

VYSOKÁ ŠKOLA OBCHODNÍ A HOTELOVÁ

Gastronomie, hotelnictví a cestovní ruch

Taisiia BONDARENKO

SPECIFIKA UKRAJINSKÉ GASTRONOMIE

SPECIFICS OF UKRAINIAN GASTRONOMY

BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

Vedoucí bakalářské práce: prof. Ing. Květoslava Šustová, Ph.D.

Brno, 2021

Identifikační údaje práce

| | |
|------------------------------|--|
| Jméno a příjmení autora: | Taisiia Bondarenko |
| Název bakalářské práce: | Specifika ukrajinské gastronomie |
| Název bakalářské práce v AJ: | Specifics of ukrainian gastronomy |
| Studijní obor: | Gastronomie, hotelnictví a cestovní ruch |
| Vedoucí bakalářské práce: | prof. Ing. Květoslava Šustová, Ph.D. |
| Rok obhajoby: | 2021 |

Anotace

Tato bakalářská práce Specifika ukrajinské gastronomie se věnuje ukrajinské gastronomii. Představuje vývoj, tradice, zvyky a zvláštností ukrajinské kuchyně. Předkládá konkrétní návrhy menu. Práce je rozdělena na dvě části. V teoretické části je představena historie ukrajinské kuchyně a vliv různých zemí světa, uvedeny hlavní ingredience a specifické rysy vaření ukrajinských tradičních jídel. Obsahuje popis pokrmů a tradic liturgických svátků. V praktické části jsou představeny nabídky ukrajinského menu na 7 dní a na 5 liturgických svátků. Každé menu obsahuje technologický postup hlavního chodu.

Klíčová slova

Ukrajina, ukrajinská kuchyně, tradiční pokrmy, pokrmy liturgických svátků, tradice a zvyky.

Annotation

This bachelor thesis Specifics of ukrainian gastronomy describes Ukraine cuisine. The development, traditions, customs and features of Ukrainian cuisine are presented. It contains specific suggestions. The thesis is divided into two parts. The theoretical part focuses on the history and the influence of different countries of the world listed the main ingredients and features of preparing Ukrainian traditional dishes. Contains a description of the dishes and traditions of liturgical menus. In the practical part of the Ukrainian menu offers for 7 days and 5 days liturgical menus. Each menu contains the technological process of the main dish.

Key words

Ukraine, Ukrainian cuisine, traditional dishes, liturgical menus, traditions and customs.

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci Specifika ukrajinské gastronomie vypracovala samostatně pod vedením prof. Ing. Květoslavy Šustové, Ph.D. a uvedla v ní všechny použité literární a jiné odborné zdroje v souladu s aktuálně platnými právními předpisy a vnitřními předpisy Vysoké školy obchodní a hotelové.

V Brně, dne

.....

vlastnoruční podpis autora

Poděkování

Na tomto místě ráda bych poděkovala paní prof. Ing. Květoslavě Šustové. Ph. D. za ochotu, pomoc, podporu, za její čas a trpělivost během psaní této bakalářské práce. Dále bych chtěla poděkovat rodině a mému příteli za jeho podporu v těžkých chvílích.

VYSOKÁ ŠKOLA OBCHODNÍ A HOTELOVÁ

Katedra gastronomie a hotelnictví

Akademický rok: 2020/2021

ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Jméno a příjmení studenta: Taisiia Bondarenko

Osobní číslo: 14632802

Studijní program: Gastronomie, hotelnictví a turismus (B6503)

Studijní obor: Gastronomie, hotelnictví a cestovní ruch (6501R028)

TÉMA PRÁCE: SPECIFIKA UKRAJINSKÉ GASTRONOMIE

TÉMA PRÁCE V AJ: SPECIFICS OF UKRAINIAN GASTRONOMY

Cíl stanovený pro vypracování BP

1. Teoretická část BP:

Vypracování literární rešerše ke stanovenému tématu. Část literárního přehledu zaměřit na zvláštnosti národní ukrajinské kuchyně se zaměřením na tradiční speciality.

2. Praktická část BP:

- Analytická část: Vyhodnocení specialit a menu ukrajinské národní kuchyně. Příklady menu při významných liturgických svátcích.

- Návrhová část: Bude vycházet ze získaných informací, doporučení menu pro naše gastronomická zařízení.

Při zpracování BP vycházejte z pomůcky vydané VŠOH Brno.

Rozsah bakalářské práce bez příloh: 2 AA

Forma zpracování bakalářské práce: tištěná i elektronická

Seznam doporučené literatury:

[1] Grabwoski, A. Ukrainian Food Cookbook: Traditional Ukrainian Recipes Kindle Edition, 2016, 81 p. ASIN: B01BK1JIAU.

[2] In Ukrainian cuisine. Discover Ukraine; 1 edition, 2015, 265 p. ASIN: B00XETTD98.

[3] Corona. A. The New Ukrainian Cookbook. Hippocrene Books, 2012, 270 p. ISBN-10: 0781812879 2012.

[4] Hale, C. Ukrainian Style Recipes: Your Go-To Cookbook of Eastern European Dish Ideas. Independently published, 2019, 106 p. ISBN-10: 1795246650.

Další literatura dle doporučení vedoucí/ho bakalářské práce.

Vedoucí bakalářské práce: prof. Ing. Květoslava Šustová, Ph.D.
Katedra gastronomie a hotelnictví

Datum zadání bakalářské práce: 12. června 2020

Termín odevzdání bakalářské práce: 16. dubna 2021

V Brně dne: 12.6.2020

L. S.

prof. Ing. Květoslava Šustová, Ph.D.
vedoucí katedry

Ing. Zdeněk Málek, Ph.D.
prorektor pro vzdělávací činnost

OBSAH

| | |
|--|----|
| OBSAH | 8 |
| Úvod | 10 |
| I. Teoretická část | 12 |
| 1 Cíl práce | 13 |
| 2 Vývoj ukrajinské gastronomie | 14 |
| 2.1 Vliv cizích kultur na vývoj ukrajinské kuchyně | 17 |
| 3 Ukrajinská národní kuchyně | 18 |
| 3.1 Chléb (ukr. хліб) | 18 |
| 3.2 Boršč (ukr. борщ) | 18 |
| 3.3 Varenyky (ukr. вареники) | 19 |
| 3.4 Holubci (ukr. голубці) | 20 |
| 3.5 Sádlo (ukr. сало) | 20 |
| 3.6 Pirohy (ukr. пироги) | 21 |
| 3.7 Cholodec (ukr. холодець) | 21 |
| 3.8 Klobása (ukr. ковбаса) | 21 |
| 3.9 Kapustnak (ukr. капустняк) | 21 |
| 3.10 Dýňová kaše (ukr. гарбузова каша) | 22 |
| 3.11 Medové perníčky (ukr. медівники) | 22 |
| 4 Nápoje v ukrajinské kuchyni | 22 |
| 4.1 Sladké alkoholické nápoje | 22 |
| 4.2 Uzvar (ukr. узвар) | 22 |
| 4.3 Kvas (ukr. квас) | 23 |
| 5 Zvláštnosti ukrajinské kuchyně | 23 |
| 6 Každodenní jídlo Ukrajinců | 24 |
| 7 Pokrmy liturgických svátků | 26 |
| 7.1 Pokrmy kalendářních liturgických svátků | 26 |
| 7.1.1 Svatý večer | 26 |
| 7.1.2 Vánoce | 27 |
| 7.1.3 Svátek Křtu Páně | 28 |
| 7.1.4 Maslenica (ukr. масляна) | 29 |
| 7.1.5 Velikonoce | 29 |

| | | |
|-------|--|----|
| 7.1.6 | Makovija (ukr. Маковія) nebo Spasa (ukr. Спаса)..... | 31 |
| 7.2 | Pokrmý rodinných liturgických svátků | 31 |
| 7.2.1 | Svatba..... | 31 |
| 7.2.2 | Pohřeb..... | 32 |
| II. | PRAKTICKÁ ČÁST | 33 |
| 8 | Praktická část | 34 |
| 8.1 | Týden ukrajinské kuchyně..... | 34 |
| 8.1.1 | Pondělí | 34 |
| 8.1.2 | Úterý..... | 35 |
| 8.1.3 | Středa | 36 |
| 8.1.4 | Čtvrtek..... | 37 |
| 8.1.5 | Pátek..... | 38 |
| 8.1.6 | Sobota | 39 |
| 8.1.7 | Neděle | 40 |
| 8.2 | Menu liturgických svátků | 41 |
| 8.2.1 | Menu na Svatý večer | 41 |
| 8.2.2 | Vánoční menu | 42 |
| 8.2.3 | Menu na Maslenicu..... | 43 |
| 8.2.4 | Velikonoční menu..... | 44 |
| 8.2.5 | Menu na Makovija | 46 |
| | Závěr..... | 47 |
| | Seznam použitých zdrojů | 49 |
| | Seznam zkratk | 52 |
| | Přílohy | 53 |

ÚVOD

Téma bakalářské práce Specifika ukrajinské gastronomie jsem si vybrala, protože pocházím z této země. Cílem bakalářské práce je vypracovat literární rešerši zaměřenou na ukrajinskou národní kuchyni se zaměřením na tradiční speciality. V analytické části vyhodnotit speciality a tradiční menu ukrajinské gastronomie, se zaměřením na tradiční pokrmy podávané při významných liturgických svátcích. V návrhové části se zaměřit na doporučení vhodného menu představujícího typické pokrmy ukrajinské kuchyně pro naše gastronomická zařízení.

Pro mě jako Ukrajinu je velmi důležité šířit znalosti o Ukrajině, o zvláštlostech její kuchyně, zvyků. Chci se věnovat nejen běžným pokrmům, ale i těm neobvyklým, které by i česká kuchyně mohla přejmout.

Ukrajina se nachází v samém srdci Evropy. Právě její geografická poloha s sebou nese značnou národnostní a kulturní rozmanitost. Každá z národností významně přispěla k rozvoji moderní ukrajinské kuchyně a tím ji učinila výjimečnou.

Všechny události v historii Ukrajiny byly úzce propojeny s kulinářským uměním, což vedlo ke vzniku nových pokrmů v určitých obdobích ukrajinské historie. Některá jídla mají velice dlouhou tradici. Na základě staletých lidových zkušeností moderní kuchaři vymýšlejí nová jídla, ale tradiční specifika v nich zůstává zachována. Moderní ukrajinskou kuchyni rozvíjejí nejen vynikající kuchaři, historikové a kulturní osobnosti, ale také každá ukrajinská rodina. Právě na úrovni rodin se jedná také o projev lidového umění, který spočívá ve zvláštlostech vaření každého pokrmu – každá rodina připravuje různá jídla podle svých vlastních receptů s přidáním některých neobvyklých ingrediencí, tím se rozšiřuje pestrost národní kuchyně. Lidová kuchyně představuje stejné kulturní dědictví jako jazyk, literatura nebo umění, je nedocenitelným bohatstvím.

Ukrajinská národní kuchyně se již dlouho vyznačuje velkou rozmanitostí pokrmů, specifickou chutí a nutričními vlastnostmi. Díky použití různých živočišných a rostlinných surovin a racionálním způsobům jejich přípravy jsou tato jídla výživná, chutná, šťavnatá a voňavá. Otázky vývoje a studia moderní ukrajinské kuchyně jsou aktuální pro formování národní ideologické identity. Vývoj ukrajinské nezávislosti přispěl ke zlepšení všech oblastí života, a to včetně národní kuchyně.

Bakalářská práce se dělí na dvě části. Teoretická část se zaměřuje na popis bohaté a starověké historie ukrajinské kuchyně, liturgických svátků, jejich zvyklostí, obřadů. Zahrnuje obecnou

charakteristiku hlavních rysů některých tradičních jídel a preferencí stravování ukrajinského národa. V praktické části jsou představeny nabídky ukrajinského menu na 7 dní a na 5 liturgických svátků. Každé menu obsahuje technologický postup hlavního chodu.

Cílem a úkolem této práce je představit ukrajinskou národní kuchyni v celé její kráse: celkově ji charakterizovat, ukázat její historické kořeny, moderní funkce, popsat a analyzovat nejdůležitější jídla a jejich národní specifika, odhalit typické rysy a způsoby přípravy jídel. V této práci jsou blíže specifikovány jak každodenní, tak sváteční pokrmy, které se k těmto svátkům pojí.

Mezi zdroji bakalářské práce byly použity zahraniční knižní a internetové zdroje, bakalářské práce, zahraniční odborné články, sbírky receptů a odborné webové stránky zabývající se tímto tématem.

I. TEORETICKÁ ČÁST

1 CÍL PRÁCE

Cílem bakalářské práce je vypracovat literární rešerši zaměřenou na ukrajinskou národní kuchyni se zaměřením na tradiční speciality. V analytické části vyhodnotit speciality a tradiční menu ukrajinské gastronomie, se zaměřením na tradiční pokrmy podávané při významných liturgických svátcích. V návrhové části se zaměřit na doporučení vhodného menu představujícího typické pokrmy ukrajinské kuchyně pro naše gastronomická zařízení.

