



# *Славная русская семейная трапеза*

**Аннотированное библиографическое пособие**





**Управление культуры администрации  
Губкинского городского округа  
Муниципальное бюджетное учреждение культуры  
«Централизованная библиотечная система №1»  
Сектор информационно-библиографической работы**

**Славная русская семейная трапеза**  
*Аннотированное библиографическое пособие*

**Губкин,  
2018**

**ББК 91.9: 36.997**

**С 47**

**Ответственный за выпуск:** Т. И. Извекова, директор МБУК «Централизованная библиотечная система №1» Губкинского городского округа

**Компьютерный дизайн:** С.А. Русакова, редактор отдела технического обеспечения МБУК «ЦБС №1»

**Составитель:** И.А. Дубровина, заведующая сектором информационно-библиографической работы МБУК «ЦБС №1»

**С 47**

**Славная русская семейная трапеза : аннотированное библиографическое пособие** / МБУК «ЦБС №1», Сектор информ.-библиогр. работы ; [сост. И. А. Дубровина ; комп. дизайн С.А. Русакова ; отв. за вып. Т. И. Извекова ] . – Губкин : ЦГБ, 2018. – 24 с.

**ББК 91.9:36.997**



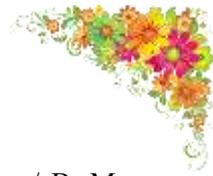
## От составителя

Истоки русского кулинарного искусства уходят своими корнями в глубь веков, и русская кухня в том виде, в каком мы сегодня знаем ее, прошла огромный путь в своем развитии. Кухня русского народа – живое воплощение его истории, культуры, традиций и обычаев, неотъемлемая часть материальной культуры, плод коллективного многовекового опыта. Традиции, связанные с едой, приемы кулинарной обработки, рецептуры блюд и их ассортимент формировались под влиянием природных, исторических и социально-экономических условий. В них нашли отражение религиозные воззрения, уровень развития техники и особенности хозяйственного уклада. Долгое время приготовление пищи было делом сугубо семейным.

Наши предки вписали в мировую кулинарную книгу сотни рецептов исконно русских кушаний, оставили нам в наследство замечательные традиции стола, в основе которых лежит бережное отношение к продуктам питания.

Вашему вниманию предлагается аннотированный список литературы из фонда ЦБС города Губкина с рецептами русской кухни и традициями застолья. Представлены блюда самобытной кухни и православного праздничного стола, а так же рецепты современной кулинарии для мультиварки.

Источники снабжены аннотациями и расположены в алфавите авторов и заглавий. Список предназначен для широкого круга читателей.



## Традиции русского застолья

**Ковалев В. М. Русская кухня: традиции и обычаи** / В. М. Ковалев, Н. П. Могильный. – Москва : Сов. Россия, 1990. – 254, [1] с. : ил.

*В каком ресторане сегодня угостят вас гречневыми блинами, курником или ушным? А ведь все это исконные русские блюда, весьма ценившиеся современниками и Александра Невского и Петра I. и А.С. Пушкина. К сожалению, вместо этих и других блюд из копилки русской кулинарии, места на нашем столе заняли блюда-чужестранцы. Задача книги напомнить о веками складывавшихся в России традициях национальной кухни удивительно разумной, полезной и, безусловно, отвечающей современным научным взглядам на рациональное питание.*

**Лаврентьева Л. С. Календарь русской традиционной еды на каждый день и для каждой семьи** / Людмила Лаврентьева. – Санкт – Петербург : Азбука, 2013. – 394, [2] с. : ил., табл., факс. – (Русские традиции) – Библиогр.: с. 387 – 389.

*На сегодняшний день эта книга не имеет аналогов. Она повествует о еде и о том, какое место та занимает в жизни русского человека. Выпущено немало изданий о национальной кухне, в которых чаще всего лишь представлены различные рецепты традиционных блюд. Автор данной книги, этнограф Л. С. Лаврентьева, освещает тему значительно шире. Она рассказывает о том, что ели в народной среде в XIX - начале XX века, что значили посты в жизни россиян, какая пища готовилась в межгovenия и в праздничные дни (в Святки, на Масленице, в Пасху, на Троицкой неделе и т. д.). Большой раздел занимают «Страницы народного календаря», где каждый день представлен со своей едой, со своими обрядами, обычаями и со своими кулинарными советами. В книге приводится более 100 рецептов старинной и современной национальной кухни. Они просты в приготовлении и недороги по затратам. Издание иллюстрировано и адресовано всем, кто читает народные традиции.*



**Праздники российского года. Традиции, обычаи, гадания, кулинарные рецепты** / Сост. Мальцева Т. И. – Ростов – на – Дону : Изд – во Рост. ун – та, 1991. – 26 с.

*Цель издания: рассказать о значительной части русской православной культуры — праздниках российского года.*

**Старинный быт. Строительство и убранство дома, костюм, травник, русский стол, музыка** / сост. М. Забылин. – Москва : Белый город. Русский народ Кн. 3, 2005. – 223 с. : ил.

*Где спрятаны легендарные клады; как наши предки оберегали себя от дурного глаза; что значит выражение «по Сеньке шапка»; почему мужская одежда застегивается на правую сторону; как по хлебной корке определить, где можно ставить новую избу; что такое набат; что есть и как подать на стол трапезу? Все ответы вы найдете в этой книге.*

## **Азбука питания и этикета за столом**

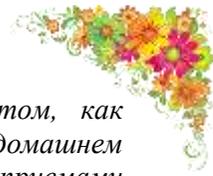
**Азбука здоровья. О рационе питания человека** / К. С. Петровский. – Москва : Знание, 1982. – 112 с. : ил.

