брошюры с рецептами.

Местом исследования стал школьный музей, где имелась некоторая информация, которая указывала на хутора и станицы Чернышковского и Суровикинского районов Волгоградской области.

**Материалами** к исследованию послужили: книга Губарева Г.В. Энциклопедия казачества, о традициях,обычаях казаков; книга Лагутина Л.А., Лагутина С.В. Донская и казачья кухня; книга Шумова В.В. Донская станица в старину, представляет. Источниками для исследования стали: ОФ школьного музея казачьего быта «Любо» (П-1, Т-3); <http://ru.wikipedia>. org/wiki wiki/Казачья\_кухня; http://forum.kazarla.ru/index.php?/.

Работа состоит из 2-х глав: в 1-й главе даётся анализ научно-познавательной литературы относительно темы. А во 2-й главе раскрывается этапы проводимого исследования, методы, используемые во время исследования и практическая значимость. В работу входят так же введение, заключение и приложение.

Проводя исследование, стало понятно, что становление кухни донских казаков имеет многовековую традицию, и ее апробация в настоящем времени имеет перспективу в будущей жизни, не только для казаков, но и для всех людей, как кухня здорового питания.

**Глава 1. «Из истории донской традиционной кухни»**

Познакомившись с записями книжки, я решила поработать с литературой и узнать есть ли в ней описание данных рецептов. И первую главу я посвятила анализу изученной литературы.

Кухня – одна из наиболее открытых заимствований в области бытовой традиционной культуры. Влияние многочисленных народов прослеживается как в предпочтении и сочетаниях определенных продуктов, способах их обработки и хранения, так и в наименованиях блюд. В приготовлении пищи, способах заготовки припасов казаки использовали опыт русской и украинской кухни и навыки, присущие кочевым степным и горским народам.

Наиболее ранние сведения о пище донских казаков относятся к концу XVII– начала XVIII вв. и содержатся в работах Г. де Боплана и А.И. Ригельмана. Их описания съестного сходно: «Походные припасы казаков состоят из сухарей, которые сохраняют в длинных бочках… затем из бочонка вареного пшена и другого с жидким тестом, которое они едят в виде лакомства, смешивая с пшеном; это кушанье служит в одно время и пищей, и питьем; оно кисловатого вкуса и называется саламата*,* то есть лакомая пища»[1]. А.И. Ригельман дополняет «меню» сухой и провесной рыбой и свиным салом. Оба свидетельствуют об отсутствии каких-либо крепких напитков (вина или других) и о соблюдении трезвости в походе.

Сейчас немногие имеют представление о том, как стряпались старинные казачьи блюда, которыми можно было полакомиться на пиру у домовитых казаков или атамана. Многое из старинной кухни сохранилось до наших дней. Уникальные рецепты, такие, к примеру, как «стерлядь в шампанском атаманская» записывались ценителями донской кулинарии в разных уголках донского края. Неистощимость фантазии в этой приятной сфере жизни была присуща казакам нижнего Дона. «Относительно меню

казачьих обедов приходится доверять В.Д. Сухорукову, назвавшему, по-видимому, все блюда, которые были в употреблении в богатых домах Черкасска. Среди них есть сохранившиеся до сегодняшнего дня, такие как:  круглики (пироги)с рубленым мясом или дичью, студень, отварные лизни (языки), щи*,* шурубарки (пельмени)в похлебке, борщ со

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

[1] Лагутина, Л. А., Лагутина, С. В. Донская и казачья кухня, 2005 – 182с.

свининой, дулмаили долма(вид голубцов в виноградных листьях), лапша, жаркое, фаршированный целиком поросенок, блины, лапшевник, свежие фрукты» [2]. Но много и экзотических блюд: мясо лебедя, соленое мясо журавля, суп (похлебка) из курицы, приготовленный с рисом и изюмом, суп из дикой утки, тушка ягненка с чесноком, кушанья из дрофы, куликов и др. Несколько необычна на вкус современного человека каша  из пшена, приправленная кислым молоком, так называемая – уре́. В качестве напитков подавался мед, приготавливаемый с водой, хмелем и пряностями, либо перевариваемый в закрытом виде с ягодами.

