

Муниципальное образовательное учреждение
«Жабская основная общеобразовательная школа
Ровеньского района Белгородской области»

Учебно-исследовательская работа
«А не едали вы лепешек из жмыха...»

Автор: Ткаченко Анна, 9класса
Руководитель: Сердюкова Ольга Ивановна,
учитель биологии

село Жабское, 2018 год

Содержание

Введение.....	3
1. Обзор литературы	4
2.Основная часть.....	6
3.Заключение.....	7
4. Используемая литература.....	7-8
Приложение	9-11

Введение

Мое исследование началось с того, что один из летних дней я принесла домой хлеб из магазина, но оказалось, что купленные совсем свежие, вчерашней выпечки. Я решила сходить и поменять хлеб. Но бабушкины слова меня остановили на пороге. Держа в руках купленный мною хлеб, бабушка сказала: «Не едали вы лепешек из жмыха...». Горько усмехнувшись, она ушла и долго молчала. А вечером я услышала печальную историю о голодном детстве моей бабушки. Из этого рассказа я узнала, как жили мои односельчане в конце 19-начале 20 века, в нашем селе люди жили бедно, впроголодь. На своих наделах крестьяне выращивали рожь, пшеницу, овес, ячмень, горох, коноплю. Дикорастущие растения тоже использовались как добавка к разным кушаньям, а зачастую, они были единственным источником для пропитания большинства семей. Чаще всего использовали крапиву, лебеду.

Актуальность исследования заключается в том, что происходит утрата традиций в питании, смена блюд, возможность их приготовления в соответствии с первоначальными рецептами, исчезают продукты, которые использовались сельскими жителями в начале 20 века, происходит изменение способов приготовления пищи - вместо русской печи стали использовать электрические, газовые плиты, микроволновые печи.

Цель исследования: изучение особенностей питания крестьян села Жабское начала 20 века

Задачи:

1. изучить литературу по выбранной тематике;
2. изучить историю использования подсолнечника в жизни жителей села Жабское;
3. провести беседы с местными жителями по изучаемой теме;
4. восстановить рецепты приготовления блюд;
5. опробовать бабушкин рецепт лепешек из подсолнечного жмыха.

Методы исследования: сбор и анализ информации, изучение литературы, беседы со старожилами села.

1. Обзор литературы

Специальной литературы по выбранной теме мне найти не удалось, так как наработок по изучению повседневной жизни жителей Ровеньского района, и в частности, жителей села Жабское не имеется, поэтому пришлось воспользоваться краеведческим материалом школьного музея и материалами из энциклопедического справочника Осыкова Б.И. «Сёла Белгородские». Из этого источника я узнала очень мало об интересующем меня периоде: « В 1859 году — Валуйского уезда «хутор владельческий Жабский при колодце» «между трактами: Воронежским почтовым и проселочным на Ровеньки» — 12 дворов, 304 жителя (153 мужск. и 151 женск. пола). В 1930-е годы село Жабское — центр Жабского сельсовета сначала в Ладомировском, а с 1935 г. — в Советском районе.» [6]

А вот об истории возделывания подсолнечника как сельскохозяйственной культуры в нашей области я узнала из статьи в журнале «Мир растений» (2002 года издания) - «Ученые расходятся во мнении, в какие годы подсолнечник попал в Европу. Однако все называют XVI век. Так, наиболее признанный монограф рода подсолнечник академик П.М. Жуковский указывает, что первые семена растения были привезены в Европу испанцами, возвращавшимися из экспедиции в Новую Мексику, и высеяны в 1510 году в Мадридском ботаническом саду, а первое описание подсолнечника было дано Лобелем в 1576 году под наименованием «цветок солнца». Потому-то ботаническое название растения

Helianthus произведено от двух греческих слов helios - Солнце и anthos — цветок. Считается, что из Испании подсолнечник проник в Италию и Францию, а к концу XVI века его выращивали в Бельгии, Англии, Голландии, Швейцарии и Германии. В середине XVII века в Англии молодые корзинки подсолнечника было модно варить и печь на углях, а потом есть с маслом и уксусом, как артишоки. В Германии в VIII веке подсолнечник возделывался в качестве заменителя кофе, но это продолжалось недолго.

В Россию подсолнечник попал в XVIII веке. Вполне допустимо предположение, что его завезли к нам немецкие поселенцы-колонисты. Впрочем, существует и другая версия. Диковинный заморский цветок обратил на себя внимание молодого Петра I, когда царь находился в Голландии. Петр распорядился послать семечки подсолнечника на родину, где они были радушно приняты. В России подсолнечник долгое время оставался растением, выращиваемым в качестве грызового и декоративного. Начало его использования как масличного растения связано с именем Дмитрия Бокарева, смекалистого крепостного крестьянина из Воронежской губернии, принадлежавшего Шереметевым. В 1829 году Бокарев с помощью сконструированного им ручного отжимного станка впервые получил масло из подсолнечных семян. Через четыре года в той же слободе появилась уже первая маслобойка на конном приводе, а в 1865 году — первый паровой маслобойный завод. Расширение посевов подсолнечника началось с Воронежской и Саратовской губерний. В дальнейшем культура стала распространяться на прилегающих территориях, проникла на Северный Кавказ, Украину и даже в Зауралье. Повсеместному распространению подсолнечного масла способствовало признание его Русской Православной Церковью постным продуктом. Подсолнечное масло пришлось так кстати, что к середине XIX века в некоторых областях на юге до половины площадей было засеяно подсолнечником.» [4]

Это растение предприимчивые сельчане Центрально –Черноземного района (к нему относится и территория Белгородской области) использовали целиком. Каждая часть растения перерабатывалась. Из семян получали масло, правда, в нашем селе его не производили, стебли сжигали и использовали полученную золу для стирки, мытья волос. Зола для мытья волос называлась «щёлок», полоскание оказывало смягчающее действие, волосы становились шелковистые, послушные.