*Книга посвящена важнейшей проблеме - сохранению здоровья и работоспособности человека в современных условиях. Какую роль в решении этой задачи играет питание? На этот и многие другие вопросы убедительно и популярно, иллюстрируя книгу примерами из клинической практики, отвечает автор - доктор медицинских наук.*

**Дунцова К. Г. Этикет за столом** / К. Г. Дунцова, Г. П. Станкович. – Москва : Экономика, 1990. – 76,[2]с.

*Как правильно сервировать стол, пользоваться ножом и вилкой, красиво есть и пить - на эти и многие другие вопросы, связанные с культурой поведения за столом, вы найдете ответы в этой книге.*

**Лысов М. М. О продуктах и культуре потребления** / Е. М. Каневский и др. . – 2 – е изд., перераб. – Москва : Экономика, 1988. – 222,[1] с. : ил.



*В популярной форме авторы рассказывают о том, как разумно и экономно обращаться с продуктами в домашнем хозяйстве. Книга знакомит с наиболее рациональными приемами приготовления пищи, в ней даются полезные советы по консервированию продуктов в домашних условиях, заготовке их впрок.*

**Михайлов В. С. Культура питания и здоровье семьи / В. С. Михайлов, Л. А. Трушкина, Н. П. Могильный; авт. Могильный, авт. Трушкина. – Москва : Профиздат, 1987. – 206 с. : ил.**

*В книге рассказывается об организации рационального питания современной семьи, составляющего основу ее физического и нравственного здоровья. Дается краткая характеристика продуктов питания, раскрываются их качества, приводятся рецепты приготовления дешевой и калорийной пищи. Рассматриваются различные режимы питания, в том числе сезонное питание. Уделяется внимание правильному питанию детей и подростков в семье.*

**Михайлов В. С. Семейная кухня / В. С. Михайлов. – Москва : Сов. спорт, 1991. – 58,[2]с. : ил.**

*В брошюре родители и дети найдут немало полезных сведений о здоровом питании. Читатель познакомится с рецептами зимних, весенних, летних и осенних блюд, которые получили одобрение и специалистов, и домашних хозяек на многочисленных дегустациях в нашей стране и за рубежом. Научить волшебству семейной кулинарии, убедить родителей в правильности и полезности предлагаемых рецептов питания, рассказать о новых рациональных способах приготовления пищи - вот задачи нашей брошюры.*

**Покровский А. А. Беседы о питании / А.А. Покровский; [Послел. Волгарева М.Н.] . – 3 – е изд. – Москва : Экономика, 1986. – 366,[1]с. : ил.**

*В книге видного советского ученого в области питания, академика Академии медицинских наук СССР А. А. Покровского рассказывается о биологических основах питания, о том, какая нужна пища, чтобы сохранить здоровье, об обмене веществ, о физиологических потребностях человека в отдельных пищевых веществах. В книге приводится классификация продуктов питания,*



*что облегчает составление правильного рациона питания, содержится много практических советов по питанию.*

**Современный этикет.** [Хорошие манеры дома, рекомендации по выбору одежды, основные правила поведения за столом]. – Москва : Эксмо, 2005. – 318, [1] с. : ил. – (Золотая библиотека хозяйки).

*Освоив премудрости современного этикета, вы всегда будете чувствовать себя в «своей тарелке». Эта книга откроет вам путь к успеху в личной и профессиональной сферах, поможет избежать ненужных стрессов и волнений. Из нее вы узнаете, как следует вести себя дома, в гостях, в церкви, в театре, в ресторане, в собственном автомобиле, в общественном транспорте, как правильно произносить слова приветствия и соболезнования, встречать гостей, безупречно одеваться на свадьбу или похороны и многое-многое другое.*

**Столмакова А. И. Популярно о питании.** [справ. пособие / А. И. Столмакова и др.]; Под ред. А. И. Столмаковой, И. О. Мартынюка. – Киев : Здоровье, 1989. – 267,[2]с. : ил.

*В справочном пособии изложены принципы рационального, профилактического и диетического питания в зависимости от характера труда и отдыха, климатических и географических условий жизни, возраста, пола, роста, массы тела, состояния здоровья. Описана потребность организма человека в белках, жирах, углеводах, витаминах, макро- и микроэлементах и др. Рассмотрено биологическое значение отдельных пищевых веществ. Даны рекомендации по предупреждению болезней, связанных с неправильным питанием, в том числе с избыточным потреблением пищи (сахарного диабета, ожирения, других заболеваний обмена веществ).*



## Рецепты русской кухни

**Антипова Л. В. Русская кухня** / Л. В. Антипова, С. В. Мостовая, Н. А. Черемухина. – Воронеж : Центр. – Чернозем.кн.изд – во, 1991. – 448 с.

