

Организация быта на весенней полевой практике

В. М. Хайтов

Ключевым моментом в организации любой работы в полевых условиях оказывается организация быта. При плохо устроенном быте даже наилучшим образом спланированная учебная программа может просто провалиться. Одним из самых сложных моментов жизни в поле, тем более со школьниками, оказывается дежурство по кухне.

Организация дежурства по кухне в условиях полевого лагеря на полевой практике

Опыт показывает, что городские школьники в большинстве своем абсолютно не имеют представления о том, как приготовить пищу, тем более в полевых условиях. А главное, они зачастую рассматривают дежурство как своего рода наказание. Последнее, при стихийном развитии событий (те. при отсутствии регуляции отношений со стороны руководителя), приводит иногда к тяжелым социальным конфликтам. Поэтому очень важно, чтобы, выезжая в полевые условия, организатор практики заранее подготовил школьников к мысли о том, что работа на кухне – это не наказание, а вклад человека в общую работу коллектива. Единых рецептов, как достичь этого, нет, но мы можем поделиться несколькими принципами, которыми сами руководствуемся в нашей работе.

Во-первых, никогда нельзя применять наказание работой (ты провинился – значит будешь мыть посуду). Во-вторых, необходимо в своем коллективе организовать иерархию, «узаконенную» руководителем (например, старшие и новички). В-третьих, нужно демонстративно назначать на самые трудные и наименее приятные работы ребят, имеющих более высокий иерархический статус. И, самое главное, необходимо спланировать работу так, чтобы у ребят не было много свободного времени.

В команду дежурных должны входить как старшие (не по возрасту, а по опыту), уже прошедшие практику и экспедиции ранее, так и младшие участники практики. При этом расписание дежурства лучше формировать так, чтобы одна команда дежурила не более одного раза в день (например, только за обедом). Это связано с тем, что удачное освоение навыков организации полевой кухни связано с полным погружением в

обязанности дежурного, а стало быть, с временным отходом от освоения учебной биологической программы. Обязанности дежурного не следует формулировать в строгой форме. Опыт показал, что при формальном перечислении обязанностей дежурного возникает формальное же и отношение к ним. Более целесообразным оказался другой подход. Дежурным достаточно объяснить лишь общие положения: народ должен быть накормлен вовремя, вкусно, в кухонном хозяйстве должен быть порядок. При этом необходимо обеспечить постоянный контроль за качеством дежурства. Контроль может осуществлять кто-нибудь из старших ребят (например, начпрод) и, конечно же, сам организатор практики. Руководитель должен ругать дежурных часто и помногу, это входит в его обязанности! Хвалить тоже можно...

Таблица 1. Нормы отпуска продуктов (на одного человека в день}
для полевой

| Продукт | Туристически нормы (кг) | Нормы, рекомендуем для полевой практики |
|--------------------|------------------------------------|--|
| Греча | 0,090 | 0,050 |
| Рис | 0,110 | 0,048 |
| Рожки или макароны | 0,150 | 0,075 |
| Тушенка | 0,080 | 0,090 |
| Чай | 0,005 | 0,007 |
| Масло сливочное | 0,030 | 0,020 |
| Сахар | 0,090 | 0,050 |
| Соль | 0,010 | 0,010 |
| Хлеб | 0,450 | 0,500 |

Одной из главных трудностей в организации дежурства в условиях полевой практики оказывается формирование меню и рациона. В условиях стационарной полевой практики многочисленные рекомендации и нормы туристических походов не очень применимы, поскольку они рассчитаны на мобильную группу. Поэтому лучше исходить из норм, которые приводятся выше. Впрочем, нельзя забывать, что у каждого коллектива своя специфика и каждый руководитель может выработать свой подход только на базе

собственного опыта. Ну и помним о том, что существуют еще нормы, прописанные в официальных документах...

Приведенной таблицей 1 надо пользоваться с некоторой осторожностью. Так, например, неопытные начпроды очень часто считают, что каждый день человек съедает как рис, так и гречу и макароны в том количестве, которое здесь приведено. Это не так! В реальной жизни надо стараться разнообразить питание и это приводит к тому, что каждый из типов круп встречается в среднем раз в два дня. Поэтому очень полезным оказывается формирование ежедневного меню до начала практики. Для его составления лучше привлечь начпрода, который формирует его до закупок продуктов (это позволяет избегать лишних трат). Наличие уже сформированного меню позволяет дежурным рассчитать, какие именно блюда они будут готовить в свою очередь и опросить старших ребят и руководителей о тонкостях приготовления.

