

Нестерчук Інна Костянтинівна,
кандидат географічних наук, доцент

Житомирський державний університет імені Івана Франка, м.
Житомир, Україна, e-mail: nester_geoeek@ukr.net

СПЕЦИФІКА ЕТНІЧНИХ КУХЕНЬ ПРАВОБЕРЕЖНОГО ПОЛІССЯ УКРАЇНИ: ІСТОРИКО-ГЕОГРАФІЧНІ РОЗВІДКИ

Стаття транслює наукові вишукування української регіональної гастрономії та презентації здобутків авторських досліджень. Активно в Україні почали розвивати гастрономічний туризм. Культурологічні студії транслюють кухні етносів та їжу. Неймовірна мальовничість і потужна міць українських регіональних гастрономічних традицій у якісних місцевих продуктах та автохтонних техніках, напрацьованих протягом тисячоліть. Строкати кліматичні умови, ландшафти, міжкультурні зв'язки спонукали до нарративу української регіональної гастрономії у світі. Унікальна культура Правобережного Полісся розкривається через апгрейд кулінарної спадщини поліщуків. В нинішніх реаліях наріжним каменем стають принципи здорового способу життя й безпеки життєдіяльності етносів, які проживають також і на уражених чорнобильських територіях. Ці терени сформували унікальні особливості побуту, впізнану архітектура, традиції, а також етнічно марковані – кулінарні вподобання.

Мета. Дослідити специфіку етнічних кухень Правобережного Полісся України. Спираючись на власні експедиційні дослідження презентувати унікальність харчування етносів Правобережного Полісся України. Популяризувати традиційну поліську кухню, яка є основою здорового харчування та підвищити потенціал туристичної привабливості регіону.

Методика. Застосовано інтерпретовану методику польового етнографічного дослідження, яка надала змогу дослідити історіографію харчових відбитків поліщуків Правобережного Полісся України. Власні експедиційні дослідження заздалегідь визначеним маршрутом територією регіону надали змогу, здійснити ідентифікацію гастрономічних студій різноманітних етнічних груп.

Результати. Поглиблено вивчено кухні етносів проживання досліджуваного регіону. Уточнено гастрономічні відомості про автохтонні продукти місцевих жителів території дослідження. Створено банк-даних зі справжніми рецептами та технологіями приготування, що необхідно для популяризації гастрономічного туризму та просування унікального туристичного продукту регіону.

Наукова новизна. Вперше під кутом гастрономічного туризму розглядається окремий регіон через трансляцію етнокультурних сенсів – національну кухню. Вперше проведені гастрономічні польові дослідження місцевих спеціальтетів Правобережного Полісся з подальшим створенням банку автохтонних рецептів поліщуків. Проведено ґрунтовну ревізію етносів проживання, з їх харчовими вподобаннями та традиціями.

Практична значимість. Гастрономічний туризм глокалізує кухні етносів виокремленням серед інших та підкресленням власної ідентичності та неповторності. У кожній національній кухні існують усталені концепти, що виникли у процесі комунікації. Для українців таким концептом є страви, які ідентифікують окремий регіон, збуджуючи смакову уяву туристів. Строкатість етносів Правобережного Полісся України має змогу представити потужний асортимент національних кухонь місцевими рестораціями, які наповняють туристичні дестинації гастрономічними контентом та залучають туристичні потоки.

Ключові слова: гастрономічний туризм, кухні етносів, блюда поліщуків и технологии их хранения, Правобережное Полесье Украины.

Nesterchuk Inna Konstantinovna,
Candidate of Geographical Sciences, Associate Professor

Zhytomyr Ivan Franko State University, Zhytomyr, Ukraine, e-mail:
nester_geoeek@ukr.net

THE SPECIFICITY OF THE ETHNIC CUISINE OF THE RIGHT-BANK POLESIE OF UKRAINE: HISTORICAL AND GEOGRAPHICAL INVESTIGATIONS

The article broadcasts scientific researches of Ukrainian regional gastronomy and presentations of author's researches. Actively in Ukraine began to develop gastronomic tourism. Culturological studios broadcast ethnic cuisines and food. Incredible picturesqueness and amazing power of Ukrainian gastronomic regional traditions in high-quality local products and autochthonous techniques developed over thousands of years. Variegated climatic conditions, landscapes, intercultural ties prompted the narrative of Ukrainian regional gastronomy in the world. The unique culture of the Right-bank Polissya is revealed through the upgrade of the culinary heritage of the Poleschuks. In the current realities, the principles of a healthy lifestyle and the safety of the life of ethnic groups living also in the affected Chernobyl territories are at the forefront. These territories have formed unique features of life, recognizable architecture, traditions, as well as ethnically marked culinary preferences.

Goal. Explore the specifics of the ethnic cuisine of the Right-Bank Polissya of Ukraine. Based on their own expeditionary research, to present the uniqueness of the nutrition of the ethnic groups of the Right-Bank Polissya of

Ukraine. To popularize the traditional Polissya cuisine, the basis of a healthy diet, and to increase the potential of the region's tourist attractiveness.

Method. An interpreted method of field ethnographic research was applied, which made it possible to study the historiography of the food prints of the Poleshchiks of the Right-Bank Polissya of Ukraine, to identify gastronomic studios of various ethnic groups.

Results. The cuisines of ethnic groups living in the studied region have been studied in depth. The gastronomic information about the autochthonous products of local residents in the study area has been clarified. A databank with real recipes and cooking technologies has been created, which is necessary to popularize gastronomic tourism and promote the unique tourism product of the region.

Scientific novelty. For the first time, a separate region is considered from the angle of gastronomic tourism through the translation of ethno-cultural meanings - national cuisine. For the first time, gastronomic field studies of local specialists from the Right-Bank Polissya were carried out, followed by the creation of a bank of autochthonous recipes for Poleschuk. A thorough revision of the ethnic groups of residence, with their food preferences and traditions, was carried out.

Practical significance. Gastronomic tourism globalizes the cuisines of ethnoses in the Middle Ages and inspires the Russian identity and uniqueness. The leather national cuisine is based on tired concepts, which are blamed on the process of communication. For Ukrainians, such a concept is stravy, as if identifying an ocremic region, evoking the relish of tourists. The ethnicity of the Pravoberezhny Polissya of Ukraine can present a wide range of national cuisines with local restaurants, as if to remind tourist destinations with gastronomic content and attract tourist flows.

Keywords: gastronomic tourism, gastronomic tourism, Right-Bank Polissya of Ukraine, objects of gastronomic tourism, cartographic model of gastronomic tourism potential.

Вступ. Правобережне Полісся України донині ідентифікується стравами, які досі у вжитку страви, яким «літ та літ». Вони наче пахнуть старовиною: каплун, вихватень, перепічки, каврук, джур, зіваки та інші. Мудра політика простих поліщуків в тому, що споживати треба було те, що виростало і вирощувалося на рідній землі. Сучасний туризм переживає, «гастрономічний бум». Наразі дослідження гастрономічної культури минулого, допоможуть зрозуміти хто ми, як і куди рухатися. Апгрейдити рецепти цікавої автохтонної їжі перетворивши їх комфортні страви стало фішкою дорогих ресторанів.

Постановка наукової проблеми. Поглиблено вивчити кухні етносів проживання досліджуваного регіону. Уточнити гастрономічні відомості про автохтонні продукти місцевих жителів території дослідження. Створити банк-даних зі справжніми рецептами та технологіями приготування, який необхідний для популяризації гастрономічного туризму та просування унікального туристичного продукту регіону.

Завданням нашого наукового вишукування є тлумачення соціального феномену – гастрономії поліщуків, яка збирає в національний пазл сенси, норми та цінності процесу приготування, зберігання їжі. Головним месечем є розширення обізнаності міжнародної громадськості з харчовими брендами різних етносів проживання на теренах України, зокрема Правобережного Полісся.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Мережа української кулінарної спадщини представлена працями: Л. Артюх [1– 4], А. Барбарич [5], Д. Басюк [6], Н. Боренько [7], Хв. Вовка [8, 9], Л. Герус [10], М. Гримич, [11], В. Доманицький [12], М. Жовнірова [13], П. Замостян [14], Л. Кравецька [16], В. Кравченко [17], М. Мороз [19], В. Наулко [20], В. Ніколенко [22], І. Несен [23], С. Павлюк [26], В. Панченко [24], М. Пйотровський [21], Т. Пархоменко [25], Т. Русінова [27], Р. Свирида [28], П. Чубинський [29], О. Юрчук [15], С. Яценко [30], та ін. [18].