*Русская кухня – уникальное явление мировой кулинарии. Внимание создателей данной книги обращено в наше прошлое, чтобы напомнить о берущих начало из глубокой древности старинных обрядовых кушаньях, которые популярны сейчас и будут пользоваться успехом завтра. Она адресована каждой семье, каждой хозяйке – и делающей первые шаги на пути к постижению кулинарного мастерства, и умудренной житейским опытом. Предлагаемая книга станет вашим неизменным спутником и поможет вкусно готовить и ладно печь для будних дней и праздников, для приема дорогих и желанных гостей.*

**Барсукова Е. Ф. Русская кухня** / Е.Ф. Барсукова. – 2-е изд., перераб. и доп. – Ленинград : Лениздат, 1989. – 169,[5] с., [24] л. ил.

*Специалист общественного питания рассказывает о том, как приготовить традиционные и новые русские блюда — закуски, супы, каши, пироги, напитки и др., приводит их рецепты. Во втором издании по сравнению с первым (1986 г.) расширен ассортимент традиционных русских блюд. В каждом разделе даны полезные советы, основанные на личных наблюдениях и многолетнем производственном и преподавательском опыте автора. Книга рассчитана на массового читателя. С цветными иллюстрациями.*

**Бруннек Н. И. Мелкие изделия из теста** / Н. И. Бруннек. – Москва : Агропромиздат, 1990. – 111, [1] с. : ил.

*Книга предлагает домашним кулинарам рецепты мелких кондитерских изделий из теста. Автор дает технологию приготовления их, делится личным опытом, предлагает полезные советы.*

**Домашние колбасы. Новые рецепты** / [авт. – сост. И. Гирченко]. – Москва : Мой Мир, 2006. – 254, [1] с. : ил.

*Деликатесы в домашних условиях! В былые времена в каждом доме готовили колбасу и вялили мясо. Современные хозяйки тоже не*



*прочь овладеть этим искусством: ведь так хочется порадовать гостей и домашних колбаской, приготовленной своими руками. Эта книга - для вас, дорогие хозяйки. В ней собраны старинные и современные способы вяления и копчения мясных изделий. Паштеты, колбасы, сосиски, сардельки - вот далеко не полный список того, что вы можете приготовить по нашей книге. В этой книге умело сочетаются опыт прошлого с высочайшими требованиями настоящего.*

**Захарова Т. И. Блюда из птицы / Т. И. Захарова. – Москва : Экономика, 1991. – 110,[1]с. : ил.**

*В книге описано более двухсот рецептов разнообразных салатов, супов, вторых блюд, соусов, которые можно приготовить из птицы. Эти кушанья позволяют разнообразить как повседневное, так и праздничное меню. Полезными для хозяек окажутся также приведенные в книге советы.*

**Ищенко Л. А. 700 рецептов блюд для семейного стола. Полезные советы домашней хозяйке и многое другое / Л. А. Ищенко, Л. В. Быковская. – Санкт – Петербург : Политехника, 1992. – 330, [6] с. – Библиогр.: с. 333 (14 назв.).**

*В книге описано большое количество интересных рецептов по приготовлению блюд для семейного стола. Даны полезные советы по обработке, подготовке, приготовлению и хранению пищевых продуктов. Приведена краткая характеристика диет для взрослого и детского питания. Рассказано о сервировке стола, подаче блюд и напитков, культуре застолья и многом другом, так необходимом каждому дому, каждой семье, особенно молодой.*

**Книга о вкусной и здоровой пище / Гл. ред. А. А. Покровский. – 8 – е изд. – Москва : Агропромиздат, 1987. – 366,[1] с., [8] л. ил. : ил. – Предм. указ.: с. 358 – 360.**

*«Книга о вкусной и здоровой пище», выпущенная впервые в 1939 г., переиздавалась затем в 1945, 1952, 1965, 1971 гг. Издательство неоднократно выпускало ее дополнительными тиражами, удовлетворяя непрекращающийся спрос на эту давно ставшую у нас в стране популярной книгу. Однако со всех концов страны продолжали поступать от читателей все новые и новые*



*письма с просьбами о переиздании «Книги о вкусной и здоровой пище». Авторы писем – домашние хозяйки (и опытные, и начинающие), молодожены, пробующие силы в искусстве приготовления пищи, кулинары (и специалисты, и любители) – не только выражают желание приобрести книгу, но и обращаются к нам с советами и предложениями по совершенствованию ее. К работе было привлечено много авторов, большую помощь оказали издательству сотрудники Института питания АМН СССР.*

**Кузьминский Р. В. Хлеб в нашем доме. Рецепты с использованием хлеба / Кузьминский Р. В. – 4 изд. – Москва : Агропромиздат, 1991. – 159 с. : ил.**

*В книге даны способы рационального использования хлеба в домашних условиях, приведены рецепты приготовления блюд и изделий из черствого хлеба. Рецептам предшествует рассказ об истории хлеба, технологии его производства, пищевой ценности, ассортименте хлебобулочных изделий, вырабатываемых в нашей стране.*

**Консервирование. Рецепты. Советы. Идеи / [отв. ред. Т. Радина] . – Москва : Эксмо, 2008. – 510, [1] с., [8] л. цв. ил. : ил. – (Полный кулинарный справочник) – Алф. указ. : с. 468 – 484.**

*Способы хранения продуктов и блюд из них, при которых вкусовые и питательные качества практически не изменяются, столетиями использовались экономными хозяйками для заготовки свежих овощей, фруктов и ягод. Полный справочник по консервированию обладает самой полной информацией по любым видам заготовок. Мы ставили своей целью создание такой универсальной книги по консервации, чтобы даже молодая хозяйка, только начавшая осваивать искусство кулинарии, смогла бы без труда приготовить любой рецепт из этой книги. Воспользовавшись этим справочником, вы в любое время года сможете порадовать любимых вкусными дарами лета.*

