

История выращивания капусты и традиции её разведения в России

– Слово капуста произошло от древнеримского ка'путум, что в переводе на русский означает голова. Пожалуй, ни один овощ не привлекал столь пристального внимания исследователей всех времён и народов, как капуста. Философы и историки, медики и повара оставили нам многочисленные наставления о её магических, целебных и кулинарных свойствах. Ещё древние греки и римляне приписывали капусте способность успокаивать головную боль, вылечивать глухоту, избавлять от бессонницы и различных внутренних заболеваний.

Наши предки тоже знали толк в целебных свойствах капусты. Так, в старинных русских лечебниках читаем: “капуста толчёная, смешана с белком яичным и то прикладывается ко всякому ожогу и язвы их заживают”. Более четырёх тысяч лет назад человек стал выращивать капусту. Родоначальником культурных сортов капусты является дикая капуста, которая росла и до сих пор растёт по берегам Средиземного моря. Много веков возделывал человек дикую капусту, ухаживал за ней и отбирал на семена растения с крупными листьями; так была получена ценная овощная культура. “Капустником” в старые времена на Руси называли огород, где меня выращивали. Это был самый любимый овощ на Руси, недаром меня величали “первой барыней на деревне”. Огороды с капустою повсеместно окружали русские поселения. Изобилие капусты на Руси удивляло даже видавших виды иностранцев. На Руси к капусте с давних пор относились почти с религиозным обожанием. День праздника Воздвижения (27 СЕНТЯБРЯ) практически повсеместно считался датой начала сбора урожая капусты. Её квасили, солили, в этот постный день из неё готовили различные блюда. О квашенье капусты – процессе, ставшем в нашей стране практически народным обычаем. После Воздвижения принимаются парить кадки Заготовка капусты на зиму в России шла поздней осенью, когда при первых слабых морозах капустные вилки “свёртываются круче” и становятся более твёрдыми. Имелись общие правила, обычаи и приметы. Например, капуста, собранная в октябре, сахаристее той, что убрана в сентябре, а рубить капусту лучше на “молодой месяц”, она тогда будет крепче и вкуснее.

Зимние запасы считались не фунтами и килограммами, а вёдрами и бочками. Такие большие запасы трудно сделать в одиночку. А потому рубили и солили капусту женщины сообща для всей деревни, переходя из одного дома в другой. Приглашение на капустные вечерки были знаком расположения. Во все времена на Руси было принято осенью заготавливать капусту впрок, чтобы хватило до лета. Капусту, сочную, белокочанную приносили в дома прямо с грядок. Затем рубили и складывали в бочки, мяли, добавляли приправу и, выждав положенный срок, ставили на стол – полакомиться этим чудным даром матери-земли. Картошка да квашеная капуста – первое блюдо, что у сельчан, что у горожан. Не случайно так торжественно и весело совершался в разных краях России народный праздник “Капустки”. Наши предки славяне выращивали капусту с IX века и первыми изобрели способ её заквашивания. Капусту квасили целыми кочанами, шинковали, рубили. Различали белую и серую квашеную капусту. Первую готовили из белокочанной по рецептам, практически не изменившимся и до нашего времени. Вторую же – серую – получали из того же сырья, но слой капусты пересыпали вместе с солью ржаной мукой. В этом случае, если сока под гнетом было мало, в бочку для улучшения брожения доливали ржаной квас. Возможно, именно такой способ был самым старым, изначальным, давшим капусте название “квашеная”, т.е. “заправленная квасом”. Именно с Воздвиженья в деревнях начинались девичьи вечеринки-капустницы. Они продолжались две недели. Молодёжь с нетерпением ожидала капустниц. Весело они проводились, с разговорами, шутками-прибаутками. Девушки ходили с песнями из

дома в дом рубить капусту. Кадки во всех семьях доверху наполнялись капустой. В каждом доме накрывались столы с закусками. Входя в дом, гости поздравляли хозяев с хорошим урожаем. Девушки наряжались на капустницы и старались показать своё трудолюбие, а хозяйки присматривались, которая невеста удалая.

Состав капусты характеризуется высоким содержанием воды (до 90%) и клетчатки. Белок капусты является источником незаменимых аминокислот, которые необходимы для работы почек, щитовидной железы, и процессов кроветворения. Капуста является основным поставщиком редких витаминов: витамина U и витамина K. Витамин U способствует заживлению язвы желудка и двенадцатиперстной кишки. Капуста является, так же, источником витамина C. Причем, он сохраняется в капусте в течение всего срока хранения. В меньшем количестве, в капусте присутствуют остальные витамины: провитамин A (каротин), витамины B1, B2, B3, провитамин D, витамины P, PP, H. Капуста очень богата клетчаткой, в ней практически нет крахмала и сахарозы. Благодаря этому, капуста очень полезна диабетикам и рекомендуется людям с повышенной массой тела. Клетчатка нормализует микрофлору кишечника и выводит из организма излишки холестерина. В капусте присутствует, необходимая нам молочная кислота. Капуста содержит необходимые нашему организму минералы: кальций, калий, магний, железо, фосфор и другие микроэлементы.

Ход праздника

Внимание! Внимание! Внимание!

Открывается весёлое гуляние!

Торопись, честной народ,

Тебя “Капустница” зовёт...

Приветствие команд

Команда – Кочерыжка

Наш девиз: Кочерыжка есть в капусте. Пусть нам всем не будет грустно!

Приветствие команде соперников: Вас сегодня победим. В конкурсах не устоим!

Команда – Вилоч

Наш девиз: Все вместе листья в котелке. Команда мы – рука к руке.

Приветствие команде соперников: На победу мы настроены. Вилки капустные так устроены!

Хозяйка-ведущая приглашает:

К нам приехали капустные вечера

На конях, на соболях, на лисицах, горностаях.