2 VÝVOJ UKRAJINSKÉ GASTRONOMIE

Lidová kuchyně vždy byla a bude pro obyvatele dané země stejným kulturním dědictvím jako umění nebo různá řemesla. Ukrajinská kuchyně se již od dávných dob liší od ostatních národních kuchyní svou rozmanitostí a zajímavými a zdravými recepty. Ukrajinská jídla bývají docela dobře známá také v jiných zemích, protože boršč nebo varenyky často tvoří nedílnou součást nabídky různých restaurací po celém světě.

Ukrajinská kuchyně se utváří a vyvíjí již mnoho let, takže odráží nejen historický vývoj ukrajinského lidu, jeho zvyky a chutě, ale také sociální podmínky v procesu historického vývoje, v nichž se lidé zrovna nacházeli [1].

Sám proces vývoje ukrajinské kuchyně dal vzniknout řadě jejích vlastností.

Za první, ukrajinská kuchyně vznikla na základě již existujících prvků kulinářské kultury, které vznikaly v každé z regionálních částí Ukrajiny samostatně.

Za druhé, ukrajinská kuchyně je neobvykle celistvá i přes to, že její jednotlivé prvky byly velmi různorodé. Tato různorodost byla dána rozlehlostí území, táhnoucího se ze západu na východ od Karpat po Azovské moře a ze severu na jih od Pripjatě po Černé moře, rozdíly v přírodních podmínkách, historickým vývojem jednotlivých regionů a sousedstvím mnoha národů (Rusové, Bělorusové, Tataři, Maďaři, Němci, Moldavané, Turci, Řekové). Navzdory své celistvosti může ukrajinská kuchyně působit poněkud jednostranně, a to jak ve výběru typických národních potravinových surovin, tak v principech jejich kulinářského zpracování.

Za třetí, ukrajinská kuchyně nezahrnuje tradice staroruské kuchyně, se kterou se po mongolsko-tatarské invazi ztratilo spojení. Toto odlišuje ukrajinskou kuchyni od ruské a běloruské, v nichž se po mnoho staletí zachovávají starodávné (i když dnes již upravené) tradice.

Díky použití různých živočišných a rostlinných surovin jsou ukrajinská jídla neobyčejně chutná, šťavnatá a voňavá. Většina ukrajinských pokrmů, na rozdíl od jiných kuchyní, se vyznačuje složitými recepty a kombinovanými způsoby přípravy jídel. Například při vaření boršče se používá až 20 různých surovin, což vytváří výslednou bohatou chuť a vysokou nutriční hodnotu tohoto pokrmu.

Ukrajinská národní kuchyně se vyvinula poměrně pozdě, na začátku, resp. v polovině 18. století. Vymezit ji od příbuzné polské a běloruské kuchyně lze až od začátku 19. století [2].

Povahu jídel do značné míry ovlivnil hlavní způsob tepelného zpracování potravin, který závisel na konstrukci domácí kuchyně. Na Ukrajině to bylo uzavřené ohniště – pec. Proto se na Ukrajině připravovalo především vařené, dušené a pečené jídlo.

Kroniky a další písemné památky, jakož i archeologické vykopávky, svědčí o bohatosti a rozmanitosti potravin, konzumovaných obyvatelstvem v oblasti středního toku Dněpru v období Kyjevské Rusi. Kromě produktů z obilí a různé zeleniny bylo součástí jídla maso domácích zvířat. Z divokých zvířat se nejčastěji konzumovali lovení zajáci a divoká prasata. Kromě masa se ve stravě objevovaly také další živočišné produkty jako mléko, máslo z kravského mléka a sýry. Významné místo ve výživě našich předků měly také ryby, zejména kapr, pražma, jeseter, sumec, úhoř, lín, štika, jelec; dále se jedl také kaviár různých druhů ryb. Mezi rostlinnými potravinami starověkých slovanských národů zaujímal první místo chléb, který byl vyroben ze směsi žitné a pšeničné mouky s kváskem a pečen v pecích. Čerstvé těsto se používalo zejména pro výrobu halušek, varenyků a dalších jídel. Naši předkové znali mnoho druhů pečených výrobků: pirohy (ukr.пироги), koláče (ukr. калачи), pampušky (ukr. пампушки). Pekli také sladký chléb s mákem a medem. Poměrně velkou roli ve výživě hrály luštěniny jako hrách, čočka, fazole a další.

V 18. století se na Ukrajině velmi rychle rozšířily brambory, které si lidé ihned oblíbili. Začaly se široce používat pro přípravu prvních chodů a jako příloha k pokrmům z masa a ryb. Téměř všechny první chody – zejména polévky, ale i další jídla – se od té doby připravovaly s bramborami.

Ve druhé polovině 19. století se ve velkých městech začaly otevírat velké restaurace pro zámožné. Do těchto nových restaurací byli zváni k práci francouzští kuchaři, kteří s sebou přinášeli recepty a technologie přípravy západoevropských jídel a svévolně měnili technologie přípravy jídel ukrajinské kuchyně [3].

V 19. století se objevují rajčata a lilky vejcoplodé. Rajčata a lilky se používají k přípravě studených předkrmů (kaviár, plněné lilky) a dalších pokrmů.

Počátek pěstování cukrové řepy na Ukrajině a výroba cukru významně obohatila národní kuchyni. Řepný cukr začalo obyvatelstvo široce přidávat do různých pokrmů a nápojů. Tak se objevily různé sladké nákypy (ukr. бабки), pudinky, sladké kaše atd. Významně se také rozšířila nabídka nápojů [4].

Oblíbeným a nejpoužívanějším produktem bylo vepřové sádlo jako samostatný pokrm, často ve smažené podobě (škvarky). Dále se sádlo používá jako ochucovadlo a tukový základ pro jiné pokrmy. Tento postoj k vepřovému sádlu spojuje ukrajinskou kuchyni s kuchyní západních Slovanů, Maďarů a sousedních Bělorusů. Použití sádla v ukrajinské kuchyni je nesmírně rozmanité [2]. Sádlo se konzumuje nejen syrové, solené, vařené, uzené a smažené, ale také se používá ve sladkých pokrmech v kombinaci s cukrem nebo melasou. Například široce známý sladký pokrm, verhuny (ukr. вергуни, podobné českým „božím milostem“), je smažen na sádle [5].

Jedinečnost národní ukrajinské kuchyně tkví za prvé v převládajícím užití potravin, jako je vepřové maso, vepřové sádlo, řepa, mouka z pšenice a některých dalších obilovin, a za druhé v takových vlastnostech technologie vaření, jako je kombinované tepelné zpracování mnoha složek pokrmu na pozadí jedné hlavní složky. Klasickým příkladem je boršč, kde se k řepě přidává dalších dvacet surovin, které chuť řepy nepotlačují, pouze ji vhodně doplňují a vylepšují.

Dostupnost surovin pro tradiční vaření často závisí na ročním období, to znamená, že se některá zelenina přidává do tradičních pokrmů konzervovaná. Oblíbené jsou saláty, které obsahují kombinaci čerstvé, vařené a konzervované zeleniny spolu s masem, sýrem, nebo rybou. Ve velkém množství různých receptů je nejčastěji využívanou ingrediencí v ukrajinských salátech ocet nebo majonéza [7].

Vzhledem k řadě sociálních a ekonomických okolností však ukrajinská kuchyně nyní zažívá úpadek. S nástupem kapitalismu se výživa ukrajinského lidu ještě zhoršila. Za těchto podmínek si ukrajinská lidová kuchyně nemohla plně udržet svoji plnost a rozmanitost. To vše vedlo k tomu, že mnoho pokrmů ukrajinské kuchyně bylo zapomenuto a mnoho z nich prošlo změnami v receptuře a metodách přípravy, v důsledku čehož se jejich chuť změnila k horšímu [4].

Mnoho pokrmů ukrajinské kuchyně získalo v průběhu času etnickou symboliku, která vznikla především tím, že Ukrajinci vnímali určité pokrmy jako prvek jakéhosi kódu národní kultury zapsaného do etnických dějin národa. Pro ukrajinský lid je vlastní kulinářské umění modelový příklad jednoho z nejlepších výdobytků národa [6].

2.1 Vliv cizích kultur na vývoj ukrajinské kuchyně

V 15.–17. století se pomalu, ale stabilně, rozvíjel domácí obchod, vznikaly bazary a veletrhy. Rolníci zde prodávali svůj vlastní chléb, maso, ryby, med, různé mléčné výrobky, zeleninu a ovoce.

Ukrajinci již od starověku udržovali kontakty s jinými národy a kulturami. V důsledku toho se na ukrajinských trzích objevovaly nové plodiny a produkty jako rajčata nebo čaj. Ačkoli pohanka byla dovážena z Asie už v 11.–12. století, do obecného povědomí se dostala o něco později, když se začala pěstovat jako obilovina pro výrobu mouky. V této době se stoly ukrajinských rodin obohatily takovými pokrmy jako pohanková kaše, pohankové koblíhy s česnekem, pohankové varenyky (ukr. вареники) se sýrem, pohankový nácur, pohankové lemišky (ukr. лемішки) a další jídla. Z Asie byly přivezeny na Ukrajinu vodní melouny a moruše, z Ameriky pak fazole, kukuřice a dýně. Z kukuřičné mouky se připravovalo mnoho různých pokrmů, například mamalyha (ukr. мамалига), hojdanky (ukr. гойданки), kuleši (ukr. кулеші), lemišky (ukr. лемішки). S příchodem dýní se začala vařit dýňová kaše, dále se konzumovala dušená nebo se zakysanou smetanou. Ukrajinské hospodyňky v této době také objevily různé druhy pepře, chřest a celer.

Ukrajinci se vždy snažili maso pokud možno prodat, protože mělo velkou cenu. Nejlevnější vepřové maso si nechávali pro sebe, prodávali zejména hovězí a telecí. Dobytek se obvykle zabíjel dvakrát ročně, na Vánoce a na Velikonoce. Sádlo se nasolilo a maso se jedlo čerstvé, i když bylo také solené. Střeva a žaludek se po pečlivém zpracování plnily masem, sádlem a krví a byly z nich klobásy.

Ukrajinská kuchyně přejala některé technologické postupy z německé, maďarské, tatarské a turecké kuchyně a svým způsobem si je částečně upravila. Smažení produktů na zahřátém rostlinném oleji na Ukrajině rychle zdomácnělo. Například smažená a dušená zelenina, která se podává v boršči a dalších polévkách nebo hlavních jídlech [12].

Ukrajinská kuchyně se ve velké míře regionálně obměňuje, lze pozorovat rozdíly mezi západoukrajinskou a východoukrajinskou kuchyní. Nelze si nevšimnout vlivů turecké kuchyně na kuchyni bukovinskou, ruské na slobodskou a maďarské na huculskou. Obrovská rozmanitost vládne i v oblasti střední Ukrajiny. Například boršč je v každé části Ukrajiny připravován mírně odlišným způsobem [5].

3 UKRAJINSKÁ NÁRODNÍ KUCHYNĚ

Nejběžnější pokrmy na Ukrajině jsou vyrobeny z obilovin a zeleniny. Konzumuje se také maso, mléčné výrobky a ryby. Jídlo se většinou upravuje vařením a dušením, méně často smažením a pečením [8].

3.1 Chléb (ukr. хліб)

Ukrajinský chléb se peče hlavně ze žitné mouky, někdy se přidává ječná mouka, pohanka nebo ovesné vločky. V karpatských vesnicích převládá chléb ovesný (regiony Bojkivščyna, Lemkivščyna) nebo kukuřičný (Huculsko). Těsto na nejoblíbenější každodenní, ale i na slavnostní a rituální chléb bylo nakypřeno kváskem, který si hospodyně nechávaly dále kvasit pro další pečení. Následně se těsto důkladně uhnětló a upeklo v dobře vyhřáté peci či troubě. V průběhu staletí si lidé ke chlebu vytvořili vztah jako ke svatému pokrmu či božímu daru. Pod chléb do pece se dávaly jednou týdně sušené zelné listy, aby ho byl v domácnosti vždy dostatek. Droby a zbytky chleba se nikdy nevyhazovaly, ale dávaly se ptákům nebo dobytku. Odmítnout kousek chleba se považovalo za hřích. Pokud chléb spadl na zem, bylo nutné ho zvednout, očistit od prachu, políbit a dojíst. Chléb hrál důležitou roli v mnoha zvycích a obřadech, ztělesňoval pohostinnost a pohodu. Vážení hosté a příbuzní se vítali chlebem a solí, snoubenci byli přivedeni na svatbu s chlebem, chléb se nosil do domu s novorozencem a tak dále. Tradice spojené s chlebem žijí mezi lidmi dodnes [8].

Kulatý tvar bochníku je spojen s pohanskými pohledy Slovanů na slunce. Tvar chleba připomíná životodárné slunce, které mělo ve slovanské pohanské víře zvlášť důležité postavení [9].

Nabídka ukrajinské kuchyně zahrnuje celou řadu chlebů a jiných výrobků z mouky, z nichž většina je obřadní (ležen, mandryky, velikonoční pascha, šišky), dále kaše (z prosa, ječmene, jáhel), pokrmy z tekuté mouky (kuliš z prosa), pokrmy z kaše vyrobené z mouky (lemiška, solomacha, malaj, mamalyha, ovesné vločky) a také nápoje (žur, kvas), o kterých psal už Ivan Kotljarevskyj v básnickém díle *Aeneida* (1798), které je považováno za první umělecký text psaný v národním jazyce [11].