**Косов Е. В. Блюда из дичи / Е. В. Косов. – 2 – е изд. – Москва : Экономика, 1984. – 29 с. : ил.**

*Хотите научиться хорошо готовить блюда из дичи? Вам в помощь эта тоненькая, старая, но очень полезная книжица. В ней*



*рассказывается о том, как сохранить и приготовить мясо к приготовлению блюд, о способах готовки, в том числе - и в полевых условиях, и приведены рецепты блюд. Все рецепты простые, доступные каждому охотнику.*

**Лагутина Л. А. Закуски** / Л. А. Лагутина, С.В. Лагутина. – Ростов – на – Дону : Феникс, 2006. – 220, [1] с. – (Кулинарная школа Лагутиных).

*В сборнике представлены различные рецепты приготовления холодных и горячих закусок, которые не только разнообразят ваше повседневное питание, но и украсят любой праздничный стол.*

**Магидов Я. Блюда и кулинарные изделия из картофеля** [Текст] / Я. Магидов. – Москва : Легкая и пищевая пром-ть, 1984. – 103 с.

*В книге представлены рецепты блюд и кулинарных изделий из картофеля, которые можно приготовить в домашних условиях. Знакомство с предлагаемым ассортиментом блюд позволит разнообразить питание семьи.*

**Орлова Ж. И. Блюда из круп** / Ж. И. Орлова; [ Авт. предисл. И. Я. Конь ] . – Москва : Колос, 1992. – 334,[1] с. : ил.

*В книге широко представлены рецепты «крупяной» кулинарии, это и общеизвестные блюда из круп, и незаслуженно забытые. Автор также предлагает вниманию читателя материал о пищевой и биологической ценности круп и блюд из них, знакомит с медицинским аспектом их использования.*

**Пирог, кулебяки, караван, крендели** / Сост. Л. И. Зданович. – Москва : Вече, 2000. – 189с. – (Домашний кулинар).

*Эта книга об истинно русском кушанье, не имеющем себе подобных ни в одной из кухонь мира. Речь пойдет о пирогах. Пирог, пирожки, ватрушки, крендели, караван, кулебяки... Еще и старину искусством их приготовления владели не только профессиональные пекари, но и многие домашние хозяйки. Отсюда и пошло название «бабушкины пироги». Собранные в данной книге рецепты помогут каждому овладеть как старинными, так и современными секретами приготовления теста и изделий из него. Удачи!*



**Поскребышева Г. И. Заготовки** / Г. Поскребышева; ред. Т. В. Кулькова, А. Н. Щетинина. – Москва : Олма – Пресс Инвест, 2004. – 191 с. : цв. ил. – (Кулинарная коллекция).

*Переработка и хранение ягод, овощей и фруктов, выращенных даже на небольшом приусадебном или садовом участке в урожайные годы, становятся подчас трудноразрешимой проблемой, особенно для городского жителя. Богато иллюстрированная книга известного натуропата, члена Московской ассоциации кулинаров Галины Ивановны Поскребышевой поможет вам успешно и без особых затрат решить эту проблему.*

**Подарок молодым хозяйкам или средство к уменьшению расходов в домашнем хозяйстве** / Е. И. Молоховец. – Санкт – Петербург : Типография Н. Н. Клобукова, 1991. – 1002 с. : ил.

*Эта книга является кулинарным бестселлером XIX века. Впервые изданная в 1861 году в Курске, она выдержала более тридцати переизданий в конце XIX начале XX века и не потеряла своей актуальности и сегодня. Этот уникальный сборник рецептов русской кухни изначально издавался как пособие, помогающее молодым хозяйкам вести домашнее хозяйство. В книге содержатся рецепты вегетарианского и постного стола, образцы сервировки стола и блюд и описание разных запасов, необходимых в домашнем хозяйстве. Отличительной особенностью этой книги, по сравнению с предшествующими, является точное, а не примерное, указание количества используемых ингредиентов. Руководствуясь целью уменьшить расходы в домашнем хозяйстве, автор во всех помещенных рецептах указала точную пропорцию всех ингредиентов на 6 человек. Выпускница Смольного института для благородных девиц, Елена Молоховец стремилась помочь молодым хозяйкам при небольшом состоянии и умеренном расходе иметь постоянно вкусный, здоровый и разнообразный обед.*

**Похлебкин В. В. Приправы** / В.В. Похлебкин. – Москва : Агропромиздат, 1991. – 64, [1] с. : ил.

*Что такое пряности? Ответить на этот вопрос не так-то просто. Сплошь и рядом не только в быту, но и в кулинарии и даже в научной литературе путают пряности, специи, приправы и просто душистые вещества, используемые для ароматизации некоторых*



*пищевых продуктов. Между тем каждый из перечисленных терминов относится только к одной определенной группе веществ, наделенных совершенно отличными от других групп свойствами. Пряности — продукт исключительно растительного происхождения. Причем растения, дающие пряности, относятся более чем к 30 различным ботаническим семействам. Однако все пряности объединяет, прежде всего, та роль, которую они играют в кулинарии, и в этом их истинная ценность.*

**Православная кухня. Более 1000 рецептов на любой вкус.** [Эти рецепты доступны каждому / авт. – сост. А. Смагин]. – Москва : ЭКСМО, 2007. – 508,[1] с.,[12] л. цв. ил. – Библиогр.: с. 506 – 507 – Библиогр. в конце кн.