Метою даної статті є інтерпретація харчової культури поліщуків, завдяки міжкультурній інтеграції та процесам глобалізації, що в свою чергу виведе унікальні поліські продукти чи страви в ранг міжнародних гастрономічних брендів, сучасних бестселерних кулінарних шедеврів.

Основні завдання дослідження: дослідження та популяризація гастрономії поліщуків, кухень етносів проживання Правобережного Полісся України, уточнення гастрономічних вподобань, продуктів харчування, страв населення досліджуваної території, створення банку-даних автохтонних страв та їх рецептів.

Виклад основного матеріалу. Правобережне Полісся України має такі автохтонні унікальні кухні етносів: українців, росіян, білорусів, поляків, чехів, євреїв, вірмен, азербайджанців, татар, молдаван, болгар, німців, ромів, греків, румунів, угорців.

Вивчення кухні та кулінарії українців є актуальною проблемою в сучасному суспільстві. Почасти регіональні українські кухні відрізняються одна від одної. Віковий голос української кухні вражає гордістю та культурною самобутністю і має етнічну цінність. Кухню нашого народу потрібно анонсувати як потенціал «м'якої сили» української гастрономії. Це є неоціненний ресурс, який маркує уявлення про країну, знайомить з її культурою та приваблює нових прихильників,

туристів та професіоналів кухарської справи. Щоденні страви українців в залежності від складників поділяли на страви з рослинних та тваринних продуктів. Страви першої групи включали: приготування їжі з зернових та овочевих продуктів. Страви другої групи були м'ясні, молочні, рибні. Напої складали окрему групу. Праслов'янська традиція приготування варіювала від варіння, тушкування та до сажання та википання. На столі був цілий спектр страв: варені, печені та смажені. Всі харчові операції виконували в печі. Найпопулярніша страва була каша (кін. XIX – на поч. XX ст.) з мелених зерен, з товчених круп, із мелених зерен та борошна. Для її приготування використовували пшеницю, ячмінь, гречку, просо, овес, кукурудзу. Для приготування юшки (супу) використовували ті ж самі крупи. Широкого вжитку набув «куліш», «польова каша» [3]. Кашоподібні мучні страви: вівсяне толокно, кисіль, згадується ще у Лаврентіївському літописі [4], лемішка переважно з гречаної, мамалига з кукурудзяної муки була присутня на столах бідних селян. Джур та кисіль ідентичні страви [13], які робили з гречаного борошна на території Київського Полісся. Ця страва зустрічалася Правобережною Україною ще до середини XIX ст. [9].

Улюбленою стравою була кваша, яка відрізнялася за технологією виготовлення, особливо в регіоні Правобережне Полісся. Найбільш древньою з борошняних страв є затірка. «Коми» готували з товченої картоплі, горохового пюре змішуючи з пшеничним або картопляним борошном з додаванням макового сім'я. В піст варили варениці (варяниці), вареники з пісною чи скоромною начинкою. Існування печеного хліба датується VI – VII ст. [20]. Випікали його з житнього борошна, ячний (Рівненщина). Хліб вчинений (чорний та кислий на смак) характерним був до другої половини XIX ст., а от більш древнім способом з прісного, не заквашеного тіста. Замінниками хліба були перепічки. З квашеного пшеничного тіста готували «пундики» та перекладали цибулею підсмаженою в олії. Випікали пироги з начинкою з сиру, картоплі, капусти, гарбуза, квасолі, маку, вишні, калини, сухими тертими грушами, сливами. Дуже рідко як начинка використовувалося м'ясо. Млинці й оладки ще називали «блинці», «налисники», «завиваники», які випікали з пшеничного, гречаного або сумісного борошна.

Уваги заслуговує така древня овочева страва як борщ: борщ з капустою, зелений, заправлений яйцем та сметаною і холодний «холодник» [12]. Населення Правобережного Полісся України вживало виключно борщ на засмажці (м'яса не клали, а використовували сало, що було продиктовано бідністю). На другому місці був капуста – «капуста». Юшки, супи варили з молодим горохом, квасолею та морквою.

Другим хлібом наприкінці XIX ст. стала варена картопля – в лущайках, чищена та ціла та «мячка», «камачка» (Черняхівський район, Житомирської області), пюре – «мньюлка». Простими та вживаними були страви з печеної та смаженої картоплі з цибулею, олією, салом, які запивали кислим молоком «кисляком». Північні райони Українського Полісся славилися «дерунами» – «драники», «терчаники» з сирої тертої картоплі.

З сирих овочевих страв вживали часто солені огірки та квашену капусту та різні салати, заправлені олією та без. Солодкими стравами були гарбуз варений або печений, залитий солодким молоком. У піст його заміняли конопляним чи маковим.

Фрукти та ягоди: груші, яблука, сливи, вишні, черешні, смородину, дикоросів – калину, бузину, чорницю, малину, терен та використовували як начинки і їли свіжими.

«Другим м'ясом» в раціоні бідних селян називали гриби – опеньки, підосичники – «красноголовці», підберезовики – «бабки», які вживали в піст та зимою сушеними. М'ясні страви в щоденному раціоні були майже відсутні, готувалися лише на свята. Телятина та яловичина рідко подавалася до столу на початку XIX ст. так як невелика частка селян мала корів [30]. Різали свині та вівці і птицю до свят. Національною є страва – кров'янка, товсту кишку чинили кров'ю, кашею та молоком. Конину неживали в харчовому раціоні. З начинки ліверу, січеного м'яса та каші начиняли голубці – «голуби» (Олевський район, Житомирської області). Ковбаси, кендюх, холодець вживали у святкові дні. Такі страви як «рубці», «хляки», «фляки» з пшоном, каші, лемішки із шкварками, картоплею та салом були на столах у селян. Буднього дня яйця не вживали. Інколи варили чи смажили. Рибні страви подавали зрідка. Саме смажену, рідше тушковану в сметані. Найвжитковіші були молочні страви. Масло та сметана були не доступні більшості селянам і використовувалися як забіл перших страв. Церква раціон прихожан жорстко контролювала за днями, де не можна було їсти м'ясо та м'ясо-молочні продукти.

Напоями були пиво, мед до кінця XIX – поч. XX ст. В селянському середовищі не одержали розповсюдження: кава та чай. Зазвичай на Правобережній Україні пили квас приготований різними способами [17] – хлібний, фруктовий з груш дичок «гниличок» та яблук «кисличок». Ягідні кваси називали на Поліссі та Волині – «бруснічник», «каліновник», «ягоднік», буряковий, який готували

рідко та узвар. Сік – березовий, кленовий. В бочках сік був заправлений сушеними яблуками, журавлиною та шматком стільника, смаженим зерном, ячменем, чорним сушеним хлібом та споживався виключно поліщуками. На Поліссі щоденно та на свята готували узвар – «взвар», «вар» з диких ягід, особливо чорниці. Ритуальна страва, ще з часів Київської Русі, була медова сита, а ж до XIX ст. Надалі її використовували до куті та колива. Мед як традиційний напій не вживали вже на поч. XX ст. Більшої популярності набули наливки та настойки на калгані, зубрівці, звіробі, кропиві [5] у заможних верств населення. Поліщуки не пили чаїв, а заварювали листя м'яти, суніці, цвіт липи, звіробою, пелюстки шипшини, троянди, гілочки сливи, малини, вишні, смородини та решта диких рослин. Кави не вживали.

Національна меншина *росіяни* є другою після українців, вона розселена дисперсно Україною та найбільше представлена на сході та півдні країни та проживає у великих містах держави Донецьку, Дніпрі, Запоріжжі, Києві, Луганську, Одесі, Харкові, Сімферополі. Відчутне зменшення вище зазначеного етносу в Україні відбулося з 2001 р. причиною, якого стала не стільки властива для багатьох етнічних груп демографічна криза або активна еміграція, скільки зміна ідентичності національної багатьма росіянами, які проживають в Україні.

