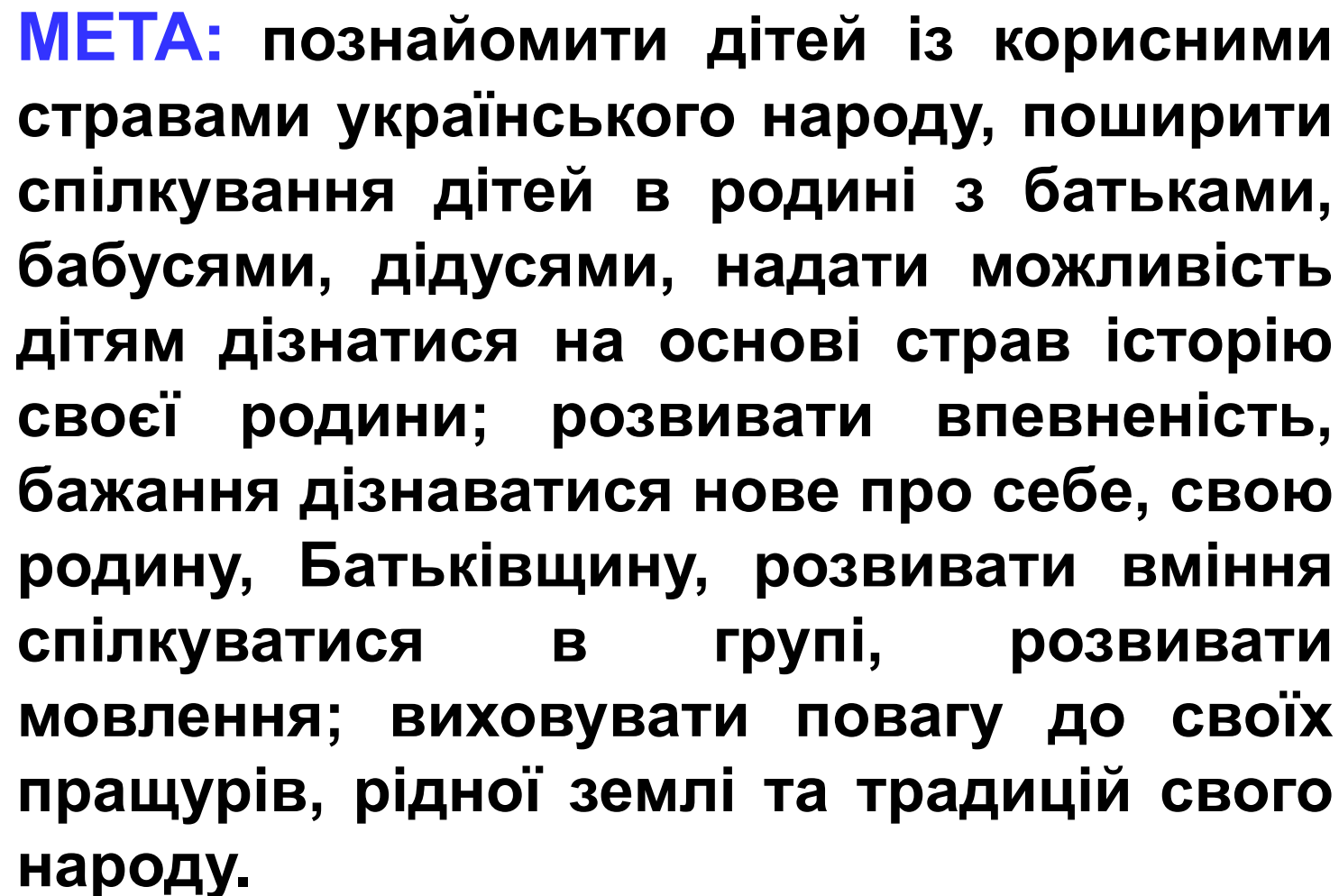


Традиційні українські страви.
**Міні-проект “Улюблені страви моєї
родини”**





МЕТА: познайомити дітей із корисними стравами українського народу, поширити спілкування дітей в родині з батьками, бабусями, дідусями, надати можливість дітям дізнатися на основі страв історію своєї родини; розвивати впевненість, бажання дізнаватися нове про себе, свою родину, Батьківщину, розвивати вміння спілкуватися в групі, розвивати мовлення; виховувати повагу до своїх пращурів, рідної землі та традицій свого народу.