*Каждый православный христианский праздник отличается не только религиозными обрядами, но и блюдами, подаваемыми в эти дни. Книга предлагает большой выбор старинных и современных закусок, блюд, напитков и мучных изделий, которые можно приготовить как в праздники, так и в «постные» дни. Представлены рецепты забытых кушаний русской кухни, а также ритуальные и обрядовые блюда, отражающие многовековой кулинарный опыт православных христиан.*

**Русская кухня сегодня** / [ред. Т. Деревянко]. – Москва : АСТ – ПРЕСС КНИГА, 2007. – 128 с. : ил.

*В начале прошлого века популярность русской кухни в Европе была чрезвычайно велика, ведь такого разнообразия закусок, первых, вторых и сладких блюд не было ни у одного народа мира. За прошедшие годы в магазинах появились новые, ранее недоступные продукты, которые существенно обогатили наше представление о пище. Конечно, новые возможности нашли отражение в новых современных рецептах, которые мы и предлагаем вниманию читателей. Прекрасный вкус, полезность, скорость и простота приготовления — все эти качества вы найдете в нашей замечательной коллекции рецептов.*

**Семейная кулинария. (Тысяча и один рецепт)** / [Авт. – сост. Власов А.Г. и др.]. – Москва : Изд. центр «Изотекст» : Гос. ассоц.



предприятий, об-ний и орг. полигр. Пром-сти «АСПОЛ», 1992. – 302, [1] с.

*В книге даются рецепты приготовления в домашних условиях различных блюд. В ней также рассматриваются различные способы заготовки и хранения продуктов. Книга предназначена для домашних хозяек как опытных, так и начинающих, а также для кулинаров любителей, пробующих силы в искусстве приготовления пищи.*

## **Православный стол**

**Вкусная Масленица** / [отв. ред. А. Братушева]. – Москва : Эксмо, 2012. – 30, [2] с. : цв. ил. – (Повар и поваренок).

*Масленица - один из самых веселых и любимых русских праздников! А главное, на Масленицу всегда печется невероятное количество блинов. Пшеничные и гречневые, с начинкой и без, запеченные и жареные - видов блинов не счесть! На этот раз Повар и его помощник поваренок предлагают вам разнообразные рецепты этого удивительного блюда, которое вы сможете готовить не только на Масленицу, но и круглый год!*

**Обрядовая кулинария. В старину едали деды. Рождество Христово. Великий пост. Масленица. Новый год. Пасха** / [сост. Е. И. Высоцкая]. – Минск : Литература, 1998. – 496 с. : ил.

*Обрядовая кулинария» содержит рассказы о забытых и вновь возрожденных религиозных обрядах и традиционных обрядовых блюдах: в старину едали деды, Рождество Христово, Великий пост, масленица, Новый год, Пасха.*

**Православный пост. Великий, Петров, Успенский, Рождественский : традиции, правила, кухня** / [сост. Т. Сергеева]. – Изд. 6 – е . – Москва : Локид – Пресс, 2007. – 302, [1] с., [6] л. цв. ил. : ил.

*В последние годы, когда массовое возвращение людей к вере стало одной из примет нашего времени, бытует ошибочное мнение, что православный пост - это лишь определенные гастрономические ограничения. Но еще святитель Иоанн Златоуст предостерегал верующих: «Ошибается тот, кто считает, что пост лишь в*



*воздержании от пищи. Истинный пост есть удаление от зла...». Поэтому эта книга призвана восполнить пробелы в православном воспитании. Она рассказывает о многодневных и однодневных постах, принятых Уставом Православной Церкви, знакомит с историей, традициями и правилами соблюдения постов, которые, прежде всего, имеют нравственный аспект, и, конечно, представляет постную кухню со множеством разнообразных рецептов - от салатов и супов до сладостей и напитков.*

**Праздничные блюда к Масленице и Пасхе** / отв. ред. Е. Левашева. – Москва : Эксмо, 2014. – 143 с. : цв. ил. – (Подарочные издания. Кулинария).

*Чем весело, ярко и шумно проводить холодную зиму и встретить долгожданную весну? Конечно, блинами, такими же круглыми и желтыми, как само солнце! А также оладьями, пирогами, ватрушками. Масленица - радостный, разгульный, поистине весенний праздник с народными гуляньями, катаниями, песнями, яркими костюмами и богатым столом. В последнюю неделю перед Великим постом надо угощаться и угощать всех и веселиться вволю. А после поста придет Пасха – главный светлый праздник для всех христиан. Время любви, добра, примирения и радости. Попробуйте разные рецепты куличей и пасхи, предложенные в нашей книге, а также праздничные закуски и горячие блюда. И пусть эти чудесные дни надолго останутся в памяти!*

**Пасхальные рецепты. Экспериментируем с удовольствием** / [отв. ред. А. Сидорова]. – Москва : Э, 2016. – 63 с. : цв. ил. – (Кулинарные эксперименты).