А после производства масла, люди получали на маслобойне отходы от семян подсолнечника. И его пускали в дело. Жмых или «макуха» (так называют отходы от семян масличных) имеет приятный запах, в нём остается немного семечек и много семенной кожуры. Сейчас жмых используют для корма животным, но в то далёкое время это было непозволительной роскошью.

2.Основная часть

Методика проведения исследования

Моя прабабушка, как и многие женщины того времени, использовала «макуху» для приготовления лепёшек. По воспоминаниям моей бабули, это было самое вкусное и сытное блюдо. Приносили с маслобойни мешок с «макухой», иногда насыпом, иногда в больших «кружалках», обязательно немного подсушивали, затем измельчали в ступке, добавляли горсть ржаной муки, если была в доме, немного соли, щепотку домашних дрожжей из хмеля, разбавляли теплой водичкой. А если и муки не было, то просто добавляли съедобные травы-крапиву, лебеду. Спустя некоторое время, выпекали на свежем подсолнечном масле-«олии». Получались такие лепёшки сытными, пахучими, только на вид были не очень привлекательными. Выглядели они как небольшие кусочки нашей плодородной чернозёмной

землицы, но от этого не становились хуже на вкус. Такими лепёшками спасались все жители нашего села, благодаря им жива моя бабушка, её сын - мой папа, и мы, её внуки. Вот поэтому мое пренебрежение к несвежему хлебу вызвало у бабушки такие воспоминания.

Мне захотелось испечь такие лепешки. Бабушка посоветовала приготовить лепешки по такому рецепту: 0,5 кг подсолнечного жмыха- измельчить, можно в ступке, можно в блендере, добавить 100 г муки (желательно ржаной, кукурузной), 50 г сухих дрожжей, залить теплой водой, поставить в тёплое место на 30 минут. По желанию можно добавить свежую или сушеную зелень-укроп, петрушку, крапиву. Из полученного теста пожарить на сковороде тонкие лепешки. Подавать к столу горячими. Из моих бесед со старожилками нашего села, я узнала, что похожие рецепты были и в других семьях. Оказывается, что у наших дальних родственников тоже было спасительное блюдо в голодные времена- «веретеники», которые тоже готовили из «макухи» с добавлением измельченной сырой картошки или свеклы, репы, такие коржики запекали в печи.

В трудные годы все дети оставались детьми, и как и современным детям, им хотелось чего-нибудь сладкого и вкусного. Как рассказала мне одна пожилая женщина, в нашем селе у детишек любимым лакомством были запеченные в духовке корнеклубни сахарной свеклы. Хотя эта культура и была в то время сравнительно новой для Белгородской области (первые сахарные заводы появились только в середине 19 века, а уже «в 2017 году в августе месяце организована выставка «Сладкие истории» в Белгородском государственном историко-краеведческом музее».

[5]
Когда моя работа была уже закончена, наша соседка рассказала, что в их семье часто вспоминают конфеты из патоки. Так что работу по изучению особенностей питания жителей села Жабское можно будет продолжить.

Русские женщины очень находчивы, и экстремальных условиях находят выход из любой трудной ситуации. Вот и в голодное время находили разные способы, чтобы их прокормить своих детей.

3. Заключение

Я считаю, что мое исследование прошло удачно, во-первых, я ещё больше сблизилась со своей бабушкой, во-вторых, рецепт чудесных лепёшек восстановлен и мною опробован. Лепёшки по этому рецепту получаются действительно сытные и душистые. На вкус блюда не повлияли современные технологии приготовления- такие, как измельчение макухи в блендере и прожаривание на сковороде с антипригарным покрытием на природном газе

4. Используемая литература

1. . К.К.Галимская, «География Белгородской области», ЦЧР, Воронеж, 1976 год.
2. Г.Н. Григорьев, « География Белгородской области», БГУ, 1996 год.
3. Газеты «Белгородская правда», «Ровеньская нива»
- 4.Е.Терентьева "Подсолнечники" // журнал "В мире растений" - 2002 г. - №10
- 5.Афишка31 — электронное СМИ "Афиша и новости культурного Белгорода" (зарегистрировано Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций (Роскомнадзор) Свидетельство Эл № ФС77-43783 от 08.02.2011 г.)
- 6.Осыков Б.И. Сёла Белгородские. Энциклопедический справочник - Белгород. Облтипография 2001г.- 312с.

Приложение

1. Приготовление теста



2. Разделка теста



3.Лепешки готовятся



3.Прошу к столу. Всем приятного аппетита!





Дегустация с моими одноклассниками