Таблица 2. Список дополнительных продуктов (из расчета 25 человек на 7 дней).

| Продукт | Единицы измерения | Кол-во |
|--------------------|-------------------|--------|
| Горох | кг | 2 |
| Зеленый горошек | банки | 6 |
| Капуста | кг | 5 |
| Кофе раств. | банки | 2 |
| Лавровый лист | пачки | 1 |
| Масло подс. | бутылки | 2 |
| Морковь | кг | 5 |
| Овощи консервиров. | банки | 2 |
| Перец горошком | пачки | 1 |

| | | |
|-----------------|-------|----|
| Печенье | кг | 5 |
| Пшеничка | кг | 3 |
| Пшено | кг | 3 |
| Рыбные консервы | банки | 10 |
| Сало копченое | кг | 1 |
| Сгущенка | банки | 10 |
| Сода | пачки | 1 |
| Спички | пачки | 10 |
| Томатная паста | банки | 1 |
| Фасоль | кг | 4 |

Помимо основных продуктов есть и менее важные, но о них тоже забывать нельзя, так как они разнообразят пищу. Для примера в таблице 2 приведен список дополнительных продуктов.

В курс полевой практики обязательно включается лекция о принципах приготовления блюд в полевых условиях. В идеале, эту лекцию читают старшие ребята (можно даже вменить им в обязанность подготовить такую лекцию до начала практики). На такой лекции необходимо рассказать о правилах расчета количества продуктов и порядке их использования при приготовлении блюда. Особое внимание следует уделять правилам расчета количества продуктов и рецептуре приготовления блюд в полевых условиях. Ниже приводятся рецепты блюд, технология приготовления которых и ассортимент составляющих их продуктов целиком соответствуют полевой практике.

Первые блюда

1. Суп фасолевый

Фасоль из расчета 50 грамм на человека; картофель 1 шт. среднего размера на человека; морковь 2-3 шт.; лук 1-2 шт.; мясо консервированное 500 г; специи; соль по вкусу.

Набухшую после замачивания в течение 3-4 часов фасоль поставить на огонь и варить 2-2,5 часа. Если используется консервированная фасоль, то этот этап можно пропустить.

Слегка обжарить измельчённые морковь и лук, нарезать кубиками картофель и за 20 минут до окончания варки положить в суп, добавив соль. За 5 минут до окончания варки в суп добавить специи и мясные консервы. Суп снять с огня и поставить в тёплое место. Пусть он немного остынет и настоится.

2. Суп гороховый

Горох из расчета 75 гр. на человека; картофель 1 шт. среднего размера на человека; морковь 2-3 шт.; лук 1-2 шт.; мясные консервы 500 г.; специи; соль по вкусу.

Замочить в холодной воде горох на 3-4 часа. Обязательно периодически помешивать, иначе получится однородная масса.

Остальные действия полностью аналогичны технике приготовления фасолевого супа.

3. Щи

Компоненты: капуста 1 средний кочан; картофель 1-2 шт. среднего размера на человека; морковь 2-3 шт.; лук 1-2 шт.; около 250 г консервированного мяса; специи; соль по вкусу.

Приготовления начать за 2 часа до обеда. Вскипятить воду из расчёта 1 л на 3 человека. В кипящую подсоленную воду положить очищенную, промытую, нарезанную белокочанную капусту и картофель. Когда щи снова

закипят, добавить предварительно обжаренные морковь и лук. Затем варить ещё 30 минут. За 5-10 минут до окончания варки добавить специи.

Готовые щи снять с огня, поставить в тёплое место, пусть немного остынут и настоятся.

Начать приготовления за 3 часа до обеда.

4. Борщ

Свекла около 1 кг свежей или 1 л консервированной; картофель 1-2 шт. среднего размера на человека; морковь 2-3 шт.; лук 1-2 шт.; около 250 г консервированного мяса.

4.1. Для консервированной свеклы.

Приготовления начать за 3 часа до обеда.

В кипящую подсоленную воду (из расчёта 1 л на 3 человека) положить консервированную свёклу. По готовности свёклы в борщ положить нарезанный кубиками картофель и обжаренные морковь и лук. За 5 минут до готовности борща влить свекольный рассол, добавить приправы и консервированное мясо.

Готовый борщ снять с огня, поставить в теплое место, пусть он немного остынет и настоится.

4.2. Для свежей свеклы.

Свёклу очистить, промыть, нарезать соломкой и, помешивая, слегка обжарить. Затем добавить к ней немного воды и тушить 1,5 часа. В кипящую воду положить очищенный, промытый и нарезанный картофель, а через 5-10 минут обжаренные морковь, лук и тушёную свёклу. Всё варить при слабом кипении. За 5 минут до готовности положить приправы и консервированное мясо.

Готовый борщ снять с огня и поставить в теплое место, пусть он немного остынет и настоится.

5. Суп грибной

Сухие грибы 300 г; картофель 2 шт. среднего размера на человека; морковь 2-3 шт.; лук 1-2 шт.; приправы; соль по вкусу.

Сушёные грибы замочить на 15-20 минут в холодной воде. Остальные действия начать за 2,5 часа до обеда. Замоченные грибы хорошо промыть, залить холодной водой и поставить варить в малом количестве воды. По готовности грибов воды долить до нормы (1 л на 3 человека). Когда вода закипит, посолить и положить обжаренные морковь, лук и нарезанный картофель. За 5 минут до готовности супа добавить приправы.

Готовый суп снять с огня и поставить в теплое место, пусть он немного остынет и настоится.

6. Суп рыбный

Рыба: две банки по 450 г; картофель 2 шт. среднего размера на человека; морковь 2-3 шт.; лук 1-2 шт.; специи; соль по вкусу.