*Пасха – светлый весенний праздник, который отмечается в теплом кругу семьи за большим праздничным столом. Куличи, пасхи, крашеные яйца – традиционные угощения в каждом доме. Но каждая хозяйка готовит их по-разному. В нашей книге вы найдете традиционные и оригинальные рецепты праздничных блюд: пасхальной выпечки, украшение пасхальных яиц, праздничных закусок и не только! Выбирайте рецепт, готовьте с удовольствием и встречайте светлый праздник Пасхи вместе с самыми близкими!*



**Пасхальная кухня. Домашние технологии, точные пропорции, секреты приготовления, лучшие рецепты, проверенные временем / авт. – сост. И.А. Михайлова. – Москва : ЭКСМО, 2010. – 319 с., [4] л. цв. ил. : ил. – (Лакомка).**

*Пасха - праздник Светлого Воскресения Христова - центральное событие в духовной жизни христиан всего мира, отмечаемое с огромным благоговением, торжеством и радостью. Празднование свершившегося чуда имеет свои устоявшиеся обычаи и традиции, символы и атрибутику. Пасхальная неделя - самое «вкусное» время года, потому что на праздничном пасхальном столе после поста полное изобилие - домашняя выпечка всех сортов, мясо и птица, разнообразные сладости. Начинается праздник с пасхального завтрака - апофеоза куличей, крашеных яиц и пасок - приношений, освященных в храмах накануне. Надеемся, читателю окажутся полезными рецепты блюд, которые помогут произвести пасхальный стол в объект кулинарного искусства, сделать его обильным, вкусным и красивым.*

**Пасха и пост. традиции, обряды, лучшие рецепты / [сост.: А. Костин, И. Голованенко]. – Москва : АСТ – Пресс Книга, 2005. – 303 с. – (1000 советов).**

*Возвращение людей к православной вере стало одной из примет нашего времени. Однако до сих пор бытует ошибочное мнение, что православный пост - это лишь определенные гастрономические ограничения. Святитель Иоанн Златоуст предостерегал верующих: «Ошибается тот, кто считает, что пост лишь в воздержании от пищи. Истинный пост есть удаление от зла». Эта книга поможет восполнить пробелы в образовании православного человека. Она расскажет о многодневных и однодневных постах, которые, прежде всего, имеют нравственный аспект, и познакомит с их историей и традициями. И, конечно же, раскроет секреты православной трапезы - множество разнообразных рецептов: от «золотых» из старинной русской кухни до самых современных, разработанных мастерами отечественной и европейской кулинарии.*



**Пасхальное меню: праздничное, щедрое, особенное** / [отв. ред. А. Братушева] . – Москва : ЭКСМО, 2010. – 30, [2] с. : цв. ил. – (Повар и поваренок).

*Пасха - один из самых светлых и любимых наших праздников, а также великолепный повод собрать всех родных и близких за праздничным столом, накормить вкусно и сытно. В книге собраны рецепты как пасхальных блюд, так и других, которые будут прекрасно смотреться на праздничном столе: это и пасхальный пирог, и кулебяка с рыбой, и куриная грудка с белыми грибами.*

**Разумова Е. М. Пасха** / Разумова Е. М.; Шепелев Г. В.; Стрельникова С.Г. – Москва : Ин-т технол. исслед., 1992. – 109 с.

*Популярно написанная книга об истории и традициях православной Пасхи. В ней рассказано об истории происхождения праздника, особенностях его празднования в России, включая подробное описание традиций Великого поста. Приводятся основные молитвы, читаемые в те или иные дни служб, связанных с праздником. Содержит множество выдержек из русской классики (Пушкин, Набоков, Пастернак и др.). Вторая часть книги содержит рецепты пасхальных блюд, традиционно употреблявшихся к празднику. В приложении дан словарь терминов и краткие исторические справки.*

**Рецепты на бис. К Пасхе. Специальный выпуск журнала «Рецепты на бис»** / [сост. В. В. Шабанова]. – Нижний Новгород : Слог, 2013. – 191 с.

*Пасха - это всегда красный день календаря. Воскресенье потому так и называется, что в этот день воскрес Христос.*

*Праздник испокон веку отмечался в православной Руси крашеными яйцами, особым хлебом - куличом и творожным блюдом под названием пасха. Именно рецепты творожной (сметанной, сливочной) пасхи собраны в этом сборнике. Пасху делают с орехами, цукатами, изюмом, шоколадом, ванилью и другими ароматическими добавками. Праздничные куличи - особая выпечка. Они требуют соблюдения правил как при приготовлении теста, так и при выпечке.*

*Этот сборник содержит не только разнообразные рецепты куличей, но и советы опытных хозяек по их приготовлению. Ромовые бабы, кексы, бабки, мазурки, по сути, тоже куличи, только*



*маленького размера. Их пекут не только с привычными наполнителями, но также и с шафраном, кофе, корицей, бананами, тыквой и т.д. Помимо обусловленных традициями пасхи и кулича хозяйки ставят на праздничный стол все самое вкусное, что есть в доме. Поэтому в сборнике даны рецепты разнообразных салатов и закусок, мясных и рыбных блюд, а также пирогов, печенья, пирожных и тортов. А Пасхальное хлебосольство не зависит от толщины кошелек - именно это и доказывают рецепты данной книги.*