3.2 Boršč (ukr. борщ)

Boršč byl vždy téměř nejoblíbenějším pokrmem Ukrajinců. Každý region má v přípravě boršče své zvláštnosti přípravy. Například v poltavském regionu se do boršče přidávají halušky, na

jihu Ukrajiny bylo populární přidávat pálivou papriku. Základem boršče je maso nebo masový vývar se sádlem. V době půstu se sádlo nahrazuje olejem a maso houbami a rybami [10].

Nejznámější druh boršče je boršč červený. Dodnes ho nalezneme na stole při různých příležitostech, jako jsou svatby, křtiny, pohřební hostina, jiné svátky, ale i ve všední dny. O svátcích se boršč vaří s masem nebo masovým vývarem, přidává se do něj zakysaná smetana. Základní suroviny boršče: kvašená červená řepa, zelí, mrkev, petržel, brambory, cibule. Charakteristickou barvu mu dodává právě červená řepa. Na Vánoce hostitelky připravovaly vánoční boršč (postní), který měl stejně jako kuťa (ukr. куття) rituální význam. Jeho silná červená barva symbolizovala krev života a houby v něm pak pokračování rodu. Nyní se řepa často nahrazuje jinými produkty – rajčatovou šťávou, pastou nebo omáčkou, případně čerstvými rajčaty. Kromě hub se do boršče mohou přidat i fazole, podávat ho lze s česnekovými koblihami nebo pálivou červenou paprikou.

Zelený boršč se vaří na jaře a v létě. Barva byla dána mladým zeleným šťovíkem, kopřivou nebo listy řepy. Přidalo se vařené vejce a zakysaná smetana.

Studený boršč se nazývá cholodnyk (ukr. холодник), jí se výhradně v létě. Pokud ho srovnáme s jarním zeleným borščem, který se připravuje jako vývar, pak cholodnyk je vlastně „syrový“ boršč, protože řepa a vejce se vaří samostatně. Podává se chlazený, bez chleba, často s vařenými bramborami. Před studeným borščem se ještě vaří řepa, někdy se připravují dva vývary z brambor a sušeného ovoce, ty se ochladí, nalijí se do jedné misky, dochutí se řepou, bramborami a směs se posype bylinkami.

Boršč je stálíci v nabídce ukrajinské národní kuchyně. Tak chutný boršč jako na Ukrajině nevaří v žádné zemi na světě [9].

3.3 Varenyky (ukr. вареники)

Slavnostní jídlo Ukrajinců, jeden z nejběžnějších pokrmů z nudlového těsta s náplní. Náplň může být různá: sýr, maso, vařené brambory, smažené zelí, různé obiloviny, fazole, hrášek, kalina, mák, lesní plody, ovoce a mnoho dalšího.

Varenyky byly známkou bohatství, plodnosti, byly považovány za slavnostní jídlo. Připravovaly se v neděli a na různé svátky či k jiné příležitosti (svatba, křtiny). Bylo zvykem, že družičky první den po svatbě nakrmily nevěstu varenyky, aby byla zdravá a krásná a porodila krásné dítě. Varenyky se vařily také při narození dítěte a křtu, ale i při narození nového mláděte dobytka v hospodářství.

Varenyky se sýrem a zakysanou smetanou byly hlavním jídlem masopustního týdne (ukr. масниця), kdy se vařily denně. Ukrajinci považovali varenyky a pirožky za symbol měsíce, podobně jako kulatý bochník chleba za symbol slunce.

Těsto na varenyky je vyrobeno z pšeničné, žitné nebo pohankové mouky. Malé kousky rozváleného těsta se poté plní a uvaří ve vroucí vodě. Jako náplň se používá například sýr, smažené zelí, vařené fazole, hrachové pyré, proso nebo pohanková kaše.

Zakysaná smetana se přidávala do varenyků se sýrem nebo lesními plody. Varenyky se zelím, bramborami, játry byly ochucené smaženou cibulkou a škvarky [9].

3.4 Holubci (ukr. голубці)

Holubci, to jsou zelné listy plněné uvařenými jáhly se smaženou cibulkou a vepřovými škvarky. O svátcích se přidávalo syrové mleté maso a různé koření. Zelné listy mohou být čerstvé nebo kysané. Zavínuté listy naplněné směsí se lehce opekly, naskládaly do hrnce a zalily vývarem z masa nebo z kostí a zakysanou smetanou, během půstu pouze vodou. Takto se pekly v důkladně rozpálené peci či troubě, když zelí změklo, bylo jídlo hotové.

V různých částech Ukrajiny se k vaření holubců používaly různé obiloviny: v pravobřežní Ukrajině, jižním Podolí a v Karpatech kukuřičná krupice, v poltavské oblasti pohanka. Na jaře se zelí nahrazovalo mladými listy červené řepy, na jihozápadě mladými listy vinné révy. Nyní se listy plní rýží a masovou směsí, dusí se s přídavkem rajčatové šťávy, omáčky nebo pasty [8].

3.5 Sádlo (ukr. сало)

Nejcennějším produktem na Ukrajině bylo sádlo. Po porážce zvířete se sádlo odstranilo spolu s kůží, dobře se nasolilo a uskladnilo. Zavěšené v plátěných pytlích vydrželo až dva roky [9].

Sádlo se konzumovalo syrové i vařené či smažené, ve všední dny i ve svátky. Přidávalo se do polévek a prvních chodů, smažila se na něm vejce. Škvarky se přidávaly do kaší, halušek a palačinek. Sádlo se konzumovalo v poledne a odpoledne s chlebem, kyselými okurkami a česnekem. Solené sádlo se vařilo a jedlo k snídani nebo večeři s bramborami nebo kaší. Škvarky dodávaly plnější chuť kaším, varenykům, haluškám a podobně. Mít doma spoustu sádla bylo považováno za skutečný blahobyt [8].

3.6 Pirohy (ukr. пироги)

Pirohy se připravovaly na dva způsoby: pečené a smažené. Pečené pirohy se často vyráběly ze stejného žitného těsta jako chléb, ale vždy s náplní. Pekly se jen o svátcích. Na náplň používaly hospodyně sýr, smažené zelí nebo čerstvé zelí, vařené fazole, hrášek, brambory, pohankovou kaši se škvarky, mák, hrušky, švestky, maso nebo houby smažené s cibulí. Smažené pirohy se smažily na pánvi na oleji. V období půstu se jako náplň používaly houby, brambory, zelí, mák, ovoce nebo kaše. Dodnes pirohy zůstávají jedním z nejoblíbenějších pokrmů Ukrajinců a nesmí nikdy chybět na svátečním stole [8].

3.7 Cholodec (ukr. холодець)

Cholodec (dragli, studené, gyšky, studenec) je jeden z nejoblíbenějších masových pokrmů, jedná se vlastně o aspik. Obvykle se připravoval na Vánoce, Velikonoce, svatby, křtiny, pohřby. Základ tvoří vařená vepřová (telecí, hovězí) stehna. Na konci vaření se do vývaru přidá petržel, pastinák, mrkev, cibule, pepř a sůl. Maso se poté rozdělí do misek naplněných vývarem, ochutí strouhaným česnekem a pak uloží do chladu. Za pár hodin cholodec ztuhne v želé. Podává se s nastrouhaným křenem. Křen se očistí a na jemném struhadle nastrouhá, přidá se nastrouhaná čerstvá řepa a řepný kvas, cukr a sůl. V dnešní době se cholodec jí nejen s křenem, ale také s jinými kořeními a omáčkami [8].

3.8 Klobása (ukr. ковбаса)

Klobásy se vyráběly před Vánoce, Velikonocemi a jinými svátky. Po porážce se tenké střevo důkladně umylo a vyčistilo, poté se naplnilo syrovým masem s česnekem, solí a pepřem. Klobása byla svinuta do kroužků na pánvi a pečena v horké troubě. Pro dlouhodobé skladování se klobása naskládala do hrnců se sádlem a uložila na chladném místě [8].

3.9 Kapustnjak (ukr. капустняк)

Kapustnjak je zelná polévka, velmi běžné zeleninové jídlo. Nadrobno nasekané zelí se zalilo vroucí vodou nebo vývarem a vařilo s bramborami, mrkví a jáhly. Dále se přidala cibule smažená na sádle a znovu se všechno vařilo. Zvláště oblíbený byl kapustnjak zalitý vývarem z vepřového masa. V zimě se tato polévka vařila častěji. Na jaře a v létě, kdy došly zásoby kysaného zelí, se vařila z čerstvého zelí. V období půstu se sádlo nahrazovalo olejem. V huculském regionu se někdy vařil kapustnjak s houbami [8].

3.10 Dýňová kaše (ukr. гарбузова каша)

Dýně se pěstovaly v každém selském domě, nejčastěji se jedla pečená nebo vařená. Dýňový nákyp z kaše byl připraven následujícím způsobem: oloupaná a očištěná dýně se nakrájela na kousky, zalila mlékem a uvařila. S uvařenou dýní se smíchalo vařené proso a směs se dala zapéct. Dnes se dýňový nákyp vyrábí také s rýží nebo kroupami [9].

3.11 Medové perníčky (ukr. медівники)

Medové perníčky neboli medivnyky jsou druh sladkého pečiva, podobný sušenkám. Med byl přiveden k varu a smíchal se s moukou. Následovalo hnětení, dokud těsto nenabylo a nezměklo. Poté se válečkem rozválelo na požadovanou tloušťku a vykrajovaly se z něj různé tvary a postavy lidí nebo zvířat, které se pekly v rozpálené peci nebo troubě. Pekly se jako dárek k narozeninám a svátkům. Čím větší perníčky obdarovaný dostal, tím větší respekt mu tím dárce projevil [9].

4 NÁPOJE V UKRAJINSKÉ KUCHYNI

Ukrajinská kuchyně měla v minulosti obrovskou řadu receptů různých nápojů, některé z nich se pijí dodnes. Oblíbeným nápojem je již dlouho kvas (ukr. квас), který se pil jak o svátcích, tak i jako běžný nápoj. Dalším oblíbeným nápojem 20. století byla medovina. Ještě v polovině 20. století se doma běžně vyrábělo pivo a nízkoalkoholické nápoje z lesních plodů, ovoce, bylin a kořenů, jako varenucha (ukr. варенуха), kalhanivka (ukr. калганівка) a další. Často se pil také čaj z různých bylin a uzvar (ukr. узвар) – nápoj ze sušeného ovoce. Běžným nápojem byla také březová šťáva [8].

4.1 Sladké alkoholické nápoje

S příchodem cukru se sortiment sladkých nápojů výrazně rozšířil. Začaly se připravovat různé nálevy a vodky. Mezi velkým množstvím legendárních ukrajinských vodek vyniká medová vodka s pepřem, která kombinuje pepř s medovou chutí a aromatem divokých bylin. Také sem patří tradiční nápoje kalhanivka (ukr. калганівка) a spotykač (ukr. спотикач) [9].

4.2 Uzvar (ukr. узвар)

Jeden z nejběžnějších tradičních nápojů, konzumuje se v běžné dny i o svátcích. V létě se vyrábí z čerstvých lesních plodů a ovoce, na podzim, v zimě a na jaře se používají sušené

třešně, švestky, hrušky, jablka, borůvky, meruňky, maliny. Uzvar se vařil jak na každý den, tak i na sváteční stůl, zejména na vánoční svátky a do kuti [8,9].

4.3 Kvas (ukr. квас)

Kvas byl a stále je oblíbený nápoj na Ukrajině. Vyrábějí se různé druhy kvasu: jednoduchý žitný, který se připravuje z ječmene nebo žitného sladu, medový, medový s ovocem. Kvas se konzumuje po celý rok, ale většinou na jaře a v létě.

Jeden z dlouholetých způsobů přípravy kvasu vypadá následovně: žitná, ječná či ovesná opečená zrna nebo slad se smíchají v nádobě s chlebovou strouhankou. Výsledný kvas má červenou barvu a sladkokyselou chuť. Tento způsob přípravy se dodnes vyskytuje na některých místech v oblasti Poltavy, Černihivu a Kyjeva. Medový kvas se připravuje z medu zředěného vodou, místo kvasnic se používá koláčové těsto. Výsledná kvalita nápoje závisí na množství a druhu medu. Medový kvas s ovocem se připravuje stejným způsobem z medu a vody s přidávkem plodů jako jsou třešně, kaliny, višně a další. [8,9]

5 ZVLÁŠTNOSTI UKRAJINSKÉ KUCHYNĚ

Ukrajinská kuchyně je úzce propojena s životním stylem, kulturou a tradicemi ukrajinského lidu. Díky své široké škále pokrmů je považována za nejbohatší z kuchyní slovanských národů.

Charakteristickým rysem národní ukrajinské kuchyně je kombinovaný způsob tepelného zpracování masa a zeleniny s použitím slunečnicového oleje nebo i bez něj. Maso nebo zelenina se napřed krátce osmahnou a poté dochází k vaření, dušení, pečení v troubě. Rozhodujícím faktorem pro každou tradiční kuchyni je místo, kde se jídlo připravuje. Takovým tradičním místem na Ukrajině byla pec uzavřeného typu. Dnes ji nahrazuje obecně trouba na pečení. Proto se v ukrajinské tradici zachovaly techniky dušení, pečení, vaření.