Походная пища в конце XVIII – начале XIX в.в. по-прежнему состояла из сухих продуктов – рыбы, мяса, круп, а также сала.

Значительные изменения претерпело питание во второй половине XIX в. Изменился состав продуктов. Расширение сельскохозяйственного производства, возделывание овощей, разведение фруктовых садов, домашнее птицеводство – все это не могло не сказаться на меню.

***1.1. Мучные блюда***

Как и в русской кухне, значительное место занимали мучные блюда. Выпекалось несколько типов хлеба: пшеничный из кислого теста, «подовой» и «формовой». В качестве сквашивающего элемента использовались дрожжи и шишки хмеля (в станицах по Чиру, приток Дона). «В дорогу и в поле брали пресные круглые узкие булочки (современные рогалики). Из теста пекли

закрытые пироги «кру́глики» с начинкой из рыбы, мяса, яиц, риса с изюмом; пирожки разной формы, зависящей от начинки, ватрушки – «копытца с творогом» [3]. Разнообразны были фруктовые, ягодные и овощные начинки (тыква- кабак, фасоль, капуста). Зимой – измельченные сухофрукты с медом абрикосы; на Верхнем – лесные ягоды. Пирожковое тесто замешивали на

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

[2] Астапенко Г.Д. Быт, обычаи, обряды и праздники донских казаков 17 – 20 веков. – Ростов-на-Дону, 2002. 201с [3] Лагутина Л.А., Лагутина С.В. Донская и казачья кухня, 2005 – 167с.

или вареньем. Летом на Нижнем Дону использовали свежие вишни, яблоки, простокваше и яйцах. Из него же делали хворост, пышки. Блинам из кислого теста предпочитали тонкие «блинцы» на молоке. К некоторым пирогам подавали топленое масло, в которое обмакивали ломоть, к пирожкам и блинам – каймак(пенки топленого молока), моченый терн с сахаром. Тесто на вареники замешивали на простокваше или пахте́(сыворотке), а излюбленной начинкой был творог («сыр»). «В любом доме готовили лапшу: варили жидкое блюдо на курином бульоне или запеченный лапшевник с яйцами, маслом» [4]. Пекли сдобу и без начинки – витушки (на свадьбу – шишки), калачи, караваи. Вообще казачки считали, что стряпуху можно оценить по качеству теста, поэтому большое значение придавалось его пышности, способности сохранить мягкость. В ритуалах эти свойства, по мнению местных жителей, обеспечивали благополучие, плодородие.

***1.2.* *Молоко и молочные продукты***

 Молоко и молочные продукты употребляли в разных видах. Существовало несколько способов приготовления топленого молока и каймака (пенок с него), которые добавляли на Нижнем Дону в кофе и повсеместно – в чай, называя его «калмыцким».Любили квашеное молоко («откидное», или по-татарски «сюзьма»), отделенное от сыворотки. Из этого молока легко приготавливался творог («сыр»). Был широко распространен

творог из топленого молока, рассчитанный на высушивание и длительное хранение. Такой творог готовят все тюркские народы и казаки других территорий. Считается, что он больше подходит для начинки (особенно вареников). Перед употреблением творог «восстанавливается» молоком. Ели сметану и масло, которое хранили в топленом виде. В жаркую погоду пили «ирян» – сюзьму, разбавленную водой (у татар он назывался «айраном»). В повседневной и обрядовой пище использовались куриные яйца. Круто сваренными, их брали в дорогу. Много яиц готовили на Пасху и Троицу. Сырые яйца запускали в супы, добавляли в начинку (картофельную,

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

[4] Шумов В.В. Донская станица в старину.- Ростов на Дону. «КСС», 2005 – 144 с.

капустную, крупяную), заливали ими жареный картофель, на них замешивали тесто.

***1.3. Мясные продукты***

Мясо– чаще говядина – использовалось в приготовлении первых блюд (борщ, щи, супы). Из вторых блюд наиболее популярно было жаркое. Жирная свинина (окорок) заготавливалась в виде солонины. В рубленом виде мясо и ливер использовались в начинках пирогов. На святки принято было делать колбасы. На праздники готовился «холодец» из головы и ножек животного (коровы, свиньи).