## **Кулинария детям**

**365 рецептов детской кухни** – Москва : Эксмо, 2012. – 126, [1] с. : цв. ил. – (365 вкусных рецептов)

*Правильное и здоровое питание ребенка является основой не только хорошего детства, но и будущей жизни взрослого человека. Чтобы вырасти здоровым, нужно чтобы в организме ребенка все основополагающие жизненные элементы были сбалансированы. Поэтому в детском рационе обязательны овощи и фрукты с их витаминами и минералами, мясо, птица, рыба с белками, молочные продукты с жирами и т.д. Детям нужны и углеводы, но в разумных пределах. В этой книге вы найдете все эти продукты в разнообразных блюдах: холодных и горячих, соленых и сладких, легких и сытных.*

**Зорин В. Кулинария для детей** / В. Зорин. – Москва : Махаон, 1999. – 112 с. : ил.

*В этой книге рассказывается о том, как легко и просто своими руками приготовить вкусные пироги и булочки, торты и пирожные, печенье и хворост. Раскрываются секреты приготовления забавных бутербродов и детских коктейлей.*

**Ладодо К. С. Продукты и блюда в детском питании** / К. С. Ладодо, Л. В. Дружинина. – Москва : Росагропромиздат, 1991. – 188, [2] с. : ил. – Библиогр. : с. 190 .

*В книге приведены пищевая и биологическая характеристики основных продуктов, которые позволяют создавать полноценные рационы для здоровых и больных детей и значительно облегчают организацию питания ребенка, как в домашних условиях, так и в детских коллективах. Представлен полный ассортимент продуктов*



*детского и диетического питания, выпускаемый промышленностью, состав продуктов и показания к применению. Книга предназначена для родителей, работников детских учреждений и предприятий общественного питания, кулинаров, технологов, занимающихся вопросами производства продуктов и блюд для детей.*

**Сахарова С. Ю. Домашний повар, или Калинкины записки для начинающих кулинаров / Сахарова С.Ю. – Москва : Молодая гвардия, 1991. – 207 с.**

*Эта книга прекрасный подарок начинающему кулинару. Здесь он найдет советы, как быстро приготовить завтрак и ужин, сделать обед за полчаса, а также множество рецептов пирогов, печенья. О тонкостях приготовления блюд рассказывает веселая героиня книги Калинка. В книгу включены также рецепты из знаменитых кулинарных изданий. Издание иллюстрировано и рассчитано на молодого читателя.*

## **Вегетарианская кухня**

**Боровская Э. Вегетарианская кухня** [повысит уровень энергии организма, отсрочит процесс старения, изменит образ жизни][16+] / Элга Боровская. – Москва : Эксмо, 2014. – 319 с., [4] л. цв. ил. : ил. – (Кулинария: Здоровое питание).

*Эта книга — настоящая находка для людей, которые не ставят перед собой задачу жесткого отказа от пищи животного происхождения, но при этом стараются максимально потреблять здоровые продукты питания и готовить блюда, значительная часть которых состоит из зерновых и овощных продуктов.*

**Раздельное питание** / подгот. текста Н. Макаровой. – Минск : Харвест, 1997. – 480 с. – (Домашняя кулинария).

*В подарочном издании «Раздельное питание» в доступной форме излагаются основы и тонкости сравнительно новой системы рационального питания человека, которая поможет Вам укрепить физическое и нравственное здоровье, всесторонне улучшить эффективность каждого дня своей жизни.*



**Михайлов В. С. Растения на вашем столе / В. С. Михайлов, Л. А. Трушкина. – Москва : Сов.Россия, 1989. – 134,[2]с. : ил.**

*Предки наши жили поистине в растительном царстве и не могли обходиться без его щедрых даров: овощей, плодов, ягод, грибов, листьев различных дикорастущих растений. Сегодня мы, особенно горожане, утратив этот ценный опыт, относимся ко многим растениям без должного почтения. Авторы ставят своей целью восполнить столь досадный пробел в нашем воспитании: они напоминают о содержании в растениях веществ, необходимых для организма, дают рекомендации по правильной пищевой обработке растений, предлагают рациональные методы их домашних заготовок.*

**Постный стол / отв. ред. А. Братушева. – Москва : Эксмо, 2015. – 112 с. : ил. – (Вкусные сезоны).**

*Постный стол. Подробные пошаговые инструкции, гарантированный успех каждого блюда, готовим как шеф-повар.*

**Тодоров Т. Плоды солнца на нашей трапезе / Тодор Тодоров, Минь Едрев, Маргарита Цолова; пер. с болг. Евгении Димитровой. – София : Земиздат, 1988. – 156 с.**

*В книге предлагается много самых разнообразных блюд из плодов солнца - овощей и фруктов - в сыром виде, которые нетрудно приготовить в обычных домашних условиях. В рецептах соблюдены принципы современной технологии сохранения в сырых продуктах витаминов и минеральных веществ до возможного минимума.*

**Соловых З. Х. Капустные овощи и блюда из них / З. Х. Соловых. – Москва : Агропромиздат, 1990. – 158,[1] с. : ил.**

*В книге дана характеристика различных видов капусты, показана их пищевая ценность. Приведены рецепты домашнего приготовления холодных и горячих блюд из белокочанной, цветной, брюссельской, савойской, краснокочанной капусты, кольраби и брокколи. Предложены способы консервирования капустных овощей.*

**Усов В. В. Рыба на вашем столе / В. В. Усов. – Москва : Лег. и пищ. пром-сть, 1981. – 368 с. : ил.**



*В книге представлены разнообразные рецепты приготовления блюд и изделий из рыбы и нерыбных продуктов моря. Автор знакомит читателя с историей рыбной кухни, с ее традициями, с характеристикой различных рыб, всевозможными приемами обработки, приготовления и использования их. В книге приводятся многочисленные полезные советы по организации рыбного стола в домашних условиях. Наряду с рецептами современной рыбной кулинарии читатель найдет и старинные, незаслуженно забытые рецепты русской кухни.*

## **Рецепты для мультиварки**

**365 рецептов. Чудо – мультиварка** / [авт. – сост. С. Иванова]. – Москва : Эксмо, 2014. – 126, [1] с. : цв. ил. – (365 вкусных рецептов).