Dalším charakteristickým prvkem jsou hlavní zemědělské plodiny jako brambory, cukrová řepa, cibule a zelí – tato zelenina tvoří hlavní složku salátů a polévek. Brambory se na Ukrajině rozšířily v 18. století. Ačkoli se zde tato zelenina nestala „druhým chlebem“ jako v Bělorusku, brambory si i tak získaly přízeň Ukrajinců. Používají se při přípravě předkrmů, polévek i hlavních jídel, často jako příloha k masovým a rybím pokrmům. Kromě toho se z brambor začal vyrábět škrob, který je nezbytný pro přípravu želé a různých sladkých pokrmů [13].

Ukrajinská kuchyně se obecně vyznačuje rozšířeným používáním masa k přípravě předkrmů, polévek i hlavních jídel. Používá se především vepřové maso, dále hovězí a drůbeží. Maso se konzumuje v různých formách, často smažené a dušené. Zpracování masa bylo na Ukrajině vždy na vysoké úrovni a připravovala se z něj oblíbená jídla jako holubci, vepřové maso špikované česnekem a sádlem, bigos (dušené vepřové maso se zelím a sádlem) nebo nadívaná drůbež. Obzvláště chutná jsou pak masová jídla připravená v hliněných hrncích [14].

Kromě zeleniny a masa se na Ukrajině jí všechny dostupné druhy ovoce a mléčné výrobky. Hlavním zdrojem nenasycených tuků je slunečnicový olej, s nímž Ukrajinci rádi ochucují saláty. Z koření se nejčastěji přidává do jídla hořčice, křen, česnek, červený a černý pepř [13].

6 KAŽDODENNÍ JÍDLO UKRAJINCŮ

Příprava některých každodenních jídel netrvá dlouho [32]. Denní jídlo Ukrajinců lze rozdělit do dvou velkých skupin na jídla rostlinného a živočišného původu.

Jídla rostlinného původu, zeleninová jídla, jsou v národní stravě Ukrajinců důležitá. Nejoblíbenějším z nich byl a zůstává boršč, který konzumují téměř denně jako obědové jídlo. Dalším druhem každodenního zeleninového pokrmu je kapustnjak ze zelí a brambor, doplněný prosem nebo jinými obilovinami. Kapustnjak lze stejně jako boršč připravit v postní (bez sádla) nebo nepostní variantě (se sádlem). Zelí Ukrajinci konzumují čerstvé nebo kysané, samostatně i jako součást jídla či přílohu. Většina pokrmů ze zelí se podává s olejem nebo sádlem. Vařené zelí se používá jako náplň do varenyků nebo pirohů. Zelné listy poslouží k přípravě holubců, jednoho z nejcharakterističtějších pokrmů.

Významné místo v běžné výživě Ukrajinců zauímají tekuté zeleninové polévky s obilovinami, masnými nebo rybími přísadami. Tradičně se používá k výrobě polévek zelí, řepa, mrkev, cibule, česnek, dýně a další zelenina.

Důležitou rostlinnou složkou výživy jsou na Ukrajině brambory. Přípravují se z nich různé pokrmy v nichž se brambory používají ve všech možných podobách: vařené, smažené, pečené, dušené, konzumované celé, nasekané, šťouchané nebo strouhané. K hotovým bramborovým pokrmům se přidává mléko, máslo, sádlo, maso, zelenina či luštěniny. Ukrajinci dále jedí hodně dýni, a to samotnou vařenou nebo pečenou, jako náplň do pirohů, nebo jako kaši či zapečený nákyp.

Ovoce a lesní plody také zaujímají významné místo v tradiční stravě obyvatel. Nejčastěji se používají jablka, hrušky, švestky, višně, třešně, rybíz, kalina, bezinky, borůvky, maliny a další. V létě a na podzim se plody konzumují čerstvé, v zimě a na jaře sušené. Ovoce se suší v troubě nebo ve speciální sušičce, případně na slunci rozložené na dřevěných deskách nebo plechách na pečení.

Chléb je v každodenní stravě Ukrajinců nenahraditelný. Kromě chleba má ve stravě zastoupení také mnoho výrobků z mouky: perepičku (ukr. перепічки), koblihy (ukr. пампушки), pirohy, palačinky, oladky (ukr. оладки) a podobně. Denní menu Ukrajinců bylo mnoho jídel z čerstvého těsta vařeného ve vroucí vodě. Jednalo se zejména o pokrmy jako halušky, zatirka (ukr. затірка), lokšyna (ukr. локшина) nebo varenyky.

Významné místo má v každodenní stravě obyvatel Ukrajiny kaše. Kaše se vaří z pšenice, ječmene, pohanky, kukuřice, prosa a dalších obilovin. Kaše se vaří s vodou nebo mlékem, často se dále zapékají v troubě jako nákyp. Kaše se běžně jí s mlékem, sádlem, máslem, olejem a někdy i s medem [15].

Existuje mnoho pokrmů z drůbeže a ryb, z nichž mnohé jsou staré rodinné recepty [32]. Mezi jídly živočišného původu se nejčastěji konzumuje maso a výrobky z něj – vepřové nebo hovězí maso, méně často jehněčí. Kuřata, husy a kachny se obvykle zabíjely na svátky. Pro dlouhodobé skladování se významná část masných výrobků (vepřového masa) zpracovává, nasolí nebo zmrazí. Nejčastěji Ukrajinci vaří maso, které konzumují samostatně, nebo ho přidávají do kaše. Masový vývar slouží jako základ pro boršč a jiné polévky. Jedním z nejběžnějších masných pokrmů na Ukrajině je cholodec podávaný s křenem, hořčicí, pepřem. K tradičním ukrajinským masovým pokrmům patří také dušenyna (ukr. душенина), kručenyky (ukr. крученики), sičenyky (ukr. січеники), chljachy (ukr. хляхи).

Ryby a pokrmy z nich zaujímají v každodenní lidové kuchyni Ukrajinců spíše druhořadé místo. Z čerstvých ryb vaří polévku, která se nazývá juška (ukr. юшка). Ryby se podávají také smažené a dušené v zakysané smetaně, případně solené a sušené.

Mléčné výrobky se na Ukrajině konzumují mnohem častěji než maso, téměř denně. Nejběžnějším je kravské mléko, čerstvé, vařené nebo kysané. S čerstvým mlékem se vaří různé kaše, halušky nebo lokšyna (ukr. локшина). Zakysaná smetana a máslo se široce přidávají do různých pokrmů – k varenykům, haluškám, bramborám, do polévek a podobně.

Nedílnou součástí národního jídelníčku jsou také nápoje. Mezi ty nejoblíbenější patří různé druhy kvasu – chlebový, řepný, ovocný, bobulový, ze šťávy stromů (bříza, javor). Populární je také uzvar – odvar ze syrového a sušeného ovoce a plodů, který se nejčastěji připravuje z hrušek, švestek, jablek a třešní [15].

7 POKRMY LITURGICKÝCH SVÁTKŮ

Slavnostní jídlo se příliš neliší od každodenního jídla, s výjimkou koření a některých zvláštních pokrmů. Slavnostní pokrmy doprovázely řadu zvyků a obřadů, jež se rozdělují na rodinné (rodinné svátky, svatby, pohřeb, vzpomínkové bohoslužby) a kalendářní (Vánoce, Nový rok, Velikonoce atd.). Mnoho tradičních pokrmů zůstalo od starověku, některé se trochu změnilo a byly doplněny novými. Některá jídla se stala méně běžnými z různých důvodů: med – protože ho bylo méně; kvas – protože ho mnoho průmyslových nápojů nahradilo; sušenky skřivan (takový byl název), protože obřad byl zapomenut. Některé pokrmy, které se připravovaly jen v určité dny, přežily až do naší doby, např. paska (ukr. паска), kutja (ukr. кутя). Podle některých pohanských zvyků se v pamětních dnech připravovalo jídlo i pro zemřelé [15].

7.1 Pokrmy kalendářních liturgických svátků

7.1.1 Svatý večer

Svatý večer nebo bohatá kutja (ukr. багата кутя) je předvánoční den a večer, velký svátek připadající na 6. ledna, což je poslední den Filipovského půstu, takže se připravovaly pouze postní pokrmy. V tento den se nejedla snídaně ani oběd, krmeny byly jen malé děti. Do večera se nic nejedlo, dokud se na obloze neobjevila první hvězda. Lidé věřili, že se právě v této době narodil Ježíš Kristus.

Ve starověku předvánoční den ukrajinské rodiny začínal takto. Ženy vložily krupici do trouby. Děti loupaly a sekaly ořechy. Muž vařil sytu (ukr. сити) – medové plásty zaléval vroucí vodou. Po ochlazení se vosk z povrchu vody sbíral a pak se přidával ke kuti (ukr. куті) [16].

Kutja je pohřební jídlo, sladká kaše. Připravuje se z pšenice, rýže, ovsa nebo ječmene a sladkých přísad medu, cukru, rozinek, džemu, sušeného ovoce. Zrno symbolizuje věčný život, prosperitu a sladkost je symbolem nebeské blaženosti. Připravují je tímto způsobem: zrno se vaří ve velkém množství vody, pak se přidá sladká část a přísady. Po přidání všech složek se ještě

10 minut zahřívají. Kutja může být polotučná, vše závisí na množství přidané tekutiny. Jí se lžíci.

Kutja – říkalo se jí ještě bohatá kutja, protože kromě ní se připravovalo jedenáct postních jídel, mezi nimiž měly být: boršč, ryby, houby, pirohy (ukr. пироги) se zelím, vařené brambory a uvar (ukr. узвар). Předpokládá se, že na stole by mělo být 12 postních jídel na počest 12 Kristových učedníků.

Obvykle byly na stole následující pokrmy:

1. Kutja – sladká kaše.
2. Boršč – postní polévka s houbami.
3. Varenyky – vařené těsto s nádivkou.
4. Golubci z rýže a hub – vařené zelné listy s náplní.
5. Pampušky – je malá okrouhlá houska z pšeničné, žitné nebo pohankové mouky.
6. Bramborák (na Ukrajině se nazývá деруни).
7. Brambory.
8. Ryby v aspiku.
9. Marinované houby.
10. Kysané zelí.
11. Pyrohy s višněmi – pečené nebo smažené těsto s náplní.
12. Uzvar – nápoj ze sušených bobulí.

Jakmile se na obloze objevila první večerní hvězda, celá rodina seděla u bohatého stolu. První seděla u stolu hlava rodiny a za ním ostatní členové rodiny. Během slavnostní večeře nemluvili nahlas nebo vůbec nemluvili. Je také zvykem připomínat mrtvé a pozvat je na Svatý večer. Věřilo se, že v této době všichni blízcí a vzdálení příbuzní by měli přijít do domu. Po večeři nechali na stole kutě i lžíce, aby si mrtví mohli pochutnat na kuti [8]. V různých oblastech Ukrajiny byly určité rozdíly ve zvycích oslav Svatého večera. Po večeři děti dávaly obřadní jídlo svým kmotrům. V oblasti Chersonu to dělaly před večeří. Slavnostní jídlo a svátky Ukrajinců mělo vždy sjednocující a symbolickou funkci. Má vliv na vztahy uvnitř rodiny, na proces předávání lidových zvyků, obřadů [15].

7.1.2 Vánoce

Vánoce – velký křesťanský svátek, který se slaví 7. ledna, jsou to narozeniny Ježíše Krista. Tento svátek je považován za jeden z největších. Ráno chodili Ukrajinci do kostela. Po

bohoslužbě se rodina opět sešla na slavnostní večeři. Na stůl byly položeny kutja (ukr. кутя), pirohy (ukr. пироги), uzvar (ukr. узвар) a další posvátné pokrmy. Potom se začínaly jíst masové pokrmy. Začátkem Vánoc už bylo možné konzumovat maso, ryby, mléčné výrobky a další, které byly během půstu zakázány. Vždycky musely být na stole sádlo, játra, klobása, různé smažené a uzené produkty. Po dlouhém půstu se konzumovalo maso, střídavě mléčné výrobky, aby nezpůsobily žaludeční potíže. Mladí chodili koledovat (ukr. колядувати). Dříve se převlékali za kozy a pastýře a chodili od domu k domu, zpívali koledy (písně, jimiž chválili hlavu rodiny, manželku, jejich děti a přáli jim například, aby byl dům bohatý) [16].

7.1.3 Svátek Křtu Páně

Na Ukrajině se každoročně slaví 19. ledna. Každá žena chce svůj stůl připravit zvláštním způsobem, aby hosté měli z jídel nezapomenutelné chuťové pocity. Na Ukrajině tradičně připravují postní pokrmy na večer 18. ledna. Obvykle se připravují pirohy (ukr. пироги), holubci (ukr. голубці), pečené brambory, varenyky (ukr. вареники), ryby, boršč (ukr. борщ). Nejdůležitějším jídlem tohoto večera je kutja (ukr. кутя), která by měla být bez oleje [16]. Večer chodili Ukrajinci do kostela, kde se konala slavnostní bohoslužba, která byla zakončena svěcením vody. Svěcené vodě byly přisuzovány zázračné vlastnosti. Poté 19. ledna končí půst a podává se maso a mléčné výrobky [2].