Из птицыособой популярностью пользовались куры, утки и гуси, зажариваемые целиком (иногда с начинкой из каши, с рублеными потрохами). В не обрядовых ситуациях допускалась разделка тушки. Птица служила прекрасной основой для бульонов, на которых готовились лапша, супы. Для борща было принято использовать петуха. «Из потрошков, крыльев, шеи часто делали заливное. Птица была обязательным атрибутом праздничного стола и обрядов второго дня свадьбы. Здесь запеченная курица («горбунок») и блины являлись подношением молодым от матери невесты» на свадебный стол [5].

***1.4. Рыбные продукты***

Рыба занимала значительное место в рационе донских казаков, особенно низовых. Питались ею круглый год, поскольку независимо от путины в запасе была вяленая (засоленная и высушенная на ветру). Размоченную или проваренную, ее употребляли с картофелем или квасом и луком в пост. Из жирной рыбы делали балык. В свежем виде она шла на уху (у низовцев – шарбу ), жарили филе судака, сазана. Мелкую рыбку (шемаю) пережаривали в равных частях с луком. Распространены были различные маринады (томатная заливка, маринад с уксусом и кореньями). Рыбу запекали целиком; использовали в качестве начинки для пирогов.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

[5] Губарев Г.В. Энциклопедия казачества -М.:Вече, 2007 - 489 с.

Разносторонне использовалась икра рыб (красная икра присаливалась). «Употребляли как свежепробойную, так и по типу сыра, осушенную и спрессованную. Такая икра осетровых могла храниться довольно долго. Икра частиковых, шла на жарку. Внутренний жир рыбы – молоки, добавлялись в рыбацкую кашу («каша с рахманками»)[6]. Одним из деликатесов был балык, из осетровых и сома.

***1.5. Блюда из овощей и фруктов.***

Бахчевые культурывыращивались на Дону издавна. Тыква шла на приготовление каш (с рисом и молоком), ее запекали, использовали для начинок. Арбузы не только ели как лакомство с медом, свежими, но и солили и варили из них мед (нардек). «Давнюю традицию (с XVII в.) имеет на Дону и виноградарство. На Дону выращивались как столовые, так и винные сорта.

Казаки заготавливали вино для себя и на продажу. Особой славой пользовались цимлянские вина. В низовьях Дона считалось обязательным

для семейного торжества приобретение бочонка цимлянского»[7]. Многие фрукты в жаркие дни заготавливались высушиванием. «Взвары» из сухофруктов отлично утоляли жажду. На Нижнем Дону широко

употреблялись блюда с овощами, такие как дулма (долма) и др. Множество овощей засаливали на зиму (капуста, огурцы, помидоры).

***1.6. Напитки.***

Низовые казаки были известны своим пристрастием к кофе, который

употребляли в полдень в горячем виде с каймаком, а в течение дня пили для

утоления жажды холодным. Казаки Нижнего и Среднего Дона готовили домашнее виноградное вино. Продукты казаки покупали в станичных хлеб сами, мясо выращивали тоже сами. Для хранения продуктов, магазинах, рынках. Мясо и хлеб покупали в лавках, но многие казачки пекли

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

[6] Иллюстрированная книга казачества. Репринтное издание. Волгоград. «Ведо»1994г – 465 с.

[7]Терещенко А.В. История культуры русского народа - М: Эксмо, 2007-99 с

приготовления и подачи пищи на стол, употреблялась различная посуда (деревянная, керамическая, медная, серебряная, фаянсовая т.д.).

***1.7. Особенности питания в 20 веке у донских казаков.***

В начале века в связи с развитием домашнего хозяйства увеличивается потребление мяса выращиваемых животных и птицы. Расширяется ассортимент блюд из теста, овощей и фруктов. Своеобразие донской кухни сохраняется в приготовлении рыбы, молочных блюд, припасов. В названиях блюд прослеживаются связи со степными кочевниками.