*В этой книге вы найдете рецепты супов, мясных, рыбных, овощных, вторые блюда из тех же продуктов и, конечно, множество крупяных изделий, для которых мультиварка то же, что и русская печь.*

**Готовим варенье и джемы в мультиварке** : [16+] / [сост. Н. Савинова]. – Москва : Эксмо, 2014. – 44, [3] с. : цв. ил. – (Кулинария. Готовим в мультиварке).

*В мультиварке можно приготовить не только вкусный обед или ужин, но и заготовить на зиму домашние консервы. В нашей книге вы найдете рецепты варенья и джемов, которые можно приготовить без хлопот в мультиварке!*

**Готовим каши и пасту в мультиварке** – Москва : Эксмо, 2014. – 48 с. – (Кулинария. Готовим в мультиварке).

*Мультиварка - незаменимый помощник на кухне современной хозяйки. Одно из главных блюд, с которым чудо-кастрюлька справляется лучше всего - это каши. В нашей книге вы найдете рецепты самых вкусных каш, а также гарниров и пасты. Готовьте с удовольствием!*

**Готовим запеканки в мультиварке** – Москва : Эксмо, 2014. – 46, [2] с. – (Кулинария. Готовим в мультиварке).



*В мультиварке можно не только приготовить восхитительный суп, но и отличную запеканку. В этой книге вы найдете рецепты самых вкусных запеканок, которые можно приготовить в мультиварке. С мясом, рыбой, творогом или фруктами - выбирайте на свой вкус!*

**Мясо в мультиварке** / [сост. О. Ивенская]. – Москва : Эксмо, 2014. – 46, [1] с. : цв. ил. – (Готовим в мультиварке).

*Самый популярный кухонный гаджет - мультиварка продолжает завоевывать позиции. В этой чудо-кастрюлке все получается потрясающе вкусно, особенно мясо. В нашей книге мы собрали рецепты мясных блюд, приготовленных в мультиварке, - от нежнейшей крольчатины до brutальной баранины. С любым блюдом справится даже новичок, а результат превзойдет все ожидания.*

**Рецепты праздничного стола для мультиварки** / [авт. – сост. Л. Третьякова]. – Москва, Эксмо, 2014. – 48, [2]. : цв. ил. – (Готовим в мультиварке).

*Приготовить новогодний стол - дело нешуточное особенно, когда времени катастрофически не хватает. Самое время воспользоваться мультиваркой. Этот чудо-гаджет с легкостью справится с любой задачей, будь то ароматная буженина, нежнейшее куриное филе или бархатный паштет с гранатовым желе. Вам остается только нажать на кнопку.*

**Хомич Е. О. Мультиварка. Праздничный стол. красиво, быстро, доступно [0+]** / Е.О. Хомич. – Москва : АСТ, [2014]. – 143 с. : ил. – (Домашняя кухня).

*Мультиварка — превосходная помощница любой хозяйки на кухне! Этот чудо-прибор умеет варить, жарить, тушить, выпекать, готовить на пару и многое другое. Особенно полезным он бывает в праздничные дни, когда одновременно нужно готовить несколько блюд. Так, часть приготовлений мультиварка может взять на себя, и при этом она абсолютно не нуждается в постоянном контроле — прибор все сделает самостоятельно, сэкономив тем самым ваши силы и время!. На страницах издания вы найдете содержательные статьи о характеристиках мультиварки, ее основных режимах и дополнительных функциях, а также множество простых советов,*



*которые будут полезны не только новичкам, но и опытным пользователям этого прибора.*

**Экспресс – рецепты в мультиварке [16+].** – Москва : Эксмо, 2014. – 46, [1] с. : цв. ил. – (Кулинария. Готовим в мультиварке).

*Мультиварка незаменимый помощник на кухне. С ней вы сможете приготовить множество самых разных блюд без особых хлопот. Повар и его помощник поваренок приготовили для вас экспресс-рецепты для мультиварки, с помощью которых вы сможете приготовить самые вкусные и полезные блюда!*



## **Оглавление:**

От составителя	3
Традиции русского застолья	4
Азбука питания и этикета за столом	5
Рецепты русской кухни	8
Православный стол	14
Кулинария детям	18
Вегетарианская кухня	19
Рецепты для мультиварки	21

*Информационное издание*

# **Славная русская семейная трапеза**

Аннотированное библиографическое пособие

**Сдано в печать 20.09. 2018**

Составитель: **Дубровина** Ирина Анатольевна

Компьютерный дизайн: **Русакова** Светлана Альбертовна

**309181, г. Губкин, ул. Мира, 22**

**МБУК «Централизованная библиотечная система №1»**

**тел. : 2-20-51, 2-40-96**

**e-mail: [gubkniga@yandex.ru](mailto:gubkniga@yandex.ru)**

**[http:// gubkniga.ucoz.ru/](http://gubkniga.ucoz.ru/)**