Уж вы, кумушки, подруженьки мои,

Вы придите поработать у меня.

Пособите мне капусту порубить,

Пособите-ка её мне усолить!

Сначала – дело, затем – пироги да веселье. Ну-ка, девчата, надевайте фартуки, чтобы наряды свои не испачкать, и за работу принимайтесь.

Три взрослых человека – мамы и бабушки и “девушки” – ученицы встают возле стола и начинают рубить и солить капусту: мамы рубят, а ученицы демонстрируют утварь и рассказывают по ходу работы, зрители – остальные дети и родители – наблюдают за процессом соления капусты. Звучит тихая музыка, на фоне которой ведётся рассказ девушек и хозяйки.

Взрослые и дети начинают рубить капусту.

Хозяйка рассказывает: Рубка капусты была истинным праздником для деревенских мальчишек. Ведь известно, что дети очень любят грызть кочерыжки. Во время рубки капусты ребята по целым дням не отходили от матерей.

Сначала кочаны необходимо обмыть и зачистить от испорченных и вялых листьев. Вырезав кочерыжку, кочаны нужно изрубить сечкой или нашинковать на специальной шинковке. Нашинкованную капусту тщательно перемешать с солью и шинкованной морковью в деревянной или эмалированной ёмкости. Подготовленную капусту уложить в кадку, бочонок или стеклянную банку, трамбуя каждую новую порцию деревянным пестом или другим тупым предметом до тех пор, пока не выступит обильный сок. Капуста квасилась с тмином, сельдереем, укропом, можжевельными ягодами. При желании в капусту можно было добавить приправы, душистый перец, лавровый лист, клюкву. Вместе с рубленой капустой заправляли целые белые кочаны, а также огурцы последнего сбора и яблоки. На дно бочки и поверх капусты хорошо постелить зелёные капустные листья. Накрывать капусту белой хлопчатобумажной тканью, а на неё положить

деревянный кружок с гнётом, под пресс. Для гнёта лучше подобрать большие округлые камни, какие встречаются по берегам рек. Через некоторое время под тяжестью гнёта капуста осядет и покроется рассолом. Если рассол не выступил, груз следует увеличить. Процесс брожения длится примерно неделю при температуре 18–20°. Как только на поверхности начнут показываться пенящиеся пузырьки, капусту необходимо проткнуть в нескольких местах острой длинной палкой – острым берёзовым колом (до дна). Через эти проколы будут выходить газы, образующиеся при брожении. Через пару дней нужно сделать новые проколы. Когда капуста приобретёт белый цвет (а это бывает обычно через неделю после засолки), её следует из тёплого помещения перенести в погреб, а стеклянные банки – в холодильник. На этом процесс приготовления капусты можно считать законченным.

Давайте-ка вспомним, какие пословицы народ сложил о капусте.

Команды называют пословицы по очереди:

Хлеб да капуста лихого не допустят (здоровая пища).

Без картошки, хлеба да капусты – какая еда.

Не суйся к капусте, пока не припустят.

Капусту садить – спине досадить.

Для чего и огород городить, коль капусту не садить.

Ни один рот без капусты не живёт.

Капуста не пуста – сама летит в уста.

Сентябрь яблоками пропах, а октябрь – капустой.

Ешь щи – будет шея бела, голова кудревата.

Щи капустою пригожи, а солью вкусны.

Капуста любит воду, да хорошую погоду.

Капуста кочаны копит.

Хорошая капуста в кочан завьётся, а плохая – в листьях сгниёт.

Хозяйка загадывает загадки о капусте двум командам:

Стоит Матрёшка на одной ножке, закутана, запутана.

Стоит Ермошка на одной ножке, на нём сто одежек не шиты, не кроены, а все в рубцах.

Был ребёнок – не знал пелёнок, стал стариком – сто пелёнок на нём.

Заплата на заплате, а иглы не бывало.

Не книжка, а с листьями.

Толстовата, форсиста, сорочек надела триста, а нога одна.

Лоскуток на лоскутке – зелёные заплатки, Стоят на одной ноге, нежится на грядке.

Как надела сто рубах, захрустела на зубах

Уродилась я на славу, голова бела-кудрява, Кто любит щи – меня в них ищи.

Расселась барыня на грядке, Одетая в шумные шелка. Мы для неё готовим кадки и крупной соли пол мешка.

Хозяйка: После дружной совместной работы, рубки кочанов, красные девицы выходили на улицу и заводили хороводы и пляски до самой зорьки. Нередко сёла расцветали от их нарядов, оглашаясь звуками песен и народных инструментов: гармошек, балалаек, дудок, трещоток... К девицам присоединялись парни, молодки, а также пожилые люди, и труд увенчивался всеобщим праздником.

Команды поют частушки:

Ставьте ушки на макушке,

слушайте внимательно.

Мы капустные частушки

споем замечательно.

Ходит Катя между гряд,

выдирает всё подряд:

Где капуста, где сорняк –

не поймёт она никак.

Лето целое старалась,

одевалась, одевалась,

А как осень подошла,

все наряды отдала.

Я могу капусту квасить,
от безделья не грущу.
Приходите ко мне в гости –
всех капустой угощу.

Уродилась я на славу –
голова белая, кудрявая,
А кто очень любит щи –
там меня всегда ищи.

Нарядилась Алена
в сарафанчик свой зелёный,
Завила оборки густо.
Узнаёшь её? Капуста!

Ах, подружки дорогие,
дайте мне капусты!
Я все лето загорала –
в огороде пусто!

Стихи о капусте читают болельщики:

Стихи о капусте

Чищу, режу я капусту, а потом морковку тру.
Посолю её немножко и в бочонок уложу.
Мама палочки положит, папа будет прессовать.
А когда