Seznam pokrmů, které byly připravovány pro tento svátek:

- Kutja (ukr. кутя) je jedním z hlavních jídel večera. Připravuje se z pšenice s přidavkem ořechů a rozinek.
- Lahodný boršč musí být bez masa. Ještě je možné přidat sušenou hrušku. Malé sladké ovoce dokonale doplňuje ukrajinský boršč.
- Pečenou rybu připravují v troubě nebo na grilu. Tato ryba je šťavnatá a zdravá. Jídlo je doplněno přílohou ze zeleniny.
- Pirogy (ukr. пироги) jsou jedno z hlavních jídel. Náplň do pokrmu může být z různých druhů zeleniny nebo ovoce, jako jsou brambory, čočka, cibule, špenát, jablka.
- Uzvar (ukr. узвар) je sladký nápoj ze sušeného ovoce. Vaří se nejčastěji ze sušených jablek, hrušek, sušených meruněk a sušených švestek [16].

7.1.4 Maslenica (ukr. масляна)

Maslenica nebo masljana je starodávny svátek slovanských národů. Právě tímto svátkem lidé vítali teplé jarní paprsky. V dnešní době Maslenica začíná týden před Velkým půstem, který trvá 40 dnů. V roce 2020 svátek začínal 24. února a trval až do 1. března.

Od starověku se na tento svátek obvykle připravovaly palačinky, což znamenalo slunce. Podle křesťanských pravidel jsou na tento svátek stále povoleny mléčné výrobky a ryby, ale maso již nelze jíst. Lidé připravovali také různé moučné pokrmy, které smažili, vařili. Také na stůl dávali ryby v aspiku. Každý den bylo zvykem připravovat talíř varenyk (ukr. вареники) se sýrem politých máslem. Bylo to hlavní jídlo během svátečního týdne.

Z mléčných výrobků se také vyráběla různá lahodná jídla. Smažili palačinky, které naplňovali sýrem, strouhanými vejci, houbami, kaviárem. Plněné palačinky se nazývají nalysnyky (ukr. налисники). Vařili mléčné kaše a syrnyky (ukr. сирники) [17].

7.1.5 Velikonoce

Na Ukrajině se Velikonoce slaví jako vzkříšení Ježíše Krista. Jedná se o nejdůležitější svátek roku. Přípravy na Velikonoce začínají dlouho před svátkem, protože jim předchází „čotyrydesjatnyca“ (ukr. Чотиридесятниця) – 40 dní Velkého půstu a také Sedmyca (ukr. Седмиця) – týden přede dnem Kristova vzkříšení. Věřící dodržují přísný půst, tráví čas modlitbou na znamení jednoty se Spasitelem a začínají se aktivně připravovat na Velikonoce na Čistý čtvrtek (ukr. Чистий четвер). V tento den je nutné vstát před úsvitem a umýt se, abychom se zbavili nemocí a upevnili čistotu svých myšlenek. Věřící lidé v tento den chodí na bohoslužbu do chrámu a věnují čas úplnému úklidu domu. Velikonoce musí oslavovat čistými myšlenkami a v čistém domě.

Velikonoční stůl je hlavním atributem svátku. Velikonoční menu se tradičně může skládat ze 48 pokrmů, které symbolizují postní dny. K jejich přípravě je možné použít jakékoli produkty včetně masa, vajec, mléka, másla atd.

Paska (ukr. Паска) je velikonoční dort, který je symbolem nebeského království. Je to slavnostní chléb věčného života duše, jehož zosobněním se pro lidi stal Ježíš Kristus. Symbolizuje také rozmanitost života, protože je pečený s přidáním různých přísad. Každá hospodyně ví, jak si vyrobit vlastní pasku zvláštní a jedinečnou. Tajemství pečení velikonočních koláčů se předávají z generace na generaci stovky let, pouze se mění a přidávají vlastní ingredience. Paska se peče na Čistý čtvrtek. K přípravě berou hospodyně kvalitní

výrobky: pšeničnou mouku, droždí, cukr, kravské máslo a mléko, zakysanou smetanu, čerstvá kuřecí vejce, vanilku. Do těsta se přidávají rozinky, kandované ovoce, ořechy. Podle různých receptů se vyrábělo těsto pro pasku na bramborovém vývaru, což pečení dodalo pružnosti. Také do těsta přidávají vodku nebo likér. Proces pečení pasky je poměrně složitý.

Aby byly velikonoční dorty krásné, je nutné znát a sledovat tato pravidla:

- všechny suroviny musí mít pokojovou teplotu;
- proces pečení pasky musí probíhat v klidné atmosféře, protože těsto může z vibrací spadnout;
- na konci se do těsta přidají rozinky a kandované ovoce;
- těsto je ponecháno pokryté utěrkou po určitou dobu ve velmi teplé místnosti, kde není žádný průvan.

Hotové těsto pro koláče je rozloženo do forem na pečení. Poté je znovu odloženo na pár hodin na teplé místo [18].

Velikonoční dorty jsou zdobeny vzory těsta v podobě křížů, věnců. Také se polévají šlehaným cukrem a vaječným bílkem. Posypají se vícebarevným drobením, kuličkami. Peče se několik pasek různých velikostí, aby se mohly darovat kostelu, známým nebo nějakému pocestnému. Velikonoční koláč nelze jíst, dokud nebude vysvěcen v kostele [9].

Dalším povinným prvkem svátku jsou velikonoční vajíčka. Na Ukrajině se nazývají krašanky (ukr. крашанки). Vejce je starodávným symbolem zrození života, vzkříšení. Vajíčka se zdobí různými způsoby. Barvit se začínají také na Čistý čtvrtek. Častým způsobem barvení velikonočních vajec je pomocí vývaru z cibule, který jim dodává červenohnědou barvu. Velikonočních vajíček se zpravidla připravují 13, což symbolizuje Ježíše Krista a jeho 12 apoštolů.

V sobotu se připravuje velikonoční košík, do něj se musí dát: paska, velikonoční vajíčka, máslo a sýr, šunka nebo klobása, sůl, křen a svíčka. Povinným prvkem je vyšívání ručník [16].

Pysanky (ukr. писанки) jsou skutečná umělecká díla. Od obvyklého velikonočního vajíčka se liší tím, že jsou vzory nanášeny perem s roztaveným voskem. Toto je pozoruhodný příklad tradičního umění. Každá oblast Ukrajiny má své vlastní speciální ozdoby a barvy. Například Podillya má pysanky červené a černé, Kyjevská oblast růžové a černé, žluté, hnědé nebo zelené. Dnes většina křesťanů připravuje na svátek pouze velikonoční vajíčka bez jakýchkoli ozdob [17].

7.1.6 Makovija (ukr. Маковія) nebo Spasa (ukr. Спаса)

Slaví se jako první den Uspenského půstu 14. srpna. Na tento svátek je třeba se připravit dopředu. Musí sesebrat cibuli, slunečnice, žitné a pšeničné klasy, mák, různé květiny, ředkvičky, mrkev, kopr, česnek, řepu. Všechno se sváže ručníkem nebo stuhou a odnese se do kostela vysvětit. Podle tradice se světila jablka, hrušky, med, koláče. Po bohoslužbě rozdávali straší lidé a děti koláče a ovoce. Pečou pirohy a chlebové placky s mákem, ale pokrmy jsou postní, protože v tento den začal půst [17].

Nejoblíbenějším jídlem tohoto dne byly šuliky (ukr. шулики). Jedná se o kousky chlebové placky nebo sušenky, které jsou naplněny vodou s mákem a medem. Recept se může lišit v závislosti na regionu, ale sada ingrediencí je stejná: chlebové placky, mák a med. Toto slavnostní jídlo připravují ženy jednou ročně 14. srpna a během Uspenského půstu [9].

7.2 Pokrmy rodinných liturgických svátků

7.2.1 Svatba

Ukrajinské svatební obřady mají dlouhou historii a jsou v dnešní době aktuální, pocházejí z dávných předkřesťanských časů. Mají zvláštní romantický charakter. Manželství bylo uzavíráno zpravidla nejčastěji na podzim po polních pracích. Křesťanství nahradilo pohanské tradice, ale obřad manželství zůstal starodávný, převzal pouze některé rysy nové víry. Ve svatebním obřadu se spojily tři obřady: dohazování, zasnoubení a svatba. Ve starověku byly tyto slavnostní procesy odděleny v čase.

Svatba měla staroslověnský charakter. Ženich byl nazýván kníže, nevěsta – kněžna, přátelé – bojaři. Korovaj (ukr. коровай) byl obětním chlebem [9]. Obvykle se na Ukrajině konaly svatbu ve velmi mladém věku – dívky ve věku 16–18 let a chlapci ve věku 18–22 let [19].

Ukrajinci mají mnoho druhů svatebního chleba, který plní svou rituální funkci. Například: korovaj (ukr. коровай), dyven (ukr. дивень), teremok (ukr. теремок), gilce (ukr. гільце), ležen (ukr. лежень), šišky, koláčky (ukr. калачки). Korovaj pečou z nejlepších odrůd mouky, většinou z pšenice, přidávají do těsta vejce, máslo. Z mouky vyráběly ženy šišky, holubice, skřivany, kachny, květiny a další výrobky, kterými zdobili korovaj. Často byl také zdoben bobulemi kaliny, červenými stužkami. Existovala víra, že dobře upečený korovaj přinese mladým štěstí, popraskaný přinese rozvod a zkroucený přinese smůlu. Karavaj byl ozdobou svatebního stolu jako symbol bohatství a štěstí. Na konci svatby se dával hostům [9].

Verč (ukr. верч) je svatební obřadní chléb oválného tvaru, ale téměř bez ozdob, který se pekli hlavně v oblasti Polissja.

Dyven (ukr. дивень) je zvláštní sváteční koláč, na Ukrajině ho upekli před svatbou. Je známější v oblasti Poltavu. Dyven má tvar kruhu, který byl zdoben dvěma větvičkami propletenými těstem a také byl zdoben různými květy. Připomínal sváteční košík.

Kokáč je další druh rituálního svatebního chleba. V některých místech byl také nazýván kalač (ukr. калач). Pekli ho ze 3–4 kousků těsta, ohnutý do velkého oválu, často s otvorem uprostřed [19].

Ležen (ukr. лежень) je druh koláče. Stejně jako korovaj zdobili ležen těstovými výrobky. Rodiny novomanželů si před svatbou dávali tento obřadní chléb navzájem.

Šišky (ukr. шишки) jsou svatební obřadní sušenky, které se pečou z těsta korovaje. Tyto sušenky vypadaly jako ptáci, ježci. Šiškami zdobili korovaj a také je rozdávali svatebním hostům. Sušenky měly být pro všechny [9].

7.2.2 Pohřeb

Když člověk zemře, říká se, že na obloze ubude jedna hvězda a na zemi jedna osobu. Součástí smutečního obřadu a pohřbu jsou smuteční obědy. Věřilo se, že po devíti smutečních dnech a čtyřiceti dnech odchodu dostane duše pokoj a navždy se rozloučí se zemí.

Povinným rituálním smutečním pokrmem u Ukrajinců je i dnes kolyvo (ukr. коливо). Je to druh koláče bez máku. Pšenici vařili doměkka, ochlazovali, zalévali medovou polévkou nebo cukrovým sirupem. V některých oblastech Ukrajiny ho připravují z vařené rýže. V Poltavské oblasti místo obilovin vzali pečený bílý chléb, bublyky (ukr. бублики), sušenky, rozdrtili jev misce a přidávali sladkou vodu. Vzpomínkový oběd vždy začínal tím, že lidé jedli první tři lžíce kolyva, potom mohli jíst další jídla. Použití zrna obilovin v kolyvě má symbolický význam, zrno symbolizuje pokračování rodu. Med znamená očištění od hříchů.

Vaření tradičního kolyva bylo podobné procesu vaření kuti (ukr. куті), ale kolyvo má méně sladkou chuť. V moderních ukrajinských receptech se pšeničné zrno nahrazuje rýží s rozinkami nebo sušenkami. Stejně jako v minulosti se i nyní mohou přidat ořechy, sušené švestky [19].

II. PRAKTICKÁ ČÁST

8 PRAKTICKÁ ČÁST

8.1 Týden ukrajinské kuchyně

Tato praktická část práce se zabývá návrhem zážitkového menu zaměřeného na týden ukrajinské kuchyně. Popisuje tradiční pokrmy, které jsou charakteristické pro ukrajinskou kuchyni. Na každý den jsou navrženy menu zahrnující polévku, hlavní chod a dezert. Každý den se jedná o jiná jídla. Představený jídelníček je rovněž uveden v příloze.

8.1.1 Pondělí

Pondělí uvádí postní pokrmy. Nedílnou součástí křesťanského náboženství je půst. V kalendářním roce téměř 200 dní půstu. Jedná se o jednodenní, týdenní dny půstu, jako například: Velký půst, Uspenskij, Petrov a Vánoční. Postní jídla ukrajinské kuchyně kombinují celou řadu produktů, vynikající chuť a snadnou přípravu, což umožňuje jíst zdravě a vyváženě během půstu. V tomto období v nabídce dominuje zelenina, luštěniny, obiloviny a ovoce. Během Velkého a jiných půstů v boršč nedávali maso a nepoužívali masový vývar. Vaří se na zelenině. Boršč je jedinečný a zvláštní pokrm v ukrajinské kuchyni. Pro to aby zpestřit menu během této doby připravují postní holubce se zeleninou.

