

І.М. Калугіна
Л.М. Тележенко
С.О. Поплавська

ЕТНІЧНІ КУХНІ

Навчальний посібник

**І.М. Калугіна
Л.М. Тележенко
С.О. Поплавська**

ЕТНІЧНІ КУХНІ

Навчальний посібник

Одеса
«Освіта України»
2022

УДК 641.55:641.568(4/9)
ББК Л 997
К 17

*Затверджено Вченою радою
Одеської національної академії харчових технологій
як навчальний посібник для студентів вищих навчальних
закладів Протокол №16 від 7 липня 2021 року.*

Рецензенти:

Т.А. Снячук, доктор технічних наук, професор кафедри готельно-ресторанної справи Національного університету харчових технологій.

В.О. Ткач, декан факультету Інноваційних технологій харчування і ресторанно-готельного бізнесу, доктор економічних наук, професор кафедри готельно-ресторанного бізнесу Одеської національної академії харчових технологій.

В.І. Подорога, провідний фахівець у галузі ресторанного господарства, Директор Одеської філії ТОВ «ХЕЛСФУД» – мережа ресторанів «Пузата Хата».

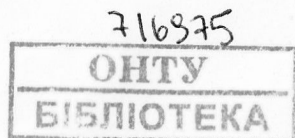
К 17 Етнічні кухні. Навчальний посібник. – Одеса: Освіта України, 2022. – 308 с.

У навчальному посібнику висвітлені особливості етнічних кухонь ряду країн світу. Розглянуті традиційні та сучасні технології приготування етнічних страв. Наведені рецептури найбільш характерних страв та напоїв етнічних кухонь світу. Дано рекомендації щодо вибору сировини і технологічних режимів приготування етнічних страв, розробки меню, підбору обладнання, організації виробництва й обслуговування гостей для закладів ресторанного господарства, які спеціалізуються на етнічній кухні. Розкриті особливості й приведені міжнародні норми в організації харчування іноземних туристів у ресторанних закладах.

Навчальний посібник призначений для студентів закладів вищої освіти, що навчаються за СВО «бакалавр» зі спеціальності 181 «Харчові технології» освітньої програми «Технології ресторанного бізнесу» для вивчення дисципліни «Етнічні кухні», коледжів і фахівців з ресторанного бізнесу. Може бути корисним при домашньому приготуванні їжі.

ISBN 978-617-7111-94-7

© Калугіна І.М., Тележенко Л.М.,
Поплавська С.О. 2022
© Освіта України, 2022



Зміст

Вступ	6
Розділ 1. Кухня країн Європи	9
1.1. Українська кухня.....	9
1.1.1. Технологія української кухні	9
1.1.2. Особливості регіональної української кухні	11
1.2. Французька кухня	36
1.3. Італійська кухня	46
1.4. Іспанська кухня.....	53
1.5. Грецька кухня.....	62
1.6. Технологія англійської, шотландської і ірландської кухні.....	69
1.6.1. Англійська кухня	69
1.6.2. Шотландська кухня	70
1.6.3. Ірландська кухня	71
1.7. Технологія німецької, австрійської і швейцарської кухні.....	78
1.7.1. Німецька кухня	78
1.7.2. Кухня Австрії (Віденська кухня)	80
1.7.3. Швейцарська кухня.....	82
1.8. Технологія скандинавської кухні (національні кухні Данії, Ісландії, Швеції і Норвегії).....	89
1.9. Технологія прибалтійської кухні (національні кухні Латвії, Литви та Естонії).....	98
1.9.1. Латвійська кухня.....	98
1.9.2. Литовська кухня.....	99
1.9.3. Естонська кухня	100
1.10. Бельгійська і голландська кухня.....	101
1.11. Польська кухня	109
1.12. Болгарська кухня.....	118
1.13. Угорська кухня	123
1.14. Румунська кухня.....	130
1.15. Чеська кухня.....	135
1.16. Молдавська кухня.....	141
1.17. Технологія кухні народів Кавказу (національна кухня Грузії, Вірменії, Азербайджану).....	143
1.17.1. Грузинська кухня	144
1.17.2. Вірменська кухня	151
1.17.3. Азербайджанська кухня	154
Питання до самоконтролю.....	159

