

## ТРАДИЦИОННАЯ КУХНЯ КОРЕЙЦЕВ

Тян Л.А.  
КазУМОиМЯ, Алматы, Казахстан

**Title:** *Korean Traditional Cuisine*

**Author:** *Tyan Lyudmila A., KazUIR&WL, Kazakhstan*

**Abstract:** *The present paper deals with the problems of a traditional Korean cuisine. The article also touches on the peculiarities of Korean one. The Korean food is changed over the last years but on whole the main ration of the food remains immutable.*

**Keywords:** *traditional Korean cuisine, porridge, rice bread, stuffed lettuce-rolles, rice steam bread, pickled Chinese lettuce. rice bread, kimchi, rice porridge, nyanggugi*

Данная статья посвящена описанию традиционной кухни корейцев, проживающих в странах СНГ. В статье излагаются особенности некоторых корейских блюд, претерпевших в последние годы немало изменений. Даны описания некоторых из них, рецепты которых в настоящее время забыты.

Тем не менее, в целом, основа традиционной корейской кухни сохранилась.

Пища корейцев СНГ, как и другие элементы материальной культуры (жилище, одежда), имеет немало особенностей, отличающие ее от полуостровного. Данное обстоятельство обусловлено социальными условиями проживания советских корейцев и прежде всего новой средой обитания как следствие депортации в Среднюю Азию и Казахстан (новые природно-климатические условия), а также влиянием культур окружающих этносов.

Рассмотрим корейскую кухню подробнее. Все блюда мы систематизировали на повседневную, праздничную и обрядово-ритуальную.

Повседневная национальная пища стойко сохраняется в среде корейцев, несмотря на влияние культур других народов, с которыми они проживают.

**К основным блюдам повседневной пищи** относятся каши из различных круп, специфические паровые хлебцы из риса и муки, супы, различные закуски.

Повседневным блюдом корейской кухни является рисовая каша. Варят кашу из всех видов круп, например, из пшена, проса и др. Однако, самая употребляемая каша – это рисовая. Существует два вида рисовой каши: каша из простого риса, которую называют *ипхаби*, и *чхарбаби* – каша, приготовленная из особого клейкого риса. Её готовят редко, например, по особым случаям. Каша может быть приготовлена как из одного сорта риса, так и с другими сортами круп, в зависимости от сезона. Различен и способ приготовления: один из способов - на пару, другой способ - на воде и без соли. Отметим некоторые отличия в употреблении каши советских корейцев и полуостровных. Так, корейцы на полуострове (хангук/чосон) употребляют кашу только в горячем виде, а советские корейцы (коре сарам) [1] могут употреблять ее и с холодной водой.

Следует заметить, что описанный способ варки каши используют не только корейцы, независимо, где бы они ни проживали, но и китайцы, японцы, вьетнамцы и другие народы Восточной Азии [2, с.174].

В повседневную еду также входят разные *чуги* (жидкая каша, похлебка) [3, с.50]. Известны следующие *чуги*: тыквенный, чечевичный, фасольевый, а также *огыранъчуги* (с галушками из рисовой муки) и др. Самая распространенная *чуги* – это каша из клейковидной кукурузной крупы, фасоля и маш. Это блюдо варят очень долго, пока не сварятся до готовности кукуруза и фасоль. Подают к столу с различными видами салата. Можно сказать, что это обычная еда холодных зимних дней .

Широко известны изделия из муки. Часто в корейских семьях пекут различные виды блинов. Блины из пшеничной муки, рисовой и реже из картофельной. Картофель у корейцев играет не такую важную роль, как, скажем, у русских. Есть очень много блюд, которые готовят из мороженого картофеля, например, *камджи-пьянъсе* (наподобие мант). Из мучных изделий, а именно, пшеничной муки самыми популярными блюдами являются *мантхви* и *пегоджя*. Эти блюда готовят на пару из кислого теста. *Мантхви* подают к столу вместо хлеба, к таким блюдам, как суп, бульон. При парке *мантхви* можно добавить вареный фасоль. *Пегоджя* начиняют нарезанными кусочками мяса с овощами.

Обычно *пегоджя* подают к супам, но можно подать к столу как отдельное блюдо.

Важное место в пищевом рационе корейцев после каши занимают, как и у многих других народов, супы. Существуют различные виды супов: прозрачные бульоны (*куги*), *чанъчанъмури* (суп с различными овощами или морепродуктами) и соевой пастой и *тыдедкуги* (суп с галушками).

Особое место в традиционной корейской кухне занимают приправы *канджаи/чире* (соевый соус) и *чаи* (соевая паста). Приправы составляют основу многих блюд не только корейцев, но и многих народов Дальнего Востока и Юго-восточной Азии. Так, *чаи* является обязательным компонентом в различных супах, а *канджаи* используется почти во всех закусках.