Специфіка етнічної кухні меншини полягає не у впізнаній рецептурі, але й у тім, що вона по-своєму окреслює певний стиль життя. Приготування страв до XVIII відрізнялася своєрідним запіканням різних страв у так званій «російській печі». Посуд застосовували глиняний – горщики. Страви з печі вирізнялися особливим смаком і ароматом, але цей спосіб обмежував розмаїтість теплової обробки продуктів. Взагалі велика різниця між українською і російською кухнею в перших рідких стравах – супах. Ці страви почали називатися лише так з XVIII ст. Давнину їх називали «хлебова». Різновидами були щі, кал'ї - розсолники із солоними огірками, юшки, ухи, солянки і борщі. Одних щі було 60 видів: з м'ясом, рибою, головизною, із грибами, щі ледачі, порожні, добові, зелені, кислі, із кропиви тощо. В росіян перша страва «суп из крупы» [2], вівсяне толокно [4], з квашеного солодового тіста готували «кулагу» [1, 3], рідка мучна каша «соломаха» [8], «завариха», «болтушка». Каші ячна та перлова на першому місці, які були спочатку однозначно обрядові. Борщ з буряком те ж був поширений, а буряк для нього заквашували. Широкого вжитку набули «щі» без борошняних додатків. Популярна була «окрошка» з посіченої цибулі, вареної картоплі, яйця, огірка та зелені кропу та петрушки. Готували грибні печені і супи та багато солили різних видів грибів. З м'яса і картоплі готували «душеніну». Овочі квасили такі як капуста, засолені огірки і мочені яблука. Найвідомішою та улюбленою стравою російського етносу є пироги. Саме цей національний виріб не піддався іноземному впливу. Під кожне свято готували свій вид пирога з певною начинкою: з м'ясом та рибою, визогою та оселедцем, молокоами, сметками, яйцями і сиром, грибами та кашею, ріпою, цибулею і капустою. Риба була у великій пошані, яку готували цілою у тісті та споживали в різному виді. Горілчаний напій «збитень» набув широкого поширення серед бідних верств населення. Поширеним був чай та церемонія чаювання з самоваром. Великий вплив на раціон та кухню населення мала православна церква з її суворими та частими постами: столи були розділені на пісний (рослинно-рибно-грибний) і скоромний (м'ясний). Церковний календар містив меню по днях, яке дотримувалося населення.

Самобутній етнос *білоруси* мали свою унікальну кухню. Білоруси готували супи – «крупнік» [2], каша з вівса [4], «саладуха», «раугеня», «путра» [8]. В піст їли «калатуху» з гречаного борошна подібна страва до лемішки. Бовтуха ж варилася з житнього або ячмінного борошна. Страву «зацірка» споживали з олією та маслом або без них. З різних вихідних продуктів за одним принципом готували: «ками» з вівсяного або гречаного борошна, «клецкі», «вареніна», «галушки», що варили у воді, молоці чи конопляному молоці [4]. Плескаті коржики з гречаної лемішки називали «плешчаніка», які складали в макітру та ставили в піч. Широко відомі «лапуни», «сковороднікі» [4]. Борщ носив назву «бурякі», зелений весняний з щавлю, лободи, кропиви, петрушки, кропу, зрідка бурякової гички [18]. Поширений був капуста, але з «заколотою» з пшеничної чи житньої муки. Значної популярності у білорусів набули «дранікі» [4], «дзеруни» з начинкою з сиру та м'яса і без неї. Додавали підливу із загущеного борошна сметани та грибів. Солили та споживали свіжими печериці, сиріжки, опеньки, лисички, рижики, хрящі, маслоки. Вживали м'ясо свиней та вівць, птиці виключно у свята. Мали місце ритуальні напої – «хрестинний збитень», який включав суміш хрину, редьки і меду та солі [4], який відрізнявся від інших напоїв етносів.

Найбільша чисельність *поляків* проживає на території Житомирського Полісся (3,53% від частки населення), Волинського Полісся (зокрема Рівненська область) цьому передували певні історичні події. Правобережне Полісся України налічувало вагому частку польського поміщицького землеволодіння, в якому виділялися великі латифундії магнатів зі знатних польських родів -

Сангушків, Браницьких, Потоцьких, Любомирських. Етнос поляки зберегли традиційне приготування їжі на українських землях. Сніданки польських селян кінця XIX - на поч. XX ст., включали хліб, сало і молоко. Рідкі перші страви зазвичай засмачували салом, маслом, сметаною. Поляки споживали кислі юшки жур – «zug», які готували з борошна, заквашеного на воді, до кінця XIX ст. На столі були такі страви як квасниця, яку готують з квашеної капусти, баршч – з квашеного буряка. Починаючи з кінця XIX ст. борщ висувається на перший план за своїми поживними якостями. Серед других страв найуживанішими були всілякі каші - їх заправляли салом або ж подавали із молоком, і «клюски» (із сиром чи молоком), «цястечко» (домашня локшина, замішана на яйцях), відварена картопля; у святкові та вихідні дні – «пирого» (вареники), гриби, «бігос», м'ясо [24]. Популярною була «zasierka», кисло-солодка «кваша», «макарон» так звані млинці з крохмалю, яєць, які пекли та різали ножицями а потім висушували. Смаколикми були «лазанки» з тіста як на вареники готували маленькі подушечки, які відварювали та перемішували із варенням. Великодніми стравами були паски, але випікали ще «марципани» та не звичний для нас «наполеон» на Волинському Поліссі. Коржі «наполеону» пекли чималі та перемашували заварним кремом. Польська кухня майорить кондитерськими виробами до різних урочистих та релігійних подій: весільне та новорічне печиво у вигляді птахів і тварин, пряники, торти, тістечка. Традиційно в селах пекли весільний «коровай». Недільною стравою поляків Житомирського Полісся була «печеня» - тушкована ребрина, до якої робили підливу, та смажили млинці й капусту [24]. Смачними напоями були кава із хлібних злаків і натуральний чай, настої із трав. Молоко поляки споживали рідко на відміну від сусідів-українців. Релігія те ж мала значний вплив на харчування польських селян. Побутували у пісні періоди: пісний борщ з квасолею, капуста та риба, картопля в «лупинках», яку їли з хрінном, а також пирого з «гурдою». Остання готувалася із конопляного сім'я, що розтиралось в макітрі й пересмажувалось із цибулею на пательні (сковороді) [24]. Алкогольні напої - горілка, вино, пиво, медовуха у XX ст. порівняно мало почали вживати у зв'язку з церковними заборонами. На споживчому ринку появились безалкогольні напої: содова вода, лимонад, квас [27].

Сліди німців на Правобережному Поліссі України повсюдні це і старі німецькі цвинтарі на околиці сіл та в глибоких поліських пушах, церковні споруди та об'єкти архітектури. Нитка історії візуалізує криваві події XX століття, але тим самим показує і їхню трагедію. Згадки про німців в Україні датуються кінцем X ст., крокуючи епохою середньовіччя і до нині. Наразі в Україні німці є етнічною меншиною, яка проживає переважно у південних і східних областях України та на Закарпатті. Німців-менонітів приваблювали «імператорські» пропозиції, які дозволяли їхати за бажанням, вільно сповідувати свою релігію, без оподаткування до 30 років і довічно – від військової повинності. Вони втікали від руїни після наполеонівських воєн і малоземелля. Ласим шматком було Волинське Полісся, де колоністи селилися обабіч Києво-Брестського шосе – нині частина дороги М06 «Київ – Чоп». Волинська губернія до Першої світової війни налічувала майже 210 тисяч німців. Найбільше німців сьогодні проживає м. Новоград-Волинську та м. Житомир. Землі (умовно кажучи поліські болота) німці-колоністи, перетворили на родючі наділи, які обробляли кращими знаряддями обробітку землі, педантично вносили добрива, стежили за сівозміною. Кухня німецького народу глибоко традиційна ти вирізняється великою різноманітністю страв зі свинини (тюрінгська печеня в горщику, шніцель відбивний з окорока, окорок зі стручковою квасолею, філе і біфштекс по-гамбургськи, розбрати, шморбратен, шельклопс), телятини, яловичини, птиці, дичини, риби. Заслуговує на увагу така страва як «кислий каббес», відварена свиняча голова чи ребра з дрібно порізаною цибулею, кислою капустою, обчищеними шматочками яблука, ягід ялівцю, додаванням білого вина. Німці полюбляють різноманітні овочі, особливо капусту, відварену картоплю. Овочі споживали зазвичай варені: відомі гарніри варений горох, боби. Родзинкою є сполучення яблук та капусти. Шанують та передають традиційні рецепти наваристих, жирних супів з бобами [21], картоплею, капустою. Особливе місце займають айнтопи – густі супи з м'ясом, сосисками, сардельками, ковбасками, квасолею, горохом і овочами [21]. Аутентична технологія приготування супів з використанням ковбас та інших м'ясопродуктів, а також пива. Другі страви готували виключно з натурального м'яса, а посічене використовували вкрай рідко. Німецькій кухні світову славу принесла оригінальна страва, як сосиски з тушованою квашеною капустою. У німців запозичили інші етноси джур «sauerkraut» – кислий [8]. Схожі з українцями в любові до свинячого сала та житнього хліба. Страви вживають не гострі з прянощами й приправами поводяться обережно. Візитівкою етнічної німецької кухні – різноманітні сосиски та ковбаски. Повсюдно їли кисломолочні продукти, бутерброди пшеничні чи житні: із сиром, маслом, ковбасою та рибою, солодкими та солоними сирними пастами. Страви з яєць: з