Розділ 2. Кухня країн Близького Сходу, Африки та Азії.....	161
2.1. Технологія кухні країн Близького Сходу (Ірак, Туреччина, Ліван, Сирія, Йорданія, Саудівська Аравія, Ємен, Іран, Афганістан)	161
2.2. Єврейська кухня.....	171
2.3. Технологія арабської і африканської кухні (Алжир, Марокко, Туніс, Єгипет, Ефіопія, Камерун, Конго, Судан, Нігерія, Гана, Сенегал, Уганда, Сомалі, Мозамбік, Ангола, Мадагаскар)	179
2.3.1. Єгипетська кухня	181
2.3.2. Марокканська кухня	185
2.4. Технологія кухні країн Південно-Східної Азії (Індонезія, В'єтнам, Бірма, Таїланд, Філіппіни, Нова Гвінея).....	186
2.4.1. В'єтнамська кухня	188
2.4.2. Кухня Індонезії	189
2.4.3. Тайська кухня.....	194
2.5. Індійська кухня	200
2.6. Китайська кухня.....	209
2.7. Корейська кухня.....	216
2.8. Монгольська кухня	221
2.9. Японська кухня	222
Питання до самоконтролю.....	230
 Розділ 3. Кухня країн Північної та Південної Америки, Австралії і Нової Зеландії	231
3.1. Технологія кухні США.....	231
3.2. Технологія кухні Канади.....	241
3.3. Мексиканська кухня	242
3.4. Технологія південноамериканської кухні (Аргентина, Бразилія, Венесуела, Колумбія, Парагвай, Перу, Уругвай, Чилі, Еквадор).....	254
3.4.1. Аргентинська кухня	256
3.4.2. Бразильська кухня	263
3.4.3. Колумбійська кухня	271
3.5. Технологія кубинської кухні	276
3.6. Технологія новозеландської кухні.....	277
3.7. Австралійська кухня.....	278
Питання до самоконтролю.....	288

Розділ 4. Організація харчування іноземних туристів	290
4.1. Організація харчування іноземних туристів в ресторанах при готелях	290
4.2. Міжнародні норми в організації харчування іноземних туристів	294
4.3. Моніторинг етнічної кухні.....	295
Питання до самоконтролю.....	300
 Список використаної та рекомендованої літератури.....	301

ВСТУП

Розвиток гастрономічної культури, туристичної індустрії, зростання чисельності ресторанів, які спеціалізуються на приготуванні страв етнічних кухонь світу, викликає необхідність підготовки висококваліфікованих фахівців-технологів ресторанного бізнесу.

Задоволення зростаючого попиту сучасного суспільства на підготовку фахівців міжнародного рівня, які володіють концептуальними знаннями і базовими уявленнями щодо особливостей і традицій етнічних кухонь світу, мають досконалі знання з технології приготування етнічних страв, організації закладів ресторанного господарства етнічного напрямку і набули практичних навичок з приготування їжі, які здатні враховувати світові тенденції у кулінарії під час розробки меню та організації обслуговування гостей можливо завдяки формуванню у навчальному процесі здобувачів вищої освіти освітніх траєкторій, спрямованих на набуття професійних компетентностей, необхідних для їхньої успішної діяльності в ресторанній галузі. В цьому контексті пріоритетного значення набуває вивчення майбутніми фахівцями технологіями курсу «Етнічні кухні».

Метою дисципліни «Етнічні кухні» є ознайомлення студентів, які навчаються за СВО «бакалавр» зі спеціальності 181 «Харчові технології» освітньої програми «Технології ресторанного бізнесу» з кулінарними традиціями народів світу, вивчення різних способів, технологій приготування страв етнічних кухонь для здобуття фахівцями технологіями міжнародної кваліфікації.

В результаті вивчення даного курсу студент повинен знати: традиційні та сучасні технології приготування страв етнічних кухонь; особливості кухонь світу; структуру харчування народів світу; особливості використання сировини та харчових продуктів у країнах світу.

вміти: використовувати отримані знання на виробництві; готувати різноманітні страви етнічних кухонь; організовувати процес обслуговування відвідувачів у етнічних ресторанах; розробляти меню національних кухонь; складати меню для груп туристів різних національностей з урахуванням їх смаків, режимів харчування та видів теплового оброблення продуктів харчування; організовувати та впроваджувати прогресивні технології виробництва страв етнічних кухонь світу; раціонально підбирати технологічні схеми виробництва окремих страв етнічних кухонь; володіти сучасними технологіями обслуговування і організації харчування іноземних туристів.

Предмет курсу «Етнічні кухні» – вивчення технологій приготування страв, кулінарних виробів і напоїв етнічних кухонь світу, з врахуванням традицій і національних особливостей народів світу.