Polévka: Červený boršč s fazolemi

Hlavní chod: Postní holubce (ukr. голубци) – plněné zelí s bramborami a houbami

Dezert: Štrúdl s jablky a třešněmi – karamelizovaná jablka, třešně, vlašské ořechy a rozinky

Ingredience hlavního chodu:

- 1,5 kg zelí
- 750 g brambor
- 1 ks mrkve
- 2 ks cibule
- 1 sklenice rajčatové šťávy
- olej, sůl, cukr – podle chuti

Postup hlavního chodu

Nalijte vodu do hrnce a vařte. Vodu osolte a dejte do ní zelí. Zelné listy vařte do měkka ve vodě. Houby oloupejte a nakrájejte na kousky. Nakrájejte cibuli, nastrohejte 2 mrkve. Přidejte

vše do pánve a smažte. Brambory oloupejte a nastrouhejte na struhadle. Přidejte polovinu smažených hub a cibule, pepř, sůl na brambory a promíchejte. Vezměte zelný list, na okraj dejte lžici náplně, omotejte okraje zelného listu a zabalte do role. Holubce přeložte do hrnce. Vložte zbytek smažené zeleniny do pánve, přidejte rajčatový šťávu, vodu, sůl a pepř, přiveďte k varu. Pak přidejte do hrnce plněné zelí. Přiveďte k varu, snižte teplotu a vařte 40 minut, dokud nebude hotové [20].

8.1.2 Úterý

Úterý obsahuje masové pokrmy. Důležitou součástí jídla Ukrajinců jsou masové pokrmy. Vepřové maso je nejběžnějším druhem masa v ukrajinské kuchyni. Přípravují také telecí, jehněčí, z domácích ptáků nejčastěji kuřata, ale i husy a kachny. Maso se vždy kombinuje se zeleninou. Zvláštním jídlem pro Ukrajince je kapustnak, hlavní ingrediencí tohoto pokrmu je zelí. Jedním z nejoblíbenějších masových pokrmů je cholodec, který má rosolovitou strukturu.

Polévka: Kapustnak – polévka, která se připravuje z vepřového masa a zelí

Hlavní chod: Cholodec – chlazený rosolovitý vývar s kousky masa

Dezert: Hruškový koláč

Ingredience hlavního chodu:

- 2kg kuře
- 0,5 kg kuřecí holeně
- 2–3 vejce
- 1–2 cibule
- 2 mrkve
- 2–4 bobkové listy
- 7–8 ks černého pepře
- Česnek podle chuti

Postup hlavního chodu

Kuřecí maso pro cholodec důkladně umyjte, vložte do velkého hrnce s vodou a přiveďte k varu. Vařte vývar na mírném ohni po dobu 4 hodin. Přidejte do hrnce cibuli a mrkev a vařte ještě 30 minut. Přeneste vařené kuře na talíř. Do hrnce s vývarem přidejte česnek, bobkový list, černý pepř a sůl podle chuti. Vařte dalších 30 minut. Poté vývar přeced'te přes jemné sítko do hluboké mísy a ochlaďte na 30–40 stupňů, měl by být mírně teplý. Maso oddělte od kostí nebo rozdělte

na malé kousky a vložte do mísy. Oloupejte vařená kuřecí vejce a nakrájejte na dvě poloviny. Přidejte vejce na maso, nakrájenou mrkev, česnek. Jemně zalijte vychlazeným vývarem, přikryjte a vložte do chladničky. Konzumovat bude možné po 6–7 hodinách, nejlépe po 12 hodinách, kdy bude tužší [21].

8.1.3 Středa

Menu středy představuje jarní jídla. Zelený boršč se připravuje na jaře, kdy se objevila první zelenina: šťovík, kopřiva. Přidávají vařené vejce a zakysaná smetana. V této době se palačinky často připravují s různými náplněmi, což je způsobeno tradičním svátkem, který se v tomto období koná, a to Maslenica. Palačinky v ukrajinské kuchyni, jsou lahodné, vydatné, s různými náplněmi.

Polévka: Zelený boršč – polévka se šťovíkem, vejcem a zakysanou smetanou

Hlavní chod: Nalysnyky – plněné palačinky s masem a zakysanou smetanou.

Dezert: Tvarohová kastrol s ovocem

Ingredience hlavního chodu:

Těsto:

- 250 ml mléka
- 3 ks vajec
- 125 g pšeničné mouky
- 2 lžíce slunečnicového oleje
- Cukr, sůl – podle chuti

Náplň:

- 500 g kuřecího masa
- 2 ks cibule
- mletý černý pepř – podle chuti
- 50 g másla

Postup hlavního chodu

Do vajec přidejte sůl a cukr, prošlehávejte metlou do hladka. Do vaječné hmoty nalijte mléko, olej a promíchejte. Postupně přidávejte mouku. Těsto rozmíchejte a nechejte 15 minut

odpočinout. Rozehřejte pánev, smažte palačinky po dobu 1 minuty na každé straně, dokud nejsou hotové.

K přípravě náplně oloupejte cibuli a nakrájejte nadrobno. Na pánvi s máslem osmažte cibuli dozlatova. Přidejte kuřecí maso, sůl, pepř, cibuli a smažte, dokud nebude směs hotová. Na palačinku položte masovou náplň, okraje palačinky zabalte. Na pánvi smažte palačinky dozlatova a podávejte se zakysanou smetanou [23].

8.1.4 Čtvrtek

Čtvrtek zahrnuje jídla, které často jedí na Ukrajině v létě. Přípravují voňavou a chutnou polévku s houbami a haluškami. Tu polévku vaří se z hub nejen proto, že jsou užitečné a výživné, ale přesto mají neuvěřitelnou chuť. V létě Ukrajinci připravují mnoho jídel ze zeleniny, jedním z příkladů jsou lilek se sýrem a kuřecím masem. Existuje mnoho způsobů, jak vařit dýně, Ukrajinci velmi milují sladkou dýňovou kaši s mlékem a prosem.

Polévka: Houbová polévka s haluškami – tradiční, lahodná polévka s kousky vařeného těsta.

Hlavní chod: Lilek se sýrem a kuřecím masem

Dezert: Dýňová kaše.

Ingredience hlavního chodu:

- 2–3 lilky
- 2 rajčata
- 1 cibule
- 500 g kuřecích řízků
- 100–200 g sýra
- sůl, česnek, koření, bylinky – podle chuti

Postup hlavního chodu

Lilek rozřízněte podélně a odstraňte střed. Vložte do hrnce, nalijte vodu, osolte a nechte 20 minut. Najemno nakrájejte kuřecí řízek, cibuli a střed lilku. Spojte tyto ingredience. Nakrájejte rajčata na tenké půlkruhy. Nastrouhejte sýr a přidejte vejce. Pečte lilky v troubě po dobu 10 minut, aby byly měkčí. Naplňte je kuřecím masem a cibulí. Nakladěte rajčata a navrch přidejte sýr s vejcem. Dejte péct doměkka [22].

8.1.5 Pátek

Pátek je ukázkou menu západní části Ukrajiny. Zakarpatská kuchyně se formovala po staletí pod vlivem historických faktorů. V této části Ukrajiny vše zvláštní: příroda, kultura, jazyk a samozřejmě kuchyně. Dokonce i když cestujete po Zakarpatí, zdá se, že jste se ocitli v kuchyni různých zemí, každá oblast má svou vlastní kulinářskou chuť. Mnoho pokrmů přejali ze sousedních zemí a svým způsobem si je částečně upravili. Jedním z nejoblíbenějších jídel je banoš – kukuřičná kaše, která se vaří s mlékem a zakysanou smetanou, se podává s brynzou, škvarky, houbami.

Polévka: Zeleninová polévka s hráškem

Hlavní chod: Banoš – voňavá hustá kaše z kukuřičné mouky, vařená na mléce s přídavkem zakysané smetany

Dezert: Pečené jablko s ořechy

Ingredience hlavního chodu:

- 150 g kukuřičné krupice
- 200 g brynzy
- 250 ml mléka
- 350 g hub
- 500 g zakysané smetany
- 1 ks cibule
- 150 g sádla
- 1 lžička cukru
- 1 lžička soli

Postup hlavního chodu

Sádlo nakrájejte na kostičky, dejte na horkou pánev a osmažte. Odstraňte škvarky a osmažte nakrájenou cibuli. Přidejte bílé houby. Smažte za stálého míchání 3–4 minuty. Přidejte mléko a zakysanou smetanu do hrnce, promíchejte. Přidejte také sůl a cukr. Přiveďte k varu. Postupně přidávejte kukuřičnou krupici a míchejte. Když kaše zhoustne, snižte oheň na nízkou teplotu a vařte. Míchejte až do úplného uvaření. Podávejte horké, posypané cibulí, škvarky, houbami a nahoře sýrem [24].

8.1.6 Sobota

Nabídka šestého dne představuje moderní ukrajinkou kuchyně. Dýňová krémová polévka v ukrajinské kuchyni je nyní velmi populární jídlo. Hlavní výhodou je, že se skládá ze produktů dostupných pro každou rodinu. Polévka je velmi jemná, má vynikající konzistenci. Ukrajinci rádi jedí holubce, ale jejich příprava trvá dlouho, proto vymysleli jednoduchý recept. Toto jídlo dostalo nový název líné golubce.

Polévka: Dýňová krémová polévka s praženými dýňovými semínky

Hlavní chod: Líné holubce – velké dušené masové kuličky v omáčce

Dezert: Jemné tvarohové lívance na pánvi s ovocem

Ingredience hlavního chodu:

- 125 g rýže
- 250 g vody
- 1 ks cibule
- 1 ks mrkve
- 50–70 g másla
- ½ hlávky zelí
- 500 g mletého masa (telecí nebo jiné)
- ½ lžičky mletého koriandru
- 400 g rajčat ve vlastní šťávě
- 200 g zakysané smetany
- 2–3 lžíce slunečnicového oleje
- sůl a pepř podle chuti

Postup hlavního chodu

Opláchněte rýži a nalijte studenou vodou v poměru 1:2. Lehce osolte a vařte 5 minut pod uzavřeným víkem do varu. Odstraňte z plotýnky a nechte 15 minut, aby rýže změkla. Cibuli nakrájejte na malé kostky. Nastrouhejte mrkev na hrubém struhadle. Polovinu zelí nakrájejte nadrobno. Cibuli osmažte na másle do měkka. Přidejte na pánvi mrkev a duste ji po dobu 3 minut. Přidejte také zelí a vařte vše dohromady po dobu 5–7 minut, dokud nebude zelí měkké. Ve velké misce smíchejte vychlazenou rýži, mleté maso a smaženou zeleninu. Přidejte do zelí mletý koriandr, sůl a pepř. Zamíchejte a vytvořte malé kuličky. Vložte kuličky velmi blízko

vedle sebe do jedné vrstvy. Na omáčku smíchejte nakrájená rajčata ve vlastní šťávě se zakysanou smetanou. Přidejte sůl a pepř, dobře promíchejte. Omáčkou zalijte líné holubce a pečte v troubě na 180 stupňů po dobu 45–50 minut [25].

8.1.7 Neděle

Neděle obsahuje tradiční poltavskou kuchyni Ukrajiny. Poltavská oblast se nachází v centrální části Ukrajiny. Tato kuchyně se liší od ostatních svou rozmanitostí a výživou. Díky kombinaci různých produktů a způsobů vaření to jim dává jedinečnou chuť a vlastnosti. V teplé sezóně připravují studený boršč. Podává se chlazený, řepa a vejce se vaří samostatně, přidávají vařené brambory a petržel, kopr. Nejoblíbenějším pokrmem známým na celé Ukrajině jsou halušky. Halušky se připravují ve formě kuliček, které se poté vaří. Na rozdíl od varenyky nemají halušky žádnou náplň. Podává se s škvarky a zakysanou smetanou.

Polévka: Studený boršč

Hlavní chod: Halušky

Dezert: Pečené hrušky s ořechy a medem

Ingredience hlavního chodu:

- 1 šálek mouky
- 1 vejce
- 50 g másla
- 50 ml vody
- 50 g pohanky
- 150 g vepřového masa (mleté)
- 1 ks červená cibule (střední velikost)
- 2 lžice slunečnicového oleje
- sůl podle chuti

Postup hlavního chodu

Nasypte mouku do mísy, vytvořte malou prohlubeň a nalijte do ní vodu. Přidejte sůl, vejce a roztavené máslo. Těsto by mělo být měkké, ale nesmí se lepit na ruce. V případě potřeby přidejte trochu mouky. Těsto zakryjte víkem a nechejte v chladničce po dobu 20–30 minut. Uvařte doměkka pohanku. Mleté maso smažte na pánvi se slunečnicovým olejem doměkka, přidejte pohanku, nakrájenou červenou cibuli a sůl. Těsto vyválejte do tvaru klobásy a nakrájete.

Posypte moukou. Vařte halušky ve slané vodě po dobu 4–5 minut po varu. Hotové halušky promícháme s masovou směsí [26].

8.2 Menu liturgických svátků

V této práci jsou navrženy a popsány tradiční pokrmy, které se konzumují v době liturgických svátků na Ukrajině. Vybrány byly tyto liturgické svátky: Svatý večer, Vánoce, Maslenica, Velikonoce, Makovija. Navrhované menu může sloužit v restauraci v rámci propagace ukrajinských pokrmů. Menu zahrnuje polévku, hlavní chod a dezert. V příloze představení jídelníčky

8.2.1 Menu na Svatý večer

Svatý večer je předvánoční den a večer, velký svátek připadající na 6. ledna. V tento den připravovaly pouze 12 postních jídel. Hlavním jídlem v tento svátek je kutja. V nabídce jsou uvedené tradiční pokrmy, které Ukrajinci obvykle připravují.