Хліб - найбільш значущий атрибут слов'янського харчування. «Хліб - усьому голова», «Хліб та вода - козацька їда», «Без хліба суха бесіда» - таку українську народну мудрість чуємо від своїх бабусь та дідусів. З хлібом їли й рідкі страви, й картоплю, й навіть кашу. Хлібом-сіллю зустрічають гостей. Хліб обов'язково дають в дорогу.



Хліб - найбільш значущий атрибут слов'янського харчування. «Хліб - усьому голова», «Хліб та вода - козацька їда», «Без хліба суха бесіда» - таку українську народну мудрість чуємо від своїх бабусь та дідусів. З хлібом їли й рідкі страви, й картоплю, й навіть кашу. Хлібом-сіллю зустрічають гостей. Хліб обов'язково дають в дорогу.



Балабушки (балабухи) - невеличкі булочки круглої форми з кислого тіста. Пекли їх у святкові дні та в неділю . У деяких районах (Полтавщини) балабушки не пекли, а варили.



Борщ - найпопулярніша страва. На Україні існувало три різновиди борщу. Головний - червоний, найулюбленіший, готували з капустою, буряком, морквою, петрушкою (пастернаком), пізніше - з картоплею. У святкові чи недільні дні борщ варили із свининою чи птицею, в будень - засмажували салом із часником. Для смаку додавали сироватку, а в особливо урочисті дні забілювали сметаною.



Вареники - страва з вареного тіста з начинкою. За начинку використовували сир, смажену капусту, варену товчену картоплю, мак, калину, вишні та інші ягоди, яблука, варені й товчені сухофрукти (сушину), варену квасолю, горохове пюре, пшоняну чи гречану кашу й навіть борошно.



Галушки готували майже щодня, здебільшого на вечерю. Їх готують з борошна, яєць та варять. Широко популярні й сьогодні, галушки поряд із борщем є певною мірою символом української національної кухні.



Гарбузову кашу робили з пшона та гарбузів, які вирощували у кожному господарстві. Печений або варений гарбуз споживали круглий рік.

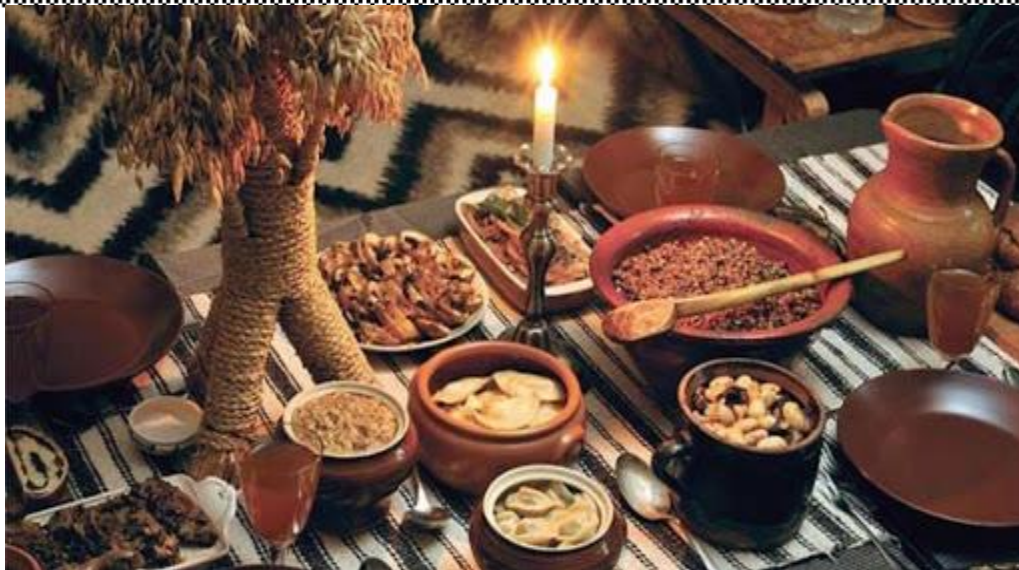


Куліш - страва, роблена з пшоняних крупів. Куліш було легко готувати не тільки в домашніх умовах, тому він мав ще одну назву - польова каша. Її готували козаки у походах.



Вергуни - просте печиво, які виготовляли із прісного тіста на яйці й сироватці або маслянці.





Поділися найкращими рецептами своєї родини з однокласниками.

Рецепт і малюнок улюбленої української страви виконай на аркуші А4.

Фотозвіт роботи надсилай на Вайбер або Нитан.