Приготовление начать за 2 часа до обеда. Вскипятить воду из расчёта 1 л на 3 человека. Когда вода закипит, посолить, положить нарезанный картофель и обжаренные морковь и лук. За 5 минут до готовности супа добавить приправы и консервированную рыбу.

Готовый суп снять с огня и поставить в теплое место, пусть он немного остынет и настоится,

К супам подается лук, чеснок, хлеб, соль.

Вторые блюда

1. Гречневая каша

Греча из расчета одна стандартная кружка на трех человек; масло растительное или маргарин, соль по вкусу.

Приготовление начать за 1,5 часа до времени приема пищи. Вскипятить воду (1 стакан на человека). В бурно кипящую подсолённую

воду всыпать гречу и варить, изредка помешивая. Готовую кашу немного разрыхлить, положить немного масла и сдвинуть немного в сторону от огня, чтобы каша не остыла и упарилась вся вода.

2. Рисовая каша

Рис: из расчета одна стандартная кружка на трех человек; масло растительное или маргарин, соль по вкусу.

Приготовление начать за 1,5 часа до времени приема пищи. Вскипятить воду (1 стакан на человека). Крупу промыть в горячей воде и засыпать в кипящую подсолённую воду. Рис нельзя мешать. Готовую кашу заправить маслом, отодвинуть в сторону от огня, чтобы каша не остыла и упарилась вся вода.

Так же готовят ячневую, пшённую и овсяную (не «Геркулес» каши).

3. Каша пшеничная

Пшеничка из расчета одна стандартная кружка на трех человек; масло растительное или маргарин, соль по вкусу.

Приготовление начать за 2 часа до времени приёма пищи. Вскипятить воду (1 стакан на человека). В кипящую подсолённую воду всыпать промытую в холодной воде пшеничную крупу. Варить её до готовности, не помешивая. В готовую кашу добавить масло, отодвинуть в сторону от огня, чтобы каша не остыла.

4. Каша манная

Манная крупа: 50 г на человека; сахар; масло, соль по вкусу.

Приготовление начать за 2 часа до времени приёма пищи. Вскипятить воду (1 стакан на человека). В кипящую чуть подсолённую воду добавить сахар и постепенно, тоненькой струйкой, постоянно размешивая, засыпать манную крупу.

В готовую кашу добавить масло, отодвинуть в сторону от огня, чтобы не остыла.

5. Макароны

Макароны: 100 г на человека; масло растительное или маргарин, соль по вкусу.

Приготовление начать за 2 часа до приёма пищи. Макароны переломать на кусочки длиной 5-8 см, опустить россыпью в бурно кипящую подсоленную воду (1 стакан на человека). Варить на слабом огне до готовности, изредка помешивая от дна.

Готовые макароны слить, добавить масло, отодвинуть в сторону от огня, чтобы не остыли и упарилась вся вода, которая осталась после сливания.

К грече, рису, макаронам подаются хлеб, соль, лук, чеснок.

К пшеничке, пшену, манке подаются сгущенка или что-то сладкое, маргарин, масло, хлеб, соль.

6. Мясная тушенка

Консервированное мясо 500-750 г. на еду; лук 2 шт., морковь 1-2 крупные шт., могут быть дополнительные компоненты: горошек, соя, мука, отруби, гренки, специи,

Лук, морковь почистить, мелко нарезать (морковь лучше потереть) и обжарить. Консервированное мясо открыть, измельчить, выложить на сковородку, перемешать с луком и морковью. Добавить дополнительные компоненты и всё обжарить.

Готовую мясную тушёнку оставить на 5 минут, чтобы она настоялась, но не остыла.

Тушенка подается ко всем кашам (если они не сладкие), кроме манки.

Ребятам надо внушить, что приготовление пищи – это творческий процесс, в котором нельзя использовать какие-то шаблоны. Например, при объяснении правил посола школьники часто спрашивают, сколько надо ложек соли. В такой ситуации лучше объяснить им, что солить надо по вкусу, а не по количеству ложек. Лучше выработать у себя вкус, который устраивает всех.

Дежурные должны контролировать готовность кухни еще до наступления самого процесса приготовления пищи. В частности, они должны быть уверены, что у них имеется достаточное количество воды и дров. Они должны произвести подготовительные действия для готовки блюд (например, замочить фасоль или горох). Кроме того, дежурным надо объяснить, что они должны поесть первыми. Когда все соберутся, дежурные не должны думать о себе, они должны обеспечивать всех остальных. При этом все необходимое (хлеб, специи и т.п.) должно быть уже приготовлено.

Камнем преткновения дежурства оказывается уборка после еды. Здесь есть лишь один рецепт. Чем больше внимания уделяет руководитель этому процессу, тем быстрее ребята осваивают навыки. Ребята должны не просто понять, но твердо усвоить, что признаком окончания дежурства является полный порядок на кухне.

Большой эффект имеет организация демонстрационного дежурства. После нескольких дней практики организуется команда, состоящая только из старших, опытных участников, которые показывают младшим, как надо дежурить.