Předkrm:

- Marinované houby
- Kysané zelí

Polévka:

- Boršč se švestkami – postní polévka se sušenými švestkami
- Polévka s houbami – zeleninová polévka s houbami

Hlavní chod:

- Varenyky se zelím – těsto s nádivkou ze smaženého zelí a mrkve
- Golubci z pohanky a hub – vařené zelné listy s náplní

Dezert:

- Vánoční kutja – sladká kaše s medem, mákem, rozinkami a ořechy
- Pirogy s višněmi – pečené těsto s višněmi

Příprava vánoční kuti

Ingredience vánoční kuti:

- 150 g pšenice
- 100 g máku
- 3 lžíce medu
- 100 g rozinek
- 100 g ořechů
- sůl podle chuti

Postup přípravy

Opláchněte pšenici a vařte, dokud nebude připravena. Přidejte mák do samostatné pánve a jednu sklenici vroucí vody. Zakryjte víkem. Mák by se měl spařit do 30 minut. Jemně nasekejte ořechy a smažte je na suché pánvi po dobu 4–5 minut. Rozinky zalijte vroucí vodou a nechte 10 minut, potom je vysušte. Z vychladlého máku slejte vodu a mák nasekejte v mixéru. Zkombinujte všechny ingredience: pšenice, ořechy, rozinky, mák, med, sůl. Promíchejte [27].

8.2.2 Vánoční menu

Vánoce je jeden z největších křesťanských svátků, který se slaví 7. ledna. V tento den bylo možné konzumovat maso, ryby, mléčné výrobky a další, které byly během půstu zakázány. Menu představuje slavnostní pokrmy, které většinou připravuje ukrajinská rodina.

Předkrm:

- Paštika z kuřecích jater

Polévka:

- Boršč v žitném chlebu – polévka se zeleninou a vepřovým masem, která se podává v chlebu místo talíře. K tomu je odstraněna měkká část chleba.
- Rybí polévka – polévka s treskou a zeleninou

Hlavní chod:

- Pečené brambory s vepřovými žebry
- Masová roláda se sýrem a houbami

Dezert:

- Vánoční kutja – sladká kaše s medem, uzvarem, rozinkami
- Medové perníčky – sladké sušenky s medem

Příprava pečených brambor s vepřovými žebry

Ingrediencie:

- 700 g vepřového žebírka
- 1,5 kg brambor
- 3 ks cibule
- 2 ks česneku
- 20 ml rostlinného oleje
- ½ lžičky mleté červené papriky
- sůl podle chuti

Postup přípravy

Opláchněte vepřová žebra, nakrájejte je, potřete kořením. Oloupejte česnek, nakrájejte nadrobno, nastrouhejte žebra. Oloupejte a nakrájejte cibuli na velké kroužky a přidejte do žeber, promíchejte a nechte hodinu marinovat. Oloupejte brambory, každý brambor nakrájejte na 4 až 6 kusů, dochuťte solí. Namažte pekáč olejem, položte brambory, žebra, vložte do trouby a pečte 20 minut na 190 stupňů. Pak přidejte cibuli, vše promíchejte a pečte dalších 20 minut [28].

8.2.3 Menu na Maslenicu

Maslenica je starodávny svátek slovanských národů a začíná týden před Velkým půstem, který trvá 40 dnů. Tradičně v tento den připravují palačinky a varenyky. Nelze jíst maso, ale povoleny mléčné výrobky a ryby.

Polévka:

- Rybí polévka se zeleninou
- Pohanková polévka s vejcem

Hlavní chod:

- Palačinky s kuřecím masem a bylinkami
- Palačinky s mletým masem
- Palačinky se šunkou a sýrem
- Palačinky s kaviárem a zakysanou smetanou
- Palačinky s houbami a sýrem

Dezert:

- Palačinky s medem
- Palačinky s ovocem a zahuštěným mlékem
- Varenky s tvarohem a zakysanou smetanou
- Varenky s višněmi

Příprava tradičních palačinek s medem

Ingredience:

- 250 g mouky
- 500 ml mléka
- 3 lžíce medu
- 1 ks vejce
- 2 lžíce oleje
- sůl podle chuti

Postup přípravy

Vejce a mléko by měly být pokojové teploty. Do hluboké mísy nasypete mouku, sůl a vše promíchejte. Přidejte vejce, nalijte olej. Potom přidejte med a nalijte mléko. Prošlehejte metlou, dokud těsto nebude hladké. Pánev pomažte máslem a nechte ji dobře zahřát. Vlejte přibližně jednu malou naběračku směsi a smažte asi 2 minuty. Zlatá barva říká, že je třeba začít smažit druhou stranu asi 1 minutu [29].

8.2.4 Velikonoční menu

Velikonoce jsou zvláštní svátek, slaví jako vzkříšení Ježíše Krista. Velikonoční menu obsahuje jakékoli produkty včetně masa, vajec, mléka, másla atd. Hlavní pokrm tohoto dne je velikonoční dort, který se nazývá paska. Vždy paska se peče na Čistý čtvrtek. Tradičně do těsta se přidávají rozinky, kandované ovoce a přidávají vodku nebo likér. Pasky jsou zdobeny vzory těsta v podobě křížů, polévají se šlehaným cukrem a vaječným bílkem. Také posypají se vícebarevným drobením, kuličkami. Dalším symbolem Velikonoc jsou velikonoční vajíčka, která mají název krašanky.

Předkrm:

- Krašanky – barevná velikonoční vajíčka
- Domácí klobása – pečená vepřová klobása v troubě, naplněná syrovým masem, sádlem, česnekem, pepřem

Polévka:

- Boršč s pampushkami a zakysanou smetanou

Hlavní chod:

- Velikonoční kachna – pečená, plněná jablky
- Pečená vepřová krkovice s houbovou omáčkou

Dezert:

- Paska – velikonoční dort s ořechy, rozinkami, kandovaným ovocem a zdobený bílkovou polevou, cukrovou dekorací
- Verguny – sušenky z vajec, cukru, másla, mouky, zakysané smetany a rumu smažené v slunečnicovém oleji a posypané práškovým cukrem

Příprava pasky

Ingredience pasky:

- 0,5–0,6 kg mouky
- 1,5 šálku mléka
- 2 šálky cukru
- 6 ks vajec
- 300 g oleje
- sáček suchého droždí
- 0,5 lžičky soli
- 200–300 g rozinek
- Vanilin

Postup přípravy

Mléko by mělo být teplé, rozpust'te v něm droždí a přidejte 0,5 kg mouky. Smíchejte, poté těsto zakryjte, dokud se nezvedne. Přidejte sůl a žloutky, nechte trochu žloutků na mazání. Přidejte cukr, vanilin a máslo. Vše dobře promíchejte. Bílky ze šesti vajec vyšlehejte do pěny a přidejte do těsta. Těsto zakryjte a nechte na teplém místě. Když nakyne, přidejte rozinky a těsto dejte do vymazané kulaté formy. Pro pečení pasky potřebujete speciální kulatou a vysokou formu pro pečení. Namažte pekáč, naplňte jej těstem do poloviny. Vložte formu do tepla a zakryjte ručníkem. Poté povrch namažte rozšlehaným žloutkem. Předehřejte troubu na 160 stupňů a vložte do ní formu na 1 hodinu.

Příprava bílkové polevy do Pasky

Chlazené vaječné bílky šlehejte do husté pěny. Poté postupně přidávejte práškový cukr a rozmíchejte. Bílkovou polevou ozdobte pasku ihned po uvaření [30].

8.2.5 Menu na Makovija

Makovija se slaví 14. srpna. Slavnostním jídlem je šulyky. Je to kousky chlebové placky nebo sušenky, které jsou naplněny vodou s mákem a medem. Kromě toho pokrmu pečou makovou rolku.

Polévka:

- Dýňová polévka

Hlavní chod:

- Pečená pražma s rajčaty a bylinkami

Dezert:

- Maková rolka
- Šulyky s mákem – kousky chlebové placky s vodou, mákem a medem

Příprava šulyky s mákem

Ingredience:

- 2 ks vejec
 - 1 kg mouky
 - 2 šálky kefiru
 - 1 lžička sody
 - 1,5–2 polévkové lžíce cukro
- Na zálivku:
- 200–250 g mák
 - 0,5 šálku cukru
 - 2 lžíce medu

Postup přípravy

Smíchejte vejce, cukr, zakysanou smetanu a máslo. Postupně přidávejte mouku, hněťte těsto. Potom ho rozválejte, přeneste na plech a nakrájejte na čtverečky asi 1,5 × 1,5 cm. Vložte plech s těstem do trouby, pečte při 180 °C dozlatova. Do malého kastrolu přidejte mák a cukr, dolijte vodu a vařte 5–7 minut, dokud se cukr nerozpustí. Vyjměte plech, přeneste sušenky do misky. Zalijte je horkou makovou směsí, promíchejte [31].

ZÁVĚR

Vaření je jedno z nejstarších umění na světě. V kuchyni každého národa se odráží zvláštní a jedinečné chuti. Ukrajinská národní gastronomie je považována za jednu z nejrozmanitějších a nejzajímavějších na světě. Kuchyně této země dokáže udělat nejpříjemnější dojem nejen na Ukrajince, ale také na cizince. Je také třeba poznamenat, že řada pokrmů, které jsou vlastní původně pouze ukrajinské kuchyni, jsou již poměrně dlouho zahrnuty v nabídce mezinárodní kuchyně.

Ukrajinci vždy zacházeli s potravinami s velkým respektem. Časem prověřené recepty se v rodině předávaly z generace na generaci. Pokrmy připravené podle starodávných receptů již nejsou jen jídlem, jsou to pokrmy, které mají velkou národní hodnotu. Ukrajinská jídla jsou v zásadě poměrně jednoduchá a nenáročná, ale určitě velmi chutná a voňavá.

Teoretická část práce obsahuje vývoj ukrajinské kuchyně a vliv různých zemí světa. Ve druhé kapitole jsou uvedeny hlavní ingredience a specifické rysy vaření ukrajinských tradičních jídel. Třetí kapitola je věnována nápojům, které se vyráběly dříve, a těm, které jsou nyní velmi žádané. Čtvrtá kapitola předkládá charakteristiku zvláštností některých pokrmů a stravování v dané zemi. Zvláštní pozornost je věnována šesté kapitole, která popisuje největší svátky na Ukrajině, zvyky spojené s pokrmy. Poslední část teoretické části popisuje každodenní stravování ukrajinského lidu.

Praktická část přímo vychází z teoretické části bakalářské práce. Nabízí návrhy ukrajinského menu na 7 dnů s obsahem tradičních pokrmů a návrhů menu dle liturgických svátků.

Sedmá kapitola obsahuje menu ukrajinských jídel na 7 dnů. U každého dne je popsána technologická příprava hlavního jídla. Nabídka zahrnuje vždy polévku, hlavní chod a dezert. První den obsahuje tradiční postní pokrmy. Druhý den uvádí masové pokrmy, které jsou na Ukrajině velmi oblíbené. Třetí den zahrnuje jarní jídla. Nabídka čtvrtého dne představuje jídla, která Ukrajinci často jedí v létě. Pátý den představuje menu západní části Ukrajiny. Šestý den je ukázkou moderní ukrajinské kuchyně. Menu sedmého dne představuje tradiční poltavskou kuchyni Ukrajiny.

Druhá část sedmé kapitoly navrhuje menu na nejznámější a největší liturgické svátky Ukrajiny. Tradice, zvyky a pokrmy, které se o těchto svátcích připravují, jsou podrobně popsány v teoretické části. Rovněž jsou uvedeny ingredience a způsoby vaření hlavních pokrmů v určitý liturgický svátek. V každém menu jsou zahrnuty polévky, hlavní chody a dezerty a rovněž

nabízí možnost vlastního výběru. Na Svatý večer je hlavním jídlem kutija. Vánoční menu má masová jídla, v každé rodině a části Ukrajiny se připravují různé pokrmy. Ve vytvořeném menu jsou jako hlavní jídlo pečené brambory s vepřovými žebry. Na Maslenicu jsou jako hlavní chod palačinky z masa, mořských plodů nebo zeleniny. V dnešní době jsou tradičním pokrmem v tento den palačinky, zatímco dříve předkové za hlavní jídlo považovali varenyky. Hlavní jídlo na Velikonoce je pečený velikonoční dort (paska). Na Makoviju jsou na jídelníčku shulyky s mákem.

Cílem této práce je na základě získaných teoretických znalostí rozvíjet vyhledávání a poznatky o ukrajinské gastronomii, zvycích a tradicích se zaměřením na tradiční pokrmy a také na liturgické svátky. Výsledná práce může být přínosem zejména pro lidi, kteří mají zájem blíže se seznámit s gastronomickými tradicemi Ukrajiny. Vytvořené návrhy menu jsou použitelné jak v domácnostech, tak v gastronomických zařízeních.

SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ

1. GONTAR, T. *Národní kuchyně: Ukrainoznavstvo*: Ukl. V. Matsyuk, V. Pugach. Kyiv: Zodiak-EKO. 1994.
2. KAZMIRCHUK L. *Ukrajinská národní kuchyně*. Diplomová práce. Sevastopol, 2008
3. ANONYM. *Ukrajinská kuchyně*. [Bibliofond.ru. [online]. 2013 [cit. 26.10.2020]. Dostupné z: <https://www.bibliofond.ru/view.aspx?id=668281>
4. ANONYM. *Z historie ukrajinské kuchyně*. | Xreferat.com [online]. [cit.26.10.2020]. Dostupné z: <https://xreferat.com/46/163-1-z-stor-ukra-ns-ko-kuhn.html>
5. STRILECKA, M. *Historie vzniku ukrajinské kuchyně*. [online]. Nikopol, 2009. [cit. 27.10.2020]. Dostupné z: <http://www.bizslovo.org/content/index.php/ru/koz-tvo/50-eda/299-ist-form-ukr-kuhni.html>
6. LISOVSKA A. *Tradiční ukrajinská kuchyně*. Referát. Allbest.ru [online]. Charkov 2017 [cit.28.10.2020]. Dostupné z: https://otherreferats.allbest.ru/cookery/00781864_0.html
7. POCHLEBKINA, K. *Zlatá encyklopedie světové kuchyně*. Doněck: "PKF Bao, 2005, 448 s. ISBN 966-548-782-5.
8. SMETANA, I. *Ilustrovaná encyklopedie ukrajinského lidu*. Svatý. Tradice / [vyd. II Smetana]. - Charkov: Family Leisure Club, 2012
9. KONONENKO, A. *Ukrajinská mytologie a kulturní dědictví: mytologie. myšlenky, víry, obřady, legendy a jejich ozvěny ve folklóru a pozdějších zvycích Ukrajinců, slovanských bratrů atd. národy*. Charkov: Folio, 2011
10. GURKINA, G. *Tradice a zvyky Ukrajinců*. Charkov: Torsing Plus, 2008. st. 37.
11. ANONYM. *Moderní ukrajinská kuchyně v celé své kráse*. Ukrreferat.com [online]. [cit.30.10.2020].
12. SHYSTEROV, I. *Lexikální a sémantické rysy „názvů potravin“ ve zvycích a obřadech ukrajinského a českého lidu* [Bakalářská práce]. Brno: Masarykova Univerzita, 2010. Vedoucí práce: PhDr. Taťána Juříčková, Ph.D.

13. ANONYM. *Ukrajinská kuchyně: zvláštnosti*. [online]. [cit.09.11.2020]. Dostupné z: <https://euromd.com.ua/21-zdorove-zhittya/138-krasa-i-sport/33-zdorovoe-pitanie/post-3798-ukrainska-kukhnya-osoblivosti/>
14. ANONYM. *Ukrajinská národní kuchyně. Materiály vzdělávací hodiny* [online]. [cit.09.11.2020]. Dostupné z: <http://files.svsm.webnode.com.ua/200000214-e5db4e6d77/%D0%A3%D0%BA%D1%80%D0%B0%D1%97%D0%BD%D1%81%D1%8C%D0%BA%D0%B0%20%D0%BA%D1%83%D1%85%D0%BD%D1%8F.pdf>
15. MAKARČUK, A. *Etnografie Ukrajiny*. Učební pomůcka. Lvov: Svit, 2004.
16. ARTUCH, L. *Tradiční ukrajinská kuchyně v národním kalendáři*. Baltia-Druk, 2006. 232 s. ISBN 966-8137-24-8
17. IVANOVYČ, S. *Ukrajinská kuchyně z hlubin věků*. [online]. [cit.13.11.2020]. Dostupné z: <https://naurok.com.ua/ukra-nska-kuhnya-z-glibini-vikiv-111890.html>
18. ANONYM. *Velikonoce 2020: recept na lahodný velikonoční dort, jak ho zdobit a sváteční jídla*. PMG.ua[online]. [cit.14.11.2020]. Dostupné z: <https://pmg.ua/life/77204-stravy-na-velykden-shho-prygotuvaty-ta-yak-prykrasyty-pasku>
19. KUSAJKINA, N. *Vaše země Ukrajina: encyklopedie ukrajinské etnografie*. Škola: Charkiv, 2009. 513 s.
20. ANONYM. *Golubci s bramborami a houbami*. Smakotainfo.com. 2016 [online]. [cit.11.01.2021]. Dostupné z: <https://smakotainfo.com/drugi-stravi/golubci-z-kartopleyu-ta-gribami.html>
21. ANONYM. *Cholodec z kuřecího masa: 7 nejlepších receptů*. Eat-me.ru [online]. [cit.12.01.2021]. Dostupné z: <https://www.eat-me.ru/20170707/xolodec-kurica.htm>
22. ANONYM. *Lilek se sýrem v troubě*. Ukr.media. 2018 [online]. [cit.12.01.2021]. Dostupné z: <https://ukr.media/food/362902/>
23. ANONYM. *Recept domácí palačinky s masem*. Recepty.24tv.ua. [online]. [cit.13.01.2021]. Dostupné z: https://recepty.24tv.ua/recipe/retsept-domashnikh-nalysnykiv-z-miasom_id605
24. ANONYM. *Banoš s brynzou a houbami*. Webspoon.ru. [online]. [cit.14.01.2021]. Dostupné z: <https://webspoon.ru/recept/banosh-s-brynzojj-i-gribami>

25. KLOPOTENKO. E. *Linyví golubci*. Klopotenko.com. [online]. [cit.17.01.2021]. Dostupné z: <https://klopotenko.com/lenivye-golubtsy/>
26. KLOPOTENKO. E. *Halušky s masem a cibulí*. Klopotenko.com. [online]. [cit.18.01.2021]. Dostupné z: <https://klopotenko.com/galushki-s-myasom-i-lukom/>
27. ANONYM. *Kutja z pšenice*. Webspoon.ru. [online]. [cit.20.01.2021]. Dostupné z: <https://webspoon.ru/receipt/pshenichnaya-kutya>
28. ANONYM. *Vepřová žebra s bramborami v troubě*. cookpad.com. [online]. [cit.22.01.2021]. Dostupné z: <https://cookpad.com/ru/recipes/4191933-svinyie-riebra-s-kartoshkoi-v-dukhovkie>
29. ANONYM. *Recept na medové palačinky*. mlynci.com.ua. [online]. [cit.22.01.2021]. Dostupné z: <https://mlynci.com.ua/mlynec/populiarni/z-medom.html>
30. ANONYM. *Recept na pasku: jak udělat nejlepší pasku, top 5 nápadů*. UNIAN: Informační agentura [online]. [cit.28.01.2021]. Dostupné z: <https://www.unian.ua/society/10528317-recept-paski-yak-prigotuvati-naykrashchu-pasku-top-5-idey-foto.html>
31. ANONYM. *Jak vařit šulyky na Makovej: recepty na tradiční ukrajinské pečení*. Dneska [online]. [cit.1.02.2021]. Dostupné z: <https://lifestyle.segodnya.ua/lifestyle/food/kak-prigotovit-shuliki-na-makoveya-1316218.html>
32. CORONA. A. *The New Ukrainian Cookbook*. Hippocrene Books, 2012, 270 p. ISBN-10: 0781812879 2012.

SEZNAM ZKRATEK

ukr. – ukrajinština

resp. – respektivě

PŘÍLOHY

Příloha č. 1: Týden ukrajinské kuchyně

Týden ukrajinské kuchyně

PONDĚLÍ

POLÉVKA: ČERVENÝ BORŠČ S FAZOLEMI

HLAVNÍ CHOD: POSTNÍ HOLUBCE (PLNĚNÉ ZELÍ S BRAMBORAMI A HOUBAMI)

DEZERT: ŠTRÚDL S JABLKY A TŘEŠNĚMI (KARAMELIZOVANÁ JABLKA, TŘEŠNĚ, VLAŠSKÉ OŘECHY A ROZINKY) 1, 3, 8

ÚTERÝ

POLÉVKA: KAPUSTNAK (POLÉVKA, KTERÁ SE PŘIPRAVUJE Z VEPŘOVÉHO MASA A ZELÍ) 1

HLAVNÍ CHOD: CHOLODEC (CHLAZENÝ, ROSOLOVITÝ VÝVAR S KOUSKY MASA) 3

DEZERT: HRUŠKOVÝ KOLÁČ 1, 3, 7,

STŘEDA

POLÉVKA: ZELENÝ BORŠČ (POLÉVKA SE ŠTOVNÍKEM, VEJCEM A ZAKYŠANOU SMETANOU) 3, 7

HLAVNÍ CHOD: NALYSNYKY (PLNĚNÉ PALAČINKY S MASEM A ZAKYŠANOU SMETANOU) 1, 3, 7

DEZERT: TVARHOVÁ KASTROL S OVOCEM 1, 3, 7



ČTVRTEK

POLÉVKA: HOUBOVÁ POLÉVKA S HALUŠKAMY (TRADIČNÍ, LAHODNÁ POLTAVSKÁ POLÉVKA S KOUSKY VARENÉHO TĚSTA) 1

HLAVNÍ CHOD: LILEK SE SYREM A KUŘECÍM MASEM 7

DEZERT: DÝŇOVÁ KAŠE 1, 7

PÁTEK

POLÉVKA: ZELENINOVÁ POLÉVKA S HRÁŠKEM 1

HLAVNÍ CHOD: BANOŠ (VOŇAVÁ HUSTÁ KAŠE Z KUKUŘIČNÉ MOUKY, VAŘENÁ NA MLÉCE S PŘÍDAVKEM ZAKYSANÉ SMETANY) 1, 7

DEZERT: PEČENÉ JABLKO S OŘECHY 1, 3, 7, 8

SOBOTA

POLÉVKA: DÝŇOVÁ KRÉMOVÁ POLÉVKA S PRAŽENÝMI DÝŇOVÝMI SEMÍNKY 7

HLAVNÍ CHOD: LÍNÉ GOLUBCE (VELKÉ DUŠENÉ MASOVÉ KULIČKY V OMAČCE) 1, 7

DEZERT: JEMNÉ TVARHOVÉ LÍVANCE NA PÁNVI S OVOCEM 1, 3, 7

NEDĚLE

POLÉVKA: STUDENÝ BORŠČ 3

HLAVNÍ CHOD: HALUŠKY 1

DEZERT: PEČENÉ HRUŠKY S OŘECHY A MEDEM 1, 3, 7, 8



Cena za celé menu bez nápoů.

Menu na Svatý večer

Předkrm

Marinované houby
Kysané zelí

Polévka

Boršč se švestkami (postní polévka se
sušenými švestkami) 12

Polévka s houbami (zeleninová polévka
s houbami) 1, 12

Hlavní chod

Varenyky se zelím (těsto s nádivkou
smaženého zelí a mrkve) 1, 3, 7

Golubci z pohanky a hub (vařené zelné
listy s náplní) 3



Dezert

Vánoční kutja (sladká kaše s medem,
mákem, rozinkami a ořechy) 1, 8

Pirogy s višněmi (pečené těsto s
višněmi) 1, 3, 7

Vánoční menu

PŘEDKRM

Paštika z kuřecích jater 7

POLÉVKA

Boršč v žitném chlebu - polévka se zeleninou a vepřovým masem, která se podává v chlebu místo talíře. K tomu je odstraněna měkká část chleba 1

Rybí polévka - polévka s treskou a zeleninou 4

HLAVNÍ CHOD

Pečené brambory s vepřovými žebry
Masová roláda se sýrem a houbami 3,7

DEZERT

Vánoční kutja - sladká kaše s medem, uzvarem, rozinkami 1

Medové perníčky - sladké sušenky s medem 1

Menu na Maslenicu

Polévka

Rybí polévka se zeleninou 4
Pohanková polévka s vejcem 3

Hlavní chod

Palačinky s kuřecím masem a bylinkami 1,3,7
Palačinky s mletým masem 1,3,7
Palačinky se šunkou a sýrem 1,3,7
Palačinky s kaviárem a zakysanou smetanou 1,3, 4,7
Palačinky s houbami a sýrem 1,3,7

Dezert

Palačinky s medem 1,3,7
Palačinky s ovocem a zahuštěným mlékem 1,3,7
Varenyky s tvarohem a zakysanou smetanou 1,3,7
Varenyky s višněmi 1,3,7



Velikonoční menu

PŘEDKRM

Krašanky – barevná velikonoční vajíčka 3
Domácí klobása – pečená vepřová klobása v troubě,
naplněná syrovým masem, sádlem, česnekem, pepřem

POLÉVKA

Boršč s pampushkami a zakysanou smetanou 1,3

HLAVNÍ CHOD

Velikonoční kachna – pečená, plněná jablky
Pečená vepřová krkovice s houbovou omáčkou 3,7

DEZERT

Paska – velikonoční dort s ořechy, rozinkami,
kandovaným ovocem a zdobený bílkovou polevou,
cukrovou dekorací 1,3,7
Verguny – sušenky z vajec, cukru, másla, mouky, zakysané
smetany a rumu smažené v slunečnicovém oleji a
posypané práškovým cukrem 1, 3, 7



Menu na Makovija

Polévka

Dýňová polévka 3

Hlavní chod

Pečená pražma s rajčaty a bylinkami 3

Dezert

Maková rolka 1,3,7

Šulyky s mákem - kousky chlebové
placky s vodou, mákem a medem 1