Питание резко меняется на протяжении второй половины XX века. Основной состав пищи остался прежним, однако хозяйки отказываются от трудоемкой выпечки хлеба, заготовки домашней лапши. «Мучные изделия, крупы, как и многое другое – колбасы, масло, консервы, приобретаются в магазине. Молодые хозяйки нередко имеют домашнюю «поваренную книгу»

(тетрадь с рецептами)». Обычными стали для донской кухни салаты, приправы (кавказская аджика). Изменились способы заготовки и консервирования продуктов. С кухней казаков в полной мере можно ознакомиться лишь на больших традиционных праздниках – календарных (зимние святки, Масленица) и семейных (свадьба). Здесь типичный набор воспроизводится со всей полнотой и точностью.

Особенности любой национальной кухни зависели от климатических условий, от бытового уклада. От местных традиций и, наконец, от личных пристрастий. Говоря о пище донских казаков, следует сказать, что она была достаточно разнообразна и обильна, но главное пища была здоровой!.

В этой главе, я рассказала очень коротко, как и чем питались донские казаки в старину, т.е. до начала XX века. Всю эту информацию я взяла из литературы. Многое из того, что написано в 1 главе было и в записной книжке, поэтому во второй главе пойдет рассказ об этапах исследования и рецептах, которые не указаны в литературе.

**Глава 2. Этапы исследования.**

2.1. Как появилась книжка в музее?

После того, как я познакомилась с содержимым книжки, я выяснила, что книжку принесла в школу и подарила в музей Акользина Анна Александровна, 1914 г.р., жительница станицы Н-Чирской , уроженка хутора Бирючий Есауловской станицы Второго Донского округа Области Войска Донского. Книжка и записанные в ней рецепты – это их семейная реликвия. Все что в ней написано, они знают и готовят дома. Встреча с Анной Александровной записана на кассету, это было в 2005 году на Масленицу, когда в школе впервые проводилась ярмарка блюд казачьей кухни. Анна Александровна тогда жила в станице Н-Чирской была в гостях у сестры, которая жила в Кировском районе, рядом со школой № 100, она пришла к правнучке на ярмарку и заходила в музей, так с ней познакомились и пригласили ее на встречу, где она подробно рассказала, как готовить по этим рецептам.

Что же это за рецепты?

Я расскажу только о тех, которых нет в литературе местных краеведов, о которых я рассказывала в 1 главе. И так все по порядку.

2.2. Встречи с донскими казачками, проживающими в городе

У нас часто в музее проходят встречи со старожилами нашего края, которые приехали из глубинки доживать свой век у детей или внуков. Мы приглашаем их на праздники, фестивали казачьей культуры, на экскурсии в музей. На одной из таких встреч, я познакомилась с Апариной Галиной Афанасьевной (в девичестве – Кашина). Оказалось, что она знает очень много рецептов старинной казачьей кухни, которые переняла от своей мамы Кашиной Анастасии Семеновны(в девичестве Пышкина) и не забывает их до сих пор. Например, кислая лапша (суп с вишней или сухофруктами), бабышки, каныш, шарба, саломата и др. Про саломату и шарбу мы уже знаем из литературы. А вот кислая лапша и бабышки, я услышала впервые. Подробно записав рецепты, я попробовала их приготовить. Кислая лапша получилось и очень понравилась моим домашним. Вот уже 2-ой год готовим, особенно в пост и летом, когда жарко. А вот с бабышками было труднее, сразу не получились. Я несколько раз обращалась к Галине Афанасьевне. Она мне сказала, чтобы я делала все по рецепту, это потому что нет опыта. Наверно на 5-ый раз они у меня, все таки, получились. Но все равно у бабы Гали, они получаются очень вкусные и пахучие. Но я упрямая, я научусь и на праздник «Широкая масленица» в 2021 году представлю на ярмарку. Правда у нас сейчас сложное время – пандемия, но ничего, если нельзя будет проводить ярмарку, то я приготовлю для своих близких.

А вот Каростина Елизавета Александровна рассказала нам как ее бабушка готовила «начиненные цыганки» (это они так называли фаршированные красные помидоры). Начиняли они их печенью, с морковью и капустой. Это угощение считалось свадебным. Когда подавали к столу, сверху посыпали зеленью.

2.3. Экспедиции к донским казакам

Руководитель музея Дунина Людмила Николаевна посоветовала мне познакомиться с записями тетрадей экспедиций прошлых лет, она уверяла, что должны быть записаны рецепты блюд не знакомых для нас. Вот, что я нашла.

