Национальная кухня (далее НК) является неотъемлемой частью любой национальной культуры и является одним из основных объектов культурного наследия. Сегодня у каждого народа есть своя национальная кулинария, для которой характерны свои, отличные от других, национальные блюда. Кухня каждого народа, традиции и обычаи, связанные с едой - одна из важнейших частей его материальной и духовной культуры.

НК формировалась в соответствии с условиями жизни и уровнем развития кулинарной техники. В народной кухне нашли отражение религиозные воззрения народа. Например, мусульмане не едят свинину; многие буддисты - вегетарианцы, а некоторые не едят говядину; иудаисты делят пищу на кошерную и трефную (дозволенную и недозволенную); все блюда православных христиан делятся на постные и скоромные.

Национальная кулинария создается народом, но это не значит, что она есть что-то замкнутое, застывшее раз и навсегда. Кулинария – одна из наименее изолированных частей национальной культуры. Через взаимопроникновение национальные кухни оказывают влияние друг на друга. Можно найти много общего, например, в армянской и болгарской национальных кухнях, которые в свою очередь многое заимствовали из турецкой кулинарии. Немало схожих национальных блюд у народов Закавказья и Средней Азии, что позволяет нам говорить об общекавказской и среднеазиатской кухне.

НК развивается под влиянием культурного обмена с другими народами. Это естественный и закономерный процесс. Россия - многонациональное государство, где каждый народ, имея свои «фирменные» блюда, заимствовал рецепты и кулинарные хитрости у соседей, передавая им свои секреты. Каждая область и край России может похвастаться уникальными блюдами. В рамках данного проекта планируется провести ряд мероприятий, направленных на популяризацию хакасской кухни.

Актуальность проекта обусловлена несколькими факторами.

Во-первых, многие рецепты хакасских национальных блюд забываются. Так, предварительный анализ наименований хакасских блюд показал, что в хакасской кулинарии было не менее 50 блюд. Причина забвения многих национальных блюд не только в глобализации современного процесса, но и в том, что любой традиционный элемент требует инновации и приспособленности к современной эпохе. Иначе элемент традиционной культуры может забыться или превратиться в музейный экспонат. Так и национальная кухня. Так, например, для изготовления хана, помимо основного сырья требуется натуральная оболочка из кишок домашних животных. В видеокурсе будет показано, как можно заменить аутентичные элементы на современные. Например, как приготовить хан в рукавах для запекания. Или другой пример: основные сыры (пічірö, хурут, мӱчірее) изготавливались из творожистой массы поҷа, остававшейся на крышке хахпах - перегонного аппарата, который ранее был практически в каждой юрте. Через него перегоняли айран для получения айран араға (молочное вино). Сейчас же сложно воссоздать этот аппарат. Тем не менее, можно

использовать современные перегонные аппараты для изготовления молочного вина, которое, в свою очередь, в разумных пределах характеризуется качеством и полезностью.

В видеокурсах будет показаны и аутентичные способы приготовления хакасской национальной кухни, а также более приспособленные к современному времени.

Во-вторых, национальная кухня – это один из важных факторов привлечения туристов в регион. Бурное развитие туризма вызывает необходимость в изучении особенностей питания у разных народов. Необходимо знать его характерные черты, уметь готовить, правильно их подавать, квалифицированно включать в меню. В рамках проекта планируется издание открыток с фотографиями хакасских блюд с указанием энергетической ценности, с наименованиями, с рецептурой на трех языках: русском, хакасском, английском.

В-третьих, народная кухня – здоровое питание. Актуальность правильного рациона пищи в современных условиях существенно выросла, и обусловлена многими факторами. Подростки и дети, особенно в городской местности, буквально растут на фаст-фудах, о вредности которых каждому человеку известно, к этой категории относится: гамбургеры, шаурма, чебуреки, сэндвичи, хот-доги, чизбургеры различных видов, картошка-фри. В рамках проекта для городских детей и подростков будут прочитаны лекции о здоровом питании и о преимуществах народной кухни, а также проведена небольшая викторина по теме проекта.

В-четвертых, популяризация хакасской национальной кухни будет способствовать и популяризации местного сельского хозяйства, так как все блюда приготовлены из продуктов животного и молочного происхождения.

Проект подразумевает собой организацию и проведение мероприятий, направленных на решение проблем сохранения и популяризации хакасской национальной кухни. В результате реализации этого проекта будут впервые сделаны видеокурсы по изготовлению хакасских национальных блюд, а также впервые будет издан набор кулинарных фото открыток с рецептами их приготовления на трех языках (русском, хакасском, английском) и указанием энергетической ценности. Данные видео уроки будут выложены на официальных сайтах партнеров проекта и станут доступны любому пользователю Интернет. Для детей и подростков будут проведены лекции, мастер-классы, викторины в школах города, а также в Хакасском колледже профессиональных технологий, экономики и сервиса и в Училище Олимпийского резерва для обучающихся по специальности «Повар, кондитер». Самые активные участники просветительских мероприятий получат в подарок набор открыток.

Данный проект будет реализован в несколько этапов. На первом этапе будет собран теоретический материал, с поварами и с технологами будут расписаны рецепты, подсчитана энергетическая ценность продуктов и блюд для представления их в дальнейшем на видеокурсах и открытках. Данные материалы будут переводиться на хакасский и английский языки. В течение

нескольких дней в кафе «Ах-тигей» будет проводиться видеозапись приготовления блюд. В результате будет видеокурс, состоящий из нескольких разделов: введение, меню, включающие следующие блюда:

- хан - кровяная колбаса;
- хыйма - колбаса из мяса, сала, ливера;
- сохачы - шашлык из печени;
- мирек - блюдо в виде отварных изделий из пресного теста с начинкой из рубленого мяса типа пельменей, мант;
- орамыс/орамчых — блюдо, приготовленное из внутреннего бараньего сала, переплетенного тонкими кишками;
- чарбалыг ўгре, хырбан/харбан — блюдо, приготовленное из разрезанного на узкие полоски мясного филе, внутреннего сала, печени и тушенное в собственном соку;
- айран – кислый молочный напиток особой закваски, приготовленный из кислого коровьего молока;
- айран арага (молочное вино);
- пічірö, Саг мўчірее, пўчўрее, хурут /курут – сушёные сырки;
- хыбыран – напиток из сыворотки, приправляемый мёдом или сахаром;
- пызылах – сыр, приготовленный из свежего молока;
- чалбах – лепешки из дрожжевого теста, жаренные на жиру или масле в сковороде;
- поорсах/порсых, борусак – хлебные изделия в виде пончика, жаренные на жиру, сале, или масле;
- кömечек – калач из пресного теста;
- талган (3 вида), потхы.

Также видеокурсы будут содержать сведения о том о том, как и с чем подавать и есть эти блюда, как правильно есть. Готовые и сервированные блюда будут сфотографированы для набора открыток.

Данный проект очень востребован жителями Хакасии, поскольку в ходе его реализации будет устанавливаться преемственность в передаче народной кулинарии. Вся информация о проведении данных мероприятий будет размещаться на сайтах организаций-партнёров и на сайтах республиканских СМИ (радио- и телевидение ГТРК, газеты «Хабар», «Хакасия») и в соцсетях.