копченим оселедцем, сиром, помідорами. Фарширували яйця всілякими паштетами. Намазками на бутерброди слугували олійно-масляні маси з овочів, ковбас, риби. Страви з овочів, шинки, ковбаси, сосисок, оселедця подавалися із різносмаковими соусами. Популярності зажив соус – «рольмопс». Побутували на столах салати із м'яса, овочів та різної риби: шпроти, сардини, оселедець з різними соусами, з нового століття з додаванням майонезу. Рибні страви широкого вжитку набувають з ХХ ст., що пов'язано з модою на здорове харчування. Алкогольні напої – шнапс, вино користувались популярністю, особливо пиво з гострими і копченими сортами сирів. З гарячих напоїв зазвичай смакували чай та каву з великим асортиментом кондитерських виробів: пироги зі штрейзелем (посипанням, що імітує горіхові крихти), пряники, яблучний струдель. Пройшовши чималий історичний період в цілому німецька національна кухня залишилася простою та відрізняється великою розмаїтістю страв з овочів, м'яса, риби, борошна.

Кухня *єврейської діаспори* – це симбіоз бурхливої та багатогранної історії цього народу з вплітанням релігійних законів та святкових традицій євреїв. Етнічна кулінарія підпорядковувалася релігійним звичаям і обмеження у виборі і сполученні продуктів харчування, які поділяли на дозволені (кошер) і заборонені (треф). Смакова палітра збагачувалася за рахунок змішування кулінарних традицій країни, в якій проживали зокрема на території Правобережного Полісся. Перші євреї на Поліссі – це купці, парії Римської імперії [31]. Євреї осідали у «провінційних містечках» Житомирського та Волинського Полісся, завдяки указу Катерини II 1791 року, який регулював «межу осілости» п'яти мільйонного етносу, якому дозволялося жити і торгувати не створюючи економічної конкуренції імперським купцям і дворянам-землевласникам. Прослідкувати ментальність, єврейську культуру і сьогодні, у ХХІ ст., можливо за архівними документами міст Бердичіва (відоме, завдяки великому хасидському праведнику, раббі Леві Іцхаку), Овруча, Житомира та населених пунктів Радомишль, Лугини Коростенського району та ін. Або за датами похоронної культури: «життя і смерті» початку ХІХ ст. на старому єврейському цвинтарі в с. Кизили, с. Підруддя, смт. Лугини. На фотографії надгробки дерев'яних могил, цвинтарі чимось нагадують бджолину пасіку (рис. 1). Євреїв у поліських лісах, полях, болотах уже майже немає. Найбільшою є єврейська спільнота Житомирщини: 85% її представників проживає в обласному центрі і містах обласного підпорядкування. Цьому посприяв Чорнобиль, згодом розвал СРСР, нову хвилю традиційного українського антисемітизму євреї сприйняли як меседж від пророка Мойсея. Але пішли-поїхали не в пустелю, а до Ізраїлю, США, Німеччини, Австралії, Англії, країн Скандинавії.

До початку Другої світової війни населення деяких міст України, особливо на Поліссі і Волині, більше ніж наполовину складалося з євреїв. Євреї ашкеназійські мали свою специфічну кухню, яка була відмінною від сефадських. На території Українського Полісся проживали євреї – ашкеназійські, на кухню яких великий вплив зробили релігійні звичаї і викликані ними обмеження (кашрут). До типових ашкеназійських страв відносять **рибу гефілте**. **Спосіб приготування:** знімається шкіра, а філе розділяють на дрібні шматки, додаючи яйця, цибулю, приправи. **Рідкі страви - це супи**, популярний курячий бульйон, холодний щавлевий борщ, квасолевий суп з картоплею, холодний суп з сухофруктами. Другі страви подаються гарячими: фарширована шийка та фарширована риба.



Рис. 1 «Будинок вічності» с. Підруддя Овруцького району [31]

До них додають або домашні макарони (lokshen), або кнедлики (kneidlach). М'ясо та жир до супів не клали. Борщ або крупник саме готували з макаронами та кнедликами. Надавали перевагу

печеному м'ясу, дрібно порізаному, приправленому оцтом. До наполовину готового запеченого м'яса додають цукор та лавровий лист, перець та родзинки, сіль та трішечки оцту. До столу подавали гуляш, шніцель. Найвідоміша на увесь світ страва єврейської кухні є **цимес**, яка складається в основному з приготованих овочів і фруктів з додаванням м'яса. Рибу вживали (окрім сома, вугра), але не водоплавних тварин (молюски, ракоподібні). Червона ікра – кошерна, а чорна ні. Дозволялося вживати мед. Але під суворою заборонаю були комахи. Номер один овоч – морква і ріпа. Серед фруктів обирали грушу, яблуко, інжир, сливу. Але з дерев, яким 3 роки. Вживали компоти із слив. Національна меншина євреїв готувала ще такі традиційні страви як яблучний пиріг, бабу гануш, бабку, баклаву, халу, латекс, **кугель**, медовик, манне печиво з горіхами, вино малага, пастрома, маца, оселедець в оцті, халву, суфганіот. Завжди дотримуються 5-6-ти годинної перерви між молочними та м'ясними стравами. На єврейську Пасху – Песах подавали ритуальну страву «**харосет**» - у вино додавали суміш горіхів, сушені чи свіжі фрукти, спеції. Якість продуктів перевіряв рабин та видавав відповідні сертифікати кошерності. Звідси поділ їжі на дозволену (кошерну) та заборонену (трефну). Але сьогодні вноситься корективи у харчові заборони: в минулому всі євреї суворо дотримувалися цих правил, але сьогодні, це робить лише 25-30% євреїв.

Розселенню *чехів* територією Правобережного Полісся сприяли господарські, військові та культурні зв'язки. Слід чехів датують XIII ст. на Русі. Перші чеські поселення у **Волинській** губернії (це частина територій Житомирської, Рівненської і Волинської областей України) утворилися впродовж 60-70-х років після скасування кріпосного права. Один із масових етапів чеської колонізації приурочений до другої пол. XIX ст., продиктований безземельністю, бідністю, складними умовами праці. Село Мала Зубівщина Житомирської області на сьогодні є найбільш компактним місцем проживання чехів.