*Из тетради экспедиции в Суровикинский район Волгоградской области 2008 года.*

Участники экспедиции записали рецепты у старожил станицы Н-Чирской, хуторов: Б-Мельничный, Подгорный. Старые казачки рассказали, как готовили их бабушки и какие блюда сохранились до сих пор. Например, Киселева Елена Ивановна до сих пор варит картошку с сушеной рыбой (синец, щука, бершь), а на десерт готовит разные кисели (молочный, ягодный, вишневый, абрикосовый). А жительница хутора Б-Мельничный, Коваль Полина Васильевна, поделилась рецептом рыбных котлет, как учила ее бабушка, она добавляла в них куриный жир и капусту. А в хуторе Подгорный, Павлина Егоровна Попова рассказала старинный рецепт весенних «штей» (щи). Особенность их такова, что «они были постные, вместо томата клали сушеные помидоры. И добавляли мелко резаную крапиву и цветы (пустоцвет) огурцов, а заправляли горчичным маслом»[8].

*Из тетради фольклорной экспедиции – 2017года в Чернышковский район Волгоградской области.*

Участники экспедиции в начале июля 2013 года, отправились в Чернышковский район Волгоградской области. Квартировали у радушной хозяйки Казанковой Тамилы Гамиловны. За неделю работы был накоплен большой информационный кладезь необходимого материала. И, конечно, я нашла записанные рецепты кухни донских казаков данной местности.

«Она многое переняла от своей свекрови, которая отлично управлялась с

тестом. « - Я, до сих пор, а мне уже 88 лет, пяку круглики, это по современному пироги круглой формы». Начинку она использует разную, но самый старинный рецепт, это круглик с кишками. «Раньше, когда скотину резали, то кишки не выбрасывали, промывали (на Дон ходили) мелко резали, жарили с луком и пякли». Она и сейчас не забывает это кушанье. Вот еще запись: «А ишо, любили делать начинку из кабака (тыквы). Яво резали кусочками и томили в печке в чугунке, целый день накануне печева. Он сладкый делылси. Яво памнуть и добавють орехи, али сушеный виноград

(изюм), сахыр ня клали» »[9]. Я проглядела почти все тетради. Но больше не попалось не известных рецептов. Записи были, но про них я уже рассказывала в 1 главе.

2.4. «Работа в музее казачьего быта «Любо» МОУ СОШ № 100» с материалами архива

В нашей школе на базе школьного музея быта, 14 октября празднуется один из великих праздников русской церкви и любимого у казаков, Покрова

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

[8] ОФ школьного музея казачьего быта «Любо» (П-1, Т-3, 4)

[9] ОФ школьного музея казачьего быта «Любо» (П-1, Т-4, 2)

Пресвятой Богородицы. В этот день мы проводим ярмарку блюд кухни казачьей кухни (Приложение 1). В вестибюле коробейники на лотках донских казаков. В рамках ярмарки Совет школьного казачьего музея «Любо», организует и проводит конкурс старинных рецептов донской продают книжки-малышки, брошюрки, с рецептами блюд донских казаков, изготовленные своими руками.

Так же в школьной столовой на пасху проходит ярмарка «Донские вкусняшки», где проводится демонстрация традиционных блюд кухни донских казаков. В этом мероприятии с удовольствием, участвуют учащиеся, учителя и родители всей школы. Блюда казачьей кухни готовятся точно по старинным рецептам, которые мы собираем от бабушек, старожил Дона. Эти рецепты хранятся в фондах школьного музея. Мы решили систематизировать их и выпустить брошюрку под названием «Рецепты бабушки Домны».