У даному підручнику дається характеристика етнічних кухонь ряду країн світу, приводяться традиційні та сучасні технології приготування й рецептури найбільш характерних страв етнічних кухонь різних країн, дано рекомендації щодо вибору сировини і технологічних режимів приготування етнічних страв, розробки меню, підбору обладнання, організації виробництва й обслуговування гостей для закладів ресторанного господарства, які спеціалізуються на етнічній кухні, розкриті особливості й приведені міжнародні норми в організації харчування іноземних туристів у рестораних закладах.

Тенденції ресторанного бізнесу – це, звичайно ж, і тенденції розвитку етнічних кухонь. Адже, харчування народу, його кухня – найважливіша частина людського побуту і національної культури. Мистецтво приготування їжі це найдавніша область людської діяльності, яка заслуговує особливого ставлення. Це викликає необхідність у методологічному підході до вивчення світових традицій, культур харчування, гастрономічних звичок, пристрастей, характерних особливостей й технологій етнічної кухні народів світу. Тому сьогодні кулінарія є об'єктом вивчення не лише для технологів, але й соціологів, етнографів, антропологів, товароведів, медиків-геронтологів, дієтологів і ін.

Переваги за типом кухні дуже неоднозначні в різних регіонах світу. За свою історію людство не раз змінювало харчову стратегію – склад їжі і спосіб її обробки. У кожного народу свої, історично сформовані протягом століть, або навіть тисячоліть, особливості харчування, гастрономічні звички, пристрасті і антипатії, способи приготування і прийоми подачі їжі, смакові традиції і, звичайно ж, склад харчування. У появі, збереженні і укоріненні кулінарних традицій етнічних кухонь кожного народу свою роль зіграли різні чинники: природні (географічне положення, клімат), історичні, економічні, соціальні, релігійні, системи культових заборон, стародавні звичаї, що регламентували спосіб життя, традиції побуту, тощо. Вихідний набір продуктів, що становить основу етнічних кухонь, визначається матеріальним виробництвом країни (землеробство, тваринництво, всіякі промисли), своєрідністю в способах переробки сировини, прихильністю до деяких продуктів (наприклад, переважне споживання м'яса, часто певного виду, або риби й морепродуктів). Для кожної

етнічної кухні характерні способи, прийоми і поєднання кулінарної обробки продуктів, використання спецій, приправ і соусів. Наприклад, мешканці південних країн люблять гостру їжу, півночі – помірно вживають спеції і приправи. На цій основі кожен народ здобув специфічні особливості приготування національних страв, які відобразилися в неповторному смаку.

Щоб добитися успіху в конкурентній боротьбі, що загострюється, на ринку ресторанних послуг, власники ресторанів шукають усе більш специфічні ненасичені сегменти ринку, підбудовуючи під їхні потреби свої підприємства. Моніторинг ринку ресторанних послуг свідчить про те, що таким перспективним сегментом сьогодні є саме спеціалізовані на етнічній кухні заклади ресторанного господарства.

Впродовж останнього десятиріччя в Україні, як і в усьому світі досить швидкими темпами розвивається гастрономічний туризм. Все частіше туристи подорожують з метою знайомства з кухнею тієї чи іншої країни, отримання унікальних вражень від місцевої кулінарії, вивчення технологій приготування характерних етнічних страв та напоїв. В контексті цього нового тренду, їжа розглядається як відображення культури країни і її народу і, відповідно, як додатковий засіб залучення уваги до туристської дестинації.

В той же час, бурхливий розвиток туризму, на тлі появи нових трендів та його форм, викликав необхідність поглибленого вивчення кулінарних уподобань іноземних туристів, а також особливостей й міжнародні норм в організації харчування у ресторанних закладах, в точу числі при готелях. Специфікою готельних ресторанів є те, що вони повинні обслуговувати іноземців, які зупинилися в готелі. Для цього ресторан при готелі повинен мати як стандартний набір страв європейської кухні, так і асортимент етнічних місцевих традиційних страв. Звичайно, туристам цікаво познайомитися з кулінарією України, з іншого боку, ритуал гостинності передбачає уміння господарів нагодувати гостя тим, що він зазвичай їсть удома. Запропонувати гостю знайому страву – знак високої пошани і, до речі, визначає рівень культури й клас ресторанного закладу. Обслуговування іноземних гостей і туристів у ресторанах, кафе й барах має свої особливості, пов'язані, в тому числі, й з етнокультурними традиціями харчування. У цих умовах знання специфіки етнічних кухонь світу та особливостей технології приготування етнічних страв дає можливість більш якісно і ефективно організовувати ресторанний бізнес.