

СОДЕРЖАНИЕ

Предисловие	9
Глава I. Вкусы, привычки и технологии	16
С чего начинается русская кухня	16
Ества, брашно и застолье	26
Технологии русской кухни	36
Система вкусов	49
Застольная культура	55
Пир и торжественные застолья	56
Запреты и злоупотребления	57
Демонстрация богатства	61
Канон достойной трапезы	63
Глава II. «И бяху лояще зверь» (роль мяса в средневековом рационе)	66
Охота	67
Говядина	85
Свинина	93
Конина	98
Баранина	104
Глава III. «Утя верченое, да куря в ухе» (домашняя птица разнообразит вкус)	111
Курица	111
Утки, гуси	117
Глава IV. «Лодога бочешная да шевриги вислые» (рыбный день и рыбный год)	122
Хронология рыбной кухни	124
Осетровые	128
Балтийский осетр	138
Лососевые	139
Белая рыба	150
Икра	166
Вязига	173

Глава V. «Молоко тверское да варенцы» (молочные продукты — между постом и праздником) . . .	176
Молочные продукты	176
Молоко	178
Кисломолочные продукты	181
Сыр или творог	192
Сырники	197
Коровье масло	199
Глава VI. «Хлебец ситный да калач» (зерновые — основа питания)	214
Рожь	216
Пшеница	224
Ячмень	231
Просо и пшено	235
Хлебопечение	239
Овес	251
Гречиха	257
Рис	263
Глава VII. Гороховый сыр и кутья из чечевицы (бобовые в русской кулинарии)	268
Горох	268
Чечевица	274
Бобы, нут, фасоль	277
Глава VIII. Квашенинное сало и маковая избоина (сало, жир и масло на службе поваров)	280
Животный жир	280
Постные, или растительные, масла	290
Глава IX. Груши в патоке и арбузный мед (садовые фрукты и ягоды)	301
Плодовые и ягодные культуры	301
Варенье	303
Мед	305
Пастила (леваши)	305

Яблоки	308
Груши	312
Вишня, черешня	314
Слива	317
Виноград	321
Инжир	327
Бахчевые культуры	329
Арбуз	329
Дыня	334
Тыква	337
Глава X. «Квасят ее в кочнях с анисом» (овощи, придавшие вкус русской кухне)	339
Капуста	339
Щи	344
Взвары (звары)	346
Солянка	346
Разновидности капусты	348
Кудрявая капуста (кейл)	349
Огурцы	351
Соление огурцов	355
Блюда из огурцов	356
Репа	359
Морковь	363
Лук и чеснок	366
Свекла	372
Редька	381
Хрен	384
Глава XI. Кулага и ставец сморчков (дары леса как приятное дополнение)	389
Ягоды	389
Малина	390
Земляника	392
Брусника	394
Смородина	396

Клюква	397
Крыжовник	399
Калина	400
Костяника	402
Морошка	402
Можжевельник	403
Грибы	405
Орехи	415
Глава XII. Квас медвяный и пиво мартовское (что пили до водки)	422
Квас	423
Технология приготовления кваса	427
Кислые щи	430
Кулинарное использование кваса	431
Пиво	435
Меды и напитки на их основе	444
Технология приготовления питейного меда	447
Сбитень	452
Морсы и водицы	454
Виноградное вино	457
Дистилляты	465
Заключение	470
Список иллюстраций	474
Примечания	478