К повседневной еде также относится *пукччаи*. Готовят *пукччаи* в небольшой посуде. Основой *пукччаи* служит соевая паста и разные овощи, чем их больше, тем вкуснее. Варить желательно недолго, чтобы сохранились вкусовые качества всех ингредиентов.

При приготовлении *пукччаи* корейцы часто добавляют *тыби* (соевый творог). До 30-х годов прошлого века коре сарам на Дальнем Востоке *тыби* делали и из морских планктонов.

Обычно к каше подают любой суп и различные закуски, так называемые *хями*, в Корее их называют *панчхани*.

Самым распространенным блюдом является *кимчхи/чимчхи* (различия в произношении зависят от диалекта, в данной работе мы употребляем меньчхонский вариант произношения *чимчхи*). Можно с уверенностью сказать, что в любой корейской семье, накрывая стол, первым делом ставят на стол *чимчхи*, а потом другие блюда. Известны десятки видов *чимчхи* [3, с.50-62]. Ее готовят из различных овощей и трав, готовят на каждый день и впрок на зиму. На каждое время года у этого блюда «свой облик». Способов и технологий приготовления *чимчхи* множество [4,5,6]. В ингредиенты входят: основа - пекинская или белокочанная капуста (либо другие овощи или травы, или морепродукты). Приправы: перец, чеснок, пряности, другие специи, но без масла.

У корейцев, живущих в Казахстане, очень популярна закуска «*хве*» из рыбы или говядины. *Хве* из говядины обычно готовится с добавлением моркови. Это блюдо можно приготовить и из других овощей, например, редьки, капусты, баклажан и т.д. Отметим, что *хве* коре сарам отличается от *хве* корейцев Южной Кореи. Отличие

заключается в способе приготовления, а именно: у южан рыба не маринуется в уксусе, а при употреблении кусочки свежей рыбы просто макают в приправе, состоящей из канджаи, молотого перца и других специй. *Хве* же коре сарам обязательно маринуется в уксусе в течение примерно 20-30 минут, затем заправляется специями.

Другой не менее важной закуской является *чеккуктте*, который готовится из рыбы и редьки.

К любимым корейским национальным блюдам относится *кукси*. Традиционный способ приготовления *кукси* одинаковый для всех корейцев. В основном *кукси* делают из пшеничной муки (коре сарам). На полуострове ассортимент *кукси* намного шире. Лапшу готовят из муки гречихи, картофеля или кукурузы. Способ приготовления *кукси* в наше время намного облегчен благодаря тому, что готовая продукция-лапша имеется достаточно в продаже. Хозяйкам остается готовить только приправу и бульон.

*Кукси* коре сарам имеет некоторые отличия: в это блюдо кладется *чхуми*. *Чхуми* – это приправа к *кукси*, состоящее из множества ингредиентов: тушеное мясо, нарезанные мелко овощи, зелень, чеснок, перец. Готовится следующим образом: мясо, обычно мелко нарезанная свинина или говядина обжаривается с репчатым луком, куда добавляют нашинкованную капусту, предварительно посолив, затем кладут приправы. Кроме этого, готовят в качестве *чхуми* салаты из овощей. Можно из огурцов, редиса, редьки и др. Подают *кукси* как в горячем мясном бульоне, так и в холодном (преимущественно летом). Это блюдо может быть рекомендовано как праздничное, так и повседневное.

У корейцев нередко в повседневную еду входит еще *муги* (желе, приготовленное из разваренных зерновых с добавлением картофельного крахмала). Готовят это блюдо преимущественно из гречихи или овса. Подают с приправами из соевого соуса и кунжутным маслом и специями.

Из традиционных прохладительных напитков известен *камджи* (корейский квас), который прекрасно утоляет жажду. Этот напиток готовят из рисовой каши. Для брожения используют *саньнуруги* (пророщенный овес) с добавлением сахара. *Камджи* можно отнести и как к легкому алкоголю. Раньше его подавали даже вместе с праздничными блюдами.

**Праздничным блюдам** в корейской кухне уделяют особое внимание. Это очень трудоемкие блюда со сложными технологиями приготовления. Их готовят в особые дни – на Новый год (по лунному календарю), годовщину ребенка, юбилей (шестидесятилетие), свадьбу. Эти праздники корейцы отмечают особенно торжественно и широко. Обязательными блюдами в эти праздники являются: *чхартэги* (хлеб из клейковидного риса – *чхансапи*). Рисовую муку или рис парят до готовности, затем кладут в деревянное корыто и бьют большими деревянными молотками до однородной массы. К *чхартэги* готовят еще *комури*, представляющую собой вареную фасоль или маш, пропущенные через мясорубку. Затем эта масса прожаривается на сковороде. К ней добавляют сахар, жаренные кунжутные семена, соль по вкусу. В Корее *комури* делают из жареной сои, в отличие от нас. Перед употреблением *чхарттэги* режут на кусочки, затем обмакивают в *комури*.