Начала я с расшифровки рецептов, записанных в книжке, потом подняла все свои записи из экспедиций прошлых лет и встреч, привела их в порядок, систематизировала и стала составлять странички будущей брошюры. Сначала я составила набросок обложки и придумала название – «Рецепты казачки Домны». Это потому, что больше всего в брошюру вошло рецептов из музейной книжки (сейчас она уже является музейным экспонатом, потому что находится в экспозиции «Фрагмент казачьего куреня», в подтеме «В гостях у русской печки»). Затем распределила рецепты по сериям. Потом распределила по страничкам и подобрала иллюстрации и фотографии. Перед изготовлением навестила Ефросинью Михайловну Шевченко, родную сестру покойной Анны Александровны Акользиной. Цель моего визита - уточнить рецептуру . Получив одобрение от Шевченко Е. М., мы изготовили брошюрку №1. Она была представлена на ярмарке 14 октября 2018 года в рамках общешкольного праздника Покрова Пресвятой Богородицы тиражом в 50 экземпляров. Их сразу раскупили. Теперь мы дарим их гостям и посетителям музея. Вывод – итог работы: брошюра «Рецепты казачки Домны», которая востребована у посетителей музея.

Надеемся, что наша работа проведена не зря. Изучив музейный предмет, мы коснулись интересной темы и узнали полезные рецепты казачьей кухни, которые могут не только порадовать людей вкусной пищей, но научить нас готовить здоровую пищу. Многие родители используют эти рецепты и готовят эти блюда дома. В книге отзывов школьного музея, есть записи благодарности от посетителей за брошюрку с рецептами.

**Заключение**

Наша работа была ориентирована на изучение не броского музейного предмета, что привело к сохранению традиционной кухни донских казаков. В связи с поставленной целью в первой главе нашего исследо­вания рассмотрено состояние исследуемой проблемы в научной литературе. Во второй главе представлены этапы и методы исследования проблемы, дан анализ практической значимости. Результатом, которой стал выпуск брошюры «Рецепты бабушки Домны», с целью пропаганды традиционной кухни донских казаков среди населения, а также в школьной столовой.

И это не просто знание о культуре, а проживание в культуре, проживание в традиции. Проведя исследование, я поняла, что данный музейный предмет – книжка с рецептами, после подробного изучения и анализа, ожила и получила «вторую жизнь». Следовательно, рецепты кухни донских казаков не только радовали людей в прошлом, но и востребованы в настоящее время и хочется думать, что кухня донских казаков будет нужна и любима в будущем. А мы будем продолжать распространять эти великолепные и полезные рецепты блюд казачьей кухни – здоровой пищи.

Блюда традиционной казачьей кухни играют большое значение для здоровья будущего поколения. Ведь здоровая пища – это здоровье нации.

На этом моя исследовательская работа не заканчивается, я планирую изучить историю следующего музейного предмета, который появился у нас осенью 2019 года. Это настенные часы, предположительно начала XIX века, привезёнными донским казаком с русско-турецкой войны 1877-78г.г..

Источники

1. Семейные архивы донских казаков исследуемой местности;
2. ОФ школьного музея казачьего быта «Любо» (П-1, Т-3, 4)
3. http://yandex.ru [NewKaliningrad.ru](http://www.newkaliningrad.ru/)

Используемая литература

1. Астапенко, Г. Д. Быт, обычаи, обряды и праздники донских казаков 17 – 20 веков. – Ростов-на-Дону, 2002. 226с.

2. Губарев, Г. В. Энциклопедия казачества –М.: Вече, 2007 – 536 с.

3. Лагутина, Л. А., Лагутина, С. В. Донская и казачья кухня, 2005 – 182с.

4.Терещенко, А. В. Быт русского народа. – Москва. Терра – книжный клуб, 2001- 408.

5.Терещенко, А. В. История культуры русского народа. – М : Эксмо, 2007 – 729 с.

6. Шумов, В. В. Донская станица в старину. – Ростов на Дону. «КСС», 2005 – 159 с.

7. Иллюстрированная книга казачества. Репринтное издание. Волгоград. «Ведо», 1994 – 519 с.

Приложение 1.

**Слайды. Пропаганда рецептов кухни донских казаков в XXI веке.**



Ярмарка казачьей кухни на праздник Покрова Пресвятой Богородицы,

октябрь 2019 г. МОУ СШ № 100 Кировский р-н Волгограда



**Пироги по рецепту донской казачьей кухни - круглики**



Мои кулинарные изделия по старинным рецептам донских казачек.



Этот круглик с вишней я испекла ко дню рождения мамы – это мой подарок.