Голова столу то є хліб, таку святу повагу етнос чехи, який мешкав на поліських теренах перейняли від українців. Їхня культура індустріальна та не переживала голодоморів, що і відбилося в такому не вельми шанобливому ставленні до хліба. Для чеської гастрономії притаманно копчення. Селяни мали одну чи дві копильні на населений пункт. М'ясо, сало вудили димом, який утворювався при спаленні фруктових порід дерев. Такі копченості зберігали в рогозяному кошику з кришкою. Фішкою гастрономії були «кнедлики», які мали свої особливості залежно від того, з якого краю Чехії господарі емігрували в Україну. Виготовляли цей кулінарний виріб з борошна грубого помелу, картоплі чи сиру. До них додавали капусту з тмином. Запікали качку, гуску чи курку. Тарілка страви «кнедлики» з картоплі, компонувалася так: знизу клали капусту, зверху їх, а на верх поламане м'ясо птиці. Для приготування кнедликів з сиру використовували борошно, сир, дрібку солі та цукру. Варили в окропі та їли зі сметаною та маслом, маком та медом або перекрученою на м'ясорубці «сушеною» – тобто сушеними яблуками. Чеська меншина на урочисті події і зараз готує кнедлики. У чеських родинах готували суп з домашньою вермішельлю - «нудлеву полівку» – це суп (з картоплі і цибулі, моркви та приправлений перцем та лавровим листом, петрушкою) з домашньою вермішельлю. Але були варіанти «нудлевої полівки» без картоплі. Сьогодні в гастрономії чехів зустрічається часто «залеївана полівка», приготована з традиційних інгредієнтів, до яких додають трішки борошна з яйцем, перетираючи в руках. Ці невеликі шматки тіста варили, а в кінці заправляли полівку сметаною. На увагу заслуговує ще одна домашня - «шклубанкова полівка», яка включала традиційні інгредієнти, але шматки («шкубатки») тіста відривали («шкубали») та кидали в киплячу воду. Автентичною є страва «чеснечка»: варена картопля, а вода зіллята з неї заправлялася часником товченим та чорним черствим хлібом (квадратиками), перцем та лавровим листком, а також смаженою цибулею. Класикою є дві страви – «сулц» (чехи так називають холодець) і «яглі». Інгредієнти для «яглі» - заливали водою по половині перлову крупу та горохову крупу. Після готовності заправляли шкварками з цибулею. Потужною є страва печеня та «обманна печеня», яка складалася з чималих обжарених кусків сала з додаванням цибулі та муки піджареної і вареної картоплі. До картоплі додавали у воду всі інгредієнти та кип'ятили. Робили чехи домашню ковбасу «їтерніце» – це сальтисон. Птицю запікали майстерно в печі. Чеські господині у великих дубових діжках солили на зиму помідори, огірки, капусту, яблука на зберігали у кам'яних льохах. Кондитерські вироби випікали, а саме смачні «струдлі» з маком, з яблуками, «колаче» (пиріжок без начинки), а також «метенку». Традиційні солодкі страви – пироги з маком та «пляцкі». Замість чаю пили перепалений цукор, з додаванням кип'яченої води. Різдваною стравою були булочки, які ламали на шматочки й перемішували з медом і маком. До столу додавали свіжі яблука і грецькі горіхи. Традиційно чехи п'ють пиво.

Вислід історії етносу *вірмен* на території України та зокрема Правобережного Полісся, яскраво засвідчує вірменський вчений **Ананія Ширакаці** у праці «Географія» VII ст. На територію

України-Руси вірмени заселялися ще з часів слов'янських племен, чому сприяли багатогранні зв'язки. Мігрували безпосередньо з Вірменії, або ж через інші канали - Крим чи Молдова. Ареали розселення вірменських колоній (70) теперішньої України це правобережно-західний та північно-причорномоський [32, 33]. Починаючи з XI-XVII ст. причинами переселення були: малоземелля, розпад СРСР, нестабільність на Кавказі (Карабаський конфлікт), землетрусу в Спітаку. Нараз вірменські родини є у м. Житомир Житомирської, м. Володимир Волинської областей. У Рівненській області мешкає понад 400 родин вірмен – Дубно та Сарнах. Вірменська кухня налічує понад три тисячі років та кухнею довгожителів. Осілі вірмени асоціюються з випічкою лаваша в «тонірі» («тондір») – циліндричній земляній печі [33]. В основу раціону покладені корисні продукти: овочі, фрукти, зелень (кінза, м'ята, естрагон, базилік), прянощі, сири, зернові, риба у правильних пропорціях. Основні страви вірменської кухні – полбу (національна страва), смажене м'ясо, вірменський лаваш і кінза. Обід традиційно розпочинали із зелені, страви щедро заправляли різними приправами, а м'ясо (кябаб) готували і їли з овочами, фруктами та зеленню. Поминальними були страви «Хашлама» (відварне м'ясо), відварна квасоля, «харіса» (страва із вареного м'яса та пшениці) [33]. Суп із чечевиці з картоплею, був однією із найрозповсюдженіших страв. Вживали салат із буряка. «Конвертики» із шаруватого тіста з начинкою із солоного сиру та зелені називали «хачапурі». На релігійні свята готували «гата» (солодкий пиріг), в який заліплювали монетку «на щастя». Фарбували яйця, відварювали рибу «кутап», «долму» – голубці у піст в соленому капустяному, м'ясні у виноградному листі. Куштували на великодньому столі солодкий плов із родзинками, курагою та сухофруктами з великим блюдом із зелені, але паски не випікали. Найвідоміші солодоці – «гата», «пахлава», «суджух», «ншані курабя» (солодоці для заручин). У 2014 році вірменський лаваш був включений в список об'єктів нематеріальної спадщини ЮНЕСКО.

Переплетені історичні події стали поштовхом до появи *азербайджанського етносу* в Україні: спільне перебування в складі СРСР та його розпад, служба в лавах цієї держави, студентські обміни між республіками, карибська війна та перші біженці, пошуки кращого життя в буремні 90-ті роки. Незалежна Україна нараховує понад 45 тисяч азербайджанців. Азербайджанці не забувають про своє коріння та кухню. Головні страви: плов, баранина, «кутаби» – місцеві пиріжки з м'ясом. Родзинкою азербайджанської кухні є поєднання м'яса не з овочами, а з фруктами, що відрізняє їх шашлик від решти народів. Культура споживання прянощів дуже розмаїта – фенхель, базилік, шафран, коріандр і все надмірно. Застілля починали завжди із закусок, сирів, маринадів, солінь. А далі шашлик із баранини, плов з овочами та ніжна долма. Рідкими стравами були супи – «піті» з нуту, яловичини, аличі, картоплі, перцю; кисло-молочний «довгу» із фрикадельками та зеленню. Чаювання із десертами: щербет, курабе, пахлава, сушені горіхи, сиропи, варення [34]. Прикрашало застілля домашнє вино, особливо сухе.

Історичний наратив *західних татар* має пів тисячолітню історію взаємин населення Великого князівства Литовського, Королівства Польського з тюркським населенням Східної Європи. В науковій літературі відомостей про них майже не має. Країни у, яких проживають західні татари у незначній кількості – 25-30 тисяч – Литва, Білорусь, Польща. У цих країнах їх називають татарами литовськими, білоруси – білоруськими, поляки – польськими. Формування етносу відбулося в XIV-XV ст., що засвідчують документи зарахування на службу до князя Вітовта – служивих татар. Історії сусідніх країн їх презентували, а в історії України їх зовсім не розглядали, із українцями їх не асоціювали. І це помилка. Общини західних татар на теренах України були розпорошені та ганебно знищені радянською владою та німецькою окупацією. Потужне змішування татар відбувалося із місцевим населенням. На землях автохтонів, вони могли сповідувати свою релігію – іслам та притримуватись певних звичаїв. Проживало таке населення в національних татарських кварталах. Результатом цього є чимало населених пунктів, вулиць на Правобережній і Західній Україні, які називають «татарськими». Етнічний слід тягнеться ниткою із села Деражного Костопільському району Рівненської області, селі Залав'я біля Острожця (нині Млинівський район Рівненської області). Харчові вподобання закладаються в головних інгредієнтах страв: баранина і яловичина. Легендарна страва цього етносу пиріжки з м'ясом баранини. Для їх приготування використовують курдючний жир, а начинку роблять з рубленого сирого баранячого м'яса. Це хрусткі пиріжки з листового тіста. Солодкі страви, в своїй рецептурі мають достатль меду та волоських горіхів. Взірцевою солодкою стравою є ак'алва, яку готують з цукру і горіхів.