На торжественные праздники также делают *чинъпхени*. Это - паровые оладьи из рисовой муки. *Чинъпхени* - самое распространенное блюдо. В торжественных случаях *чинъпхени* раскрашивают в виде звездочек.

Другой вид хлеба – *сириттэги*. Этот вид хлеба также готовится на пару из рисовой муки (в состав входит 2 части простого риса и 1 часть рисовой муки из клейкого риса). В большой казан с водой ставят решетку с марлей в 2 слоя или ткань, затем насыпают тонким слоем подсоленную вареную фасоль или маш. Когда появляется пар, насыпают тонким слоем перетертую подсоленную муку с водой толщиной до 10 см., казан накрывают крышкой и парят в течение одного часа. Готовое блюдо подают нарезанными кусочками размером 5 см. на 8.

Традиционно на торжественные праздники обязательно готовят *кваджури* (хворост). Это – одна из наиболее любимых сладостей корейцев. Его делают из рисовой муки, замешанной на жидкости, выделенной при отжиме размолотой сои. Затем это полученное тесто раскатывают на тонкие листы размером 30 см. на 25 см. и подсушивают. После чего поджаривают в большом количестве растительного масла, смазывают *йэси* (*йэси* – это жидкая тягучая масса, приготовленная из клейкого риса, проса, кукурузы, овса и других круп) и присыпкой (то, что посыпается обжаренными кунжутными семенами и зернами риса). Опишем, как готовится присыпка: простой рис долго варят, промывают в

холодной воде, затем опрокидывают на дуршлаг, чтобы стекла вода, после чего сушат в теплом месте. Через несколько дней, когда рис подсохнет, его жарят в большом количестве растительного масла. Если соблюдены все технологии приготовления, то рисинки увеличиваются в три раза. Иногда, особенно на свадьбу или юбилей эти рисинки красят в разные цвета.

Особое значение имеет пища **обрядовая, ритуальная**, используемая во время похорон и поминок. У корейцев на первые поминки (день похорон) не принято делать *чхартэги*, *кукси*, *чхя* (салат из папоротника).

Обрядово-ритуальная пища корейцев носит религиозный характер. Культовая пища занимала и занимает значительное место у корейцев, хотя в течение последних десятилетий претерпели немалые изменения.

Обрядово-ритуальная пища корейцев связана с древнейшим верованием и поклонением духам.

На поминальном столе, как правило, должна быть вареная курица, каша, мясо, фрукты, рыба - и все это в нечетном количестве. На первый поминальный обед обычно делают *кольмиттэги*. Это хлебцы из рисовой муки. А последующие 2 года можно готовить *чимпхени* (паровые оладьи из кислого теста), *чхарттэги*. Паровые оладьи на поминки не украшают. Хотя в древние времена эти блюда на поминки не готовили, считали, что поминальная еда должна быть не праздничной.

Таким образом, отметим некоторые особенности традиционной корейской кухни.

В рационе своего питания корейцы широко используют морепродукты: рыбу, моллюски, креветки, водоросли, трепанги, планктоны и т.д.

Из мясных продуктов в традиционной корейской кухне наибольшей популярностью пользуются: свинина, говядина, дичь, в особенности куриное мясо. Исторически в традиционной корейской кухне мясо употреблялось в небольших количествах, однако в последние годы эта традиция претерпела большие изменения у всех корейцев.

Корейцы по сравнению с другими народами меньше употребляют животных жиров. Наибольшей популярностью пользуется подсолнечное масло или хлопковое, на Дальнем Востоке – соевое масло.

В рационе питания корейцев особое место занимают бобы, из которых корейцы получают соевую пасту, соевый соус, соевый творог (тыби) и т.д. В зимний и весенний период в рационе корейцев пророщенные бобы.

Корейская кухня может обходиться и без термической обработки, поэтому многие овощи и морепродукты едят в сыром виде.

В корейской кухне много блюд, приготовленных на пару.

Традиционная корейская кухня до переселения корейцев с Дальнего Востока почти не включала молоко и молочные продукты. В последние годы корейцы употребляют и молочные продукты.

### **Список использованной литературы:**

1. Пак Н.С. Корейский язык в Казахстане: проблемы и перспективы. Алматы, 2005. 304 с.
2. Джарылгасинова Р.Ш. Корейцы – «Этнография питания стран зарубежной Азии». М., 1981.
3. Чен Т.С., П.А. Пак Ир. Традиционная корейская кухня. Алматы, 1994.
4. Noh Chin-hwa. Traditional Korean Cooking. Seoul, Hollym, 1985.
5. И Сонь-у. «Хангук сиксэньхваль-ый ёкса (История корейского питания)». Сеул, Сухакчи, 1994.
6. Юн Со-сок. «Хангук ымсик ёкса-ва чори (История корейской пищи и технология ее приготовления)». Сеул, Сухакса, 1988.