Етнічний субстрат *молдавани* є третьою за чисельністю етнічною групою після росіян та білорусів. Компактно проживають на території Одеської та Чернівецької областей ще з XVI

століття. Поштовхом до переселень цілими селами стала втеча від мусульманської влади Османської імперії на вільні території. Правобережне Полісся населене окремими родинами. Друга хвиля переселення це середина XVIII ст., де переселенці освоювали таке зване «дике поле». Молдовани тільки в селах жили в своєму етнічному вимірі. Вони готують смачні національні страви. Овочі в пошані, так як їх вживають свіжі, варені, жарені та запечені, тушені та солені. Страви національного столу кукурудза, квасоля, нут, баклажани, перець, гогошаров, лук-порей, помідори, білокачана та кольорова капуста, гарбуза [24]. Молдавани почали готувати з кукурудзи мамалигу лише протягом XIX ст. так як така рослина з'явилася дуже пізно на посівних площах. Вельми популярна бринза (овечий сир). Кухня розмаїта всіма видами м'яса та страв з них – манджа, мусака, папрікаш, мітітей, менкеріка, токана, костіца, кирнецеї, яхнія, зама. Кондитерські вироби – це пироги (кругла плоска плацинда та кручена вертута), калачі, кулічі, нуга, шербет, халва, суфле, гогош, фруктовো-ягідний сік (петля). Заслужовує на повагу місцеве вино.

Національно-етнічна мозаїка включає етнос *болгари*, які з'явилися наприкінці XVIII – на початку XIX століття в Україні, які тікали від гонінь турків проти християн. В основному осідали у південній Бессарабії, у Криму (Таврії) та на Причорномор'ї. Незначні родини селилися на Правобережному Поліссі. Всі страви їдять гарячими, та смакують щойно з печі. Найпоширеніша страва - курбан з м'яса баранини, каша з булгуру із рисом все разом поєднують та подають до столу. Склад страв бринза, яйця та молоко. Популярним видом випічки місцевих болгар є міліна – печені вертути з борошна із додаванням сиру, яєць та топленого масла. Її подають до вина. Куштують її також із чаєм.

Називали етнос ромів «*протяг золотий історії держав*», про який згадується на території України з XV ст. Перші поселення були в передмістях Ужгороду, Бессарабії та Криму. Осілими ромів намагалася зробити і імперська влада в XVII ст., видаючи закони проти бродяжництва (1809, 1811 та 1818 роках) [35]. Мігруючи та поселяючись територією держави роми згуртували етнічні групи і на Правобережному Поліссі України. Зокрема у Волинській області дві національні громади. Їжа для ромів – святе. Стереотип, що ромська кухня бідна не вірний. Насправді ромська кухня неймовірно вишукана, тому що їхні предки кочівники-музиканти, відвідували заможні маєтки та палаци та знайомилися з різними стравами. Готують у ромів як жінки так і чоловіки. Чоловіча страва «бограч». У рецептурі страв багато гострого: прянощі, червоний перець, томати. Розмаїті столи на свята та в неділю. В ці дні на столі: курка, відбивні, голубці. Традиційний хліб – «марікля». Готували саме так: мука, вода, дрібка соди та масла, який запікали в печі, а наразі в деку. Кочовий спосіб життя спонукав готувати на відкритому вогні всю їжу. Смаколики виготовляли за традиційним рецептом, який передавався з покоління в покоління. Взірцем є солодка страва «локші» для приготування, якої використовують картоплю, борошно, цукор, масло.

Греки з античної доби (Ольвія, Пантікапей, Херсонес Таврійський і пам'ятки доби Середньовіччя) мешкають на території України, що відносить їх майже до автохтонного населення [36]. Ще з XVIII ст. на Кримському півострові сформувалася унікальна грецька спільнота. На території Правобережного Полісся, зокрема в Житомирській області проживає 107 греків. Кухня греків насичена м'ясними, молочними та виробами з борошна. Унікальністю етносу, який проживає на українських теренах є страви із сушеного і в'яленого м'яса. Прикладом є «хаурма» дуже солена ковбаса, яку готували про запас. Селяни готують різновид в'яленого м'яса – «колбик». Найпопулярнішою була перша страва «шурпа» або «сюрпа» – бульйон з баранини, або юшка з локшиною. Греки є майстри у приготуванні виробів з борошна: прісні, дріжджові, листкові. Звертають увагу на себе «чебуреки», «піта», багато варіантів локшини, хашитья (різновид пельменів), «турта», «кубете», «шумуш» (пиріг начинений гарбузом), «лухум» (пиріжки з часниковим соусом).

Румуни це нащадки волохів, які ще за Середньовіччя вели на цих землях напівкочовий спосіб життя. На українських землях з XIV ст. вони проживають компактно або змішано з автохтонами. Заселяють південно-західну частину Чернівецької області (114 тис.) і прикордонні з Румунією райони Закарпатської області [37] на теренах Правобережного Полісся проживають нечисленні родини. Прикордонне населення знає з дитинства декілька мов. Кулінарія представлена супами, які заправляють сметаною тільки перед подачею до столу. Харчові продукти включають: овочі, фрукти, яйця, молоко. Страви містять інгредієнти, що сповільнюють процес старіння. Приправляють страви ароматними травами (ще і лікувального призначення). Готують їжу на помірному вогні, певні інгредієнти варять до неповної готовності.

Етнос «угорці» (самоназва «мадяри») населяють сільські місцевості двох областей України – Закарпатської – 6,7 % і Дніпропетровської – 0,5 %. В IX ст. згадки з'являються про племена угрів Придунайської низовини. Сліди угорців є і на Правобережному Поліссі. Гідроніми містять угорські корені у трьох фізико-географічних районах Житомирського Полісся – протікає річка Візня. Село Можари на півночі Житомирщини, з якої походить шляхетський рід Можарівських, очевидно теж має причетних до мадярів ще середньовічної давнини. Свідченням історичних подій є повідомлення, що повстання деревлян 945-946 років на боці Києва придушувала мадярська дружина. Ця дружина заснувала село Можари в Овруцькому районі. З «лебединим» коренем, який бере початок з давньої мадярської Лебедії є численні топографічні поліські назви: на Київщині – села Лебедівка Вишгородського району, Лебедин Бориспільського району, Лебедівка Яготинського району, річка Либідь м. Київ. Житомирщина представлена у назвах населених пунктів, Лебедівка Новоград-Волинського району, Лебідь Ємільчинського району. Гастрономія угорців яскраво представлена щедрим використанням червоного перцю, помідорів та стручкового перцю, цибулі (сорт «мако») [38]. Знаменитий угорський гуляш, курячий паприкаш з галушками та голубці. Традиційно вживали свинину, з часом перейшли на рибу, курку. Рідкі страви – суп «халасле», м'ясні супи з свинини. Другі страви всі з паприкою до прикладу, «гуляш», «перекельт», «токань», «паприкаш» (зі сметаним соусом і паприкою). Випічка: прісні й солоні «кіфлі», «локшина з сиром», рулет з вишнями та сиром «галушки шомлої» і «варгабелеш». Вино займало особливе місце на столі угорців.

Очевидним та назрілим питанням є створення так званого «харчового» банку-даних, який послуговується для створення унікального гастрономічного, туристичного продукту Правобережного Полісся України.

Історико-географічні розвідки етнічними кухнями показали одну вагому закономірність це раціональність у використанні продуктів харчування. Історичний зріз гастрономічної культури показав не розпещеність надлишками їжі етносів. Ментальна звичка готувати із залишків продуктів або з того, що недоїли вчора – це життєва необхідність попередніх епох виживання. Нараз європейці запозичують цей тред у нас. Недоліком у харчуванні є низький рівень розуміння смаку продуктів, їх поєднання і деяка нерозбірливість у їжі. Позитивними моментами гастрономії автохтонів регіону є вміння виростити, навички зберегти, вміння переробити продукти.

Генетичний страх недоїдання, породжує намагання зробити багато запасів. Суспільство травмовано недоїданням і голодоморами, ретельно відноситься до питань їжі. Сьогоднішня харчова поведінка продиктована важкою харчовою історією пращурів. Тому нам бракує таких гастрономічних розвідок окремими територіями, що дозволять відкрити фантастичні продукти та навчитися їх комбінувати. Ми не повинні втрачати свої автохтонні смаки, а навчитися їх просувати. Комплекс меншовартості породжує запозичення назв гастрономічних з чужих країн та долучення їх до власних, етнічних, сакральних. Месеч псевдо маркетингу їжі автохтонів відчувається від мас медійних івентів до істаграмних продуктів, комемораційних заходів. Боротися з стереотипами такими як сало, борщ, вареники не потрібно, тому що суттєвим є не культура споживання, а культура смаку продуктів. Пропагандистські заходи минулих епох присоромлювали нас за вживання тих чи інших продуктів. Наразі сенсотворчими штучками в гастрономії Правобережного Полісся України, постають продукти та страви національних меншин. До системної роботи з популяризації та брендингу харчових продуктів та страв регіону потрібно долучати ЗМІ, публікації, книги (яскравий приклад друковані видання про кухню Київщини «Збирачі туманів» Олеся Ільченка або статті Дмитра Малакова, книги про Херсонщину, навіть глибше кухню однієї родини «Мамушка», «Літні кухні» Ольги Геркулес, «Україна. Їжа та історія» Олени Брайченко та ін. [11]), кулінарні блоги та гастрономічні події, підготовку кваліфікованих кадрів в індустрії туризму та готельно-ресторанному бізнесі.

Тому приготування їжі підкріплене знаннями і вміннями висуває гастрономію етносів Правобережного Полісся України як унікальну та автохтонну із справжніми рецептами та технологіями приготування.

Висновки. Кулінарні пріоритети розрізняються територіально, а основні інгредієнти страв – зонально. Зокрема, північна їжа більш пісна і позбавлена яскраво вираженого смаку (кисіль, квас, щі, окрошка), тим часом південна більш насичена смаковими якість (солодша, гіркіша). Кожна національна страва – це текст, сповнений смислів та ідіоетнічних елементів самовизначення народів. Національні польські страви сповнені знакових смислів. У стравах етносів проживання споконвіків закладались уявлення про світобудову, здійснюється трансляція світосприйняття. У багатьох етносів вживання їжі – ритуал, у деяких – просто спосіб поповнення організму життєво

важливими силами. Приготування і вживання їжі в поліщуків є сакральна річ, вкладає в комунікацію синтетичного типу: візуального, кінестетичного, аудіального. Завдяки закодованій у стравах інформації, під час поглинання їжі відбувається своєрідний комунікативний акт одразу на кількох рівнях: між людиною, яка готувала, і людиною, яка споживає, між предками, які вперше приготували (винайшли цю страву, закладаючи у неї свої уявлення і світорозуміння) і нащадками, котрі продовжують її готувати впродовж віків і передадуть знання про її приготування своїм дітям, а ті своїм і так доти, доки це буде актуальним. Оскільки територія та ландшафт накладає свій відбиток і на породження сенсів, у свідомості кожного етносу виникають стійкі концепти на позначення «своїх» національних страв. Для поліщуків одним із таких концептів є автохтонні страви – своєрідний символ українства.

Список використаних джерел

1. Артюх Л. Ф. Народне харчування українців та росіян північно-східних регіонів. – К., 1982. – 112 с.
2. Артюх Л. Ф. Їжа й харчування в Київській Русі. Етнографія Києва і Київщини. – К. Наукова думка, 1985.
3. Артюх Л. Ф. Українська народна кулінарія. Історико-етнографічне дослідження. – К. Наукова думка, 1977.
4. Артюх Л. Ф. Україна, держава: харчування та їжа [Електронний ресурс] // Енциклопедія історії України: Україна–Українці. Кн. 1 / Редкол.: В. А. Смолій (голова) та ін. НАН України. Інститут історії України. – К.: В-во «Наукова думка», 2018. – 608 с. – Режим доступу: <http://www.history.org.ua/?termin=1.4.4> (останній перегляд: 28.07.2022)
5. Барбарич А. І. Наші культурні рослини. – К, 1952.
6. Басюк Д. І. Інноваційний розвиток гастрономічного туризму в Україні / Дарія Іванівна Басюк // Наукові праці НУХТ. – 2012. – № 45. – С. 128–132.
7. Боренько Н. Народне харчування українців Полісся: ритуально-міфологічна основа родинних традицій // Минуле і сучасне Волині й Полісся: роде наш красний. – Луцьк, 2007. – С. 127 – 131.
8. Вовк Хв. Етнографічні особливості українського народу // Студії з української етнографії та антропології. – К. : Наукова думка. 1981. – 280 с.
9. Вовк Хв. Студії з української етнографії та антропології. – К.: Мистецтво, 1995. – 335 с.
10. Герус Л. Хліб у різдвяно-новорічних святах українців // Записки Наукового товариства імені Шевченка. – Л., 2010. – Т. 259: Праці Секції етнографії і фольклористики. – С. 57–82.
11. Марина Гримич, Ігор Лиліо, Олена Брайченко Україна. Їжа та Історія. – К. : ФОП Брайченко О. Ю. – 2021. – 288 с.
12. Доманицький В. Народний календар у Ровенському повіті. Волинської губернії // Матеріали до української етнології. – Л., 1912. – Т. 15. – С. 69 – 89.
13. Жовнірова М. В. Їжа і харчування як елемент традиційно-побутової культури українців / М. В. Жовнірова, Р. В. Дьяченко // Матеріали Всеукр. наук.-теорет. конф. «Українська культура XXI століття: стан, проблеми, тенденції». – Київ: КНУКіМ, 2011. – С. 36–38.
14. З лісу та городу до столу: Кулінарна спадщина Полісся / упоряд.: П. В. Замостян, С. Д. Щербак, д. п. Качур. – К.: Макрос, 2015. – 48 с.
15. Їжа в культурному просторі: збірник матеріалів / за ред. О. О. Юрчук, Г. І. Гримашевич, О. В. Чаплінської. – Житомир: Видавничий центр ЖДУ імені Івана Франка, 2020. – 72 с.
16. Кравецька Л. Страви Полісся з душою. – К.: «Книжковий клуб. «Клуб сімейного дозвілля». – 80с.
17. Кравченко В. З побуту і обрядів північно-західної України. Збірник Волинського науково-дослідного музею. – Житомир, 1928. – 120 с.
18. Київське Полісся: Етнографічне дослідження. – К.: Наукова думка, 1989. – 268 с.
19. Мороз М. Щоденна, святкова та обрядова їжа жителів Волинського Полісся // Минуле і сучасне Волині й Полісся: роде наш красний. – Луцьк, 2007. – С. 133–136.
20. Наулко В. І. Культура і побут населення України / В. І. Наулко, Л. Ф. Артюх, В. Ф. Горленко та ін. – Київ: Либідь, 1993. – 255 с.
21. Народний календар Овруччини 50-х років XIX ст. в записі Михайла Пйотровського // Записки Наукового товариства імені Шевченка Л., 1995. – Т. 230. Праці секції етнографії і фольклористики. – С. 303 – 351.
22. Ніколенко В. В. Гастрономічні детермінанти суспільного життя: соціологічний вимір: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня д-ра соціол. наук: 22.00.01 / В. В. Ніколенко. – Харків, 2015. – 38 с.
23. Несен І. Білий птах з чорною ознакою (за матеріалами з Рівненщини) Західне Полісся історія та культура. – Рівне, 2006. – Вип. 2.
24. Панченко В. Г. Українське національне харчування: минуле і майбутнє. Уроки здоров'я: [зб. ст.] / В. Г. Панченко; Ін-т суспільних досліджень. - Дніпропетровськ: Герда, 2009. - 234 с.
25. Пархоменко Т. Календарні звичаї та обряди Рівненщини. – Луцьк, 2008. – 199с.
26. Полісся України, Випуск 1. Київське Полісся за ред. С. Павлока. – Л., 1997. – С. 123–147.
27. Русінова Т. Традиційне харчування поліщуків: історіографічний аспект // Народна творчість та етнологія. – 2015. – Вип. 1(353). – С. 39 – 48.
28. Свирида Р. Хліб у зимовій обрядовості Київського Полісся // Полісся України. – Л., 1997. – Вип. 1. – С. 308 – 312.
29. Чубинський П. П. Мудрість віків. Українське народознавство у творчій спадщині Павла Чубинського. – К. 1995. – Кн. 1. – 222 с.; Кн. 2 – 233 с.
30. Яценко С. А. Традиційна народна їжа як предмет етнографічного дослідження [Електр. ресурс] / С. А. Панченко. – Режим доступу: <http://eprints.zu.edu.ua/2018/1Z3.pdf> - Назва з екрану.
31. Євреї Овруча. Полісся. Україна. Чому вони не асимілювалися в освячений державою комуністичний порядок, культуру, релігію, атеїзм, радянські традиції? https://zaxid.net/statti_tag50974/
32. Дашкевич Я. Р. Вірменські колонії в Україні 16-18 століть // Енциклопедія історії України : у 10 т. / редкол.: В. А. Смолій (голова) та ін. ; Інститут історії України НАН України. – К. : Наукова думка, 2003. – Т. 1 : А – В. – С. 572. – 688 с. : іл.
33. Гаюк І. Ілюстрована енциклопедія вірменської культури в Україні / Ірина Гаюк. Т1. Львів: Афіша, 2012. – 980с.
34. Рудницька Т. М. Етнічні спільноти України: тенденції соціальних змін. – К., 1998.
35. Єроніна Є. К., Аваєва М. І. Молдавська кухня: Традиційні та сучасні національні страви. – Кишинів: Тімпул, 1990.
36. Терентьева Н. Греки в Україні: Економічна та культурно-просвітня діяльність (XVII–XX ст.). – К., 1999.
37. Пилипенко Т. Окремі аспекти українсько-румунських відносин в сучасних умовах // Форум націй, 2009, № 4
38. Жаткович Ю. Замітки етнографічні з Угорської Русі // Етнографічний зб. – Т. 2. – Львів, 1905.

References:

1. Artyukh L.F. People's nutrition of Ukrainians and Russian north-eastern regions. – K., 1982. – 112 p.
2. Artyukh L.F. Food and nutrition in Kievan Rus'. Ethnography of Kyiv and the Kyiv region. – K. Nauchnaya mysl, 1985.
3. Artyukh L.F. Ukrainian folk cuisine. Historical and ethnographic research. – K. Nauchnaya mysl, 1977.
4. Artyukh L.F. Ukraine, state: nutrition and food [Electronic resource] // Encyclopedia of history of Ukraine: Ukraine-Ukraintsy. Book 1/ Editor: V. A. Smoliy (chairman) and others of the National Academy of Sciences of Ukraine. Institute of History of Ukraine. – K.: Vo-vo "Nauchnaya mysl", 2018. – 608 p. – Access mode: <http://www.history.org.ua/?termin=1.4.4> (last viewed: 07/28/2022)
5. Barbarych A.I. Our cultivated plants. – K., 1952.
6. D. I. Basyuk Innovative development of gastronomic tourism in Ukraine / Daria Ivanovna Basyuk // Scientific works of the National Technical University of Ukraine. – 2012. – No. 45. – P. 128 – 132.
7. Borenko N. Narodnoe pitaniye ukrainciv Polesya: ritual-mythological basis of family traditions // Past and present of Volhynia and Polesye: our family is red. – Lutsk, 2007. – P. 127 – 131.
8. Volk H.V. Ethnographic features of the Ukrainian people // Studies on Ukrainian ethnography and anthropology. – K.: Nauchnaya mysl. 1981. – 280 p.
9. Volk H.V. Studies in Ukrainian ethnography and anthropology. – K.: Art, 1995. – 335 p.
10. Gerus L. Bread in the Christmas and New Year holidays of Ukrainians // Records of the Shevchenko Scientific Society. – L., 2010. – Vol. 259: Works of the Section of Ethnography and Folkloristics. – P. 57–82.
11. Maryna Hrymych, Igor Lilyo, Elena Brychenko Ukraine. Food and History. – K.: FLP Braychenko A. Yu. – 2021. – 288 p.
12. Domanytsky V. People's calendar in Rivne uyezd. Volyn province // Materials for Ukrainian ethnology. – L., 1912. – Volume 15. – P. 69 – 89.
13. Zhovnyrova M. V. Food and nutrition as an element of the traditional household culture of Ukrainians / M. V. Zhovnyrova, R. V. Dyachenko // Materials Vseukr. scientific theory conf. "Ukrainian culture of the 21st century: state, problems, trends." – Kyiv: KNUKYM, 2011. – P. 36 – 38.
14. From the forest and the garden to the table: Culinary heritage of Polesia / comp.: P. V. Zamostyan, S. D. Shcherbak, village of Kachur. – K.: Makros, 2015. – 48 p.
15. Food in the cultural space: a collection of materials / Ed. A. A. Yurchuk, G. I. Hrymashevich, A. V. Chaplinskaya. – Zhytomyr: Ivan Franko State University Publishing Center, 2020. – 72 p.
16. Kravetskaya L. Dishes of Polesya with soul. – K: "Book club." "Club of family leisure". – 80s.
17. Kravchenko V. From everyday life and customs of north-western Ukraine. Collection of the Volyn Scientific Research Museum. – Zhytomyr, 1928. – 120 p.
18. Kyiv Polesie: Ethnographic study. – K.: Nauchnaya mysl, 1989. – 268 p.
19. Moroz M. Daily, festive and ritual food of residents of Volyn Polesia // Past and present of Volhynia and Polesia: our red bloodline. Lutsk, 2007. P. 133–136.
20. Naulko V. I. Culture and life of the population of Ukraine / V. I. Naulko, L. F. Artyukh, V. F. Horlenko and others – Kyiv: Lybyd, 1993. – 255 p.
21. People's calendar of Ovruchchyna of the 50s of the 19th century. in the records of Mikhail Piotrovsky // Records of the Scientific Society named after Shevchenko L., 1995. – T 230. Proceedings of the section of ethnography and folkloristics. – P. 303 – 351.
22. Nikolenko V. V. Gastronomic determinants of public life: sociological measurement: autoref. thesis for the scientific competition degree of Doctor of Sociol. Sciences: 22.00.01 / V. V. Nikolenko. – Kharkiv, 2015. – 38 p.
23. Nesen I. A white bird with a black mark (based on materials from the Rivne region) Western Polesie history and culture. – Rovno, 2006. – Issue 2.
24. Panchenko V. G. Ukrainian national nutrition: past and future. Health lessons: [Sat. art.] / V. G. Panchenko; Institute of Public Research. - Dnipropetrovsk: Gerda, 2009. – 234 p.
25. Parkhomenko T. Calendar customs and ceremonies of the Rivne region. – Lutsk, 2008. – 199p.
26. Polesye of Ukraine, Issue 1. Kievskoe Polesye under the editorship. S. Pavlyuk. – L., 1997. – P. 123–147.
27. Rusynova T. Traditional nutrition of Polish people: historiographical aspect // People's creativity and ethnology. – 2015. – Issue 1(353). – P. 39 – 48.
28. Svyrida R. Bread in the winter ritual of Kievsky Polesya // Polesye Ukrainy. – L., 1997. – Issue 1. – P. 308 – 312.
29. Chubynsky P. P. Wisdom of the ages. Ukrainian folklore in the creative heritage of Pavlo Chubynskyi. – K. 1995. – Book. 1. – 222 p.; Book 2 – 233 p.
30. Yatsenko S. A. Traditional folk food as a subject of ethnographic research [Electr. resource] / S. A. Panchenko. – Access mode: <http://eprints.zu.edu.ua/2018/123.pdf> - Title from the screen.
31. Jews of Ovruch. Polesie Ukraine. Why did they not assimilate into the state-sanctified communist order, culture, religion, atheism, Soviet traditions? https://zaxid.net/statti_tag50974/
32. Dashkevich Y. R. Armenian colonies in Ukraine 16-18 centuries // Encyclopedia of Ukrainian history: in 10 volumes / edited by: V. A. Smoliy (chairman) and others; Institute of History of Ukraine, National Academy of Sciences of Ukraine. – K.: Nauchnaya mysl, 2003. – Vol. 1: A - V. – P. 572. – 688 p. : ill.
33. Hayuk I. Illustrated encyclopedia of Armenian culture in Ukraine / Irina Hayuk. T1. Lviv: Afisha, 2012. – 980 p.
34. Rudnytskaya T. M. Ethnic communities of Ukraine: tendencies of social changes. – K., 1998.
35. Eronina E. K., Avaeva M. I. Moldavian cuisine: Traditional and modern national dishes. – Chisinau: Timpul, 1990.
36. Terentyeva N. Greeks in Ukraine: Economic and cultural and educational activities (XVII-XX centuries). – K., 1999.
37. Pylypenko T. Separate aspects of Ukrainian-Romanian relations in modern conditions // Forum of Nations, 2009, No. 4
38. Zhatkovich Yu. Ethnographic notes from Hungarian Rus // Ethnographic coll. – Volume 2. – Lviv, 1905.

Надійшла до редколегії 08.08.2022

Прийнята до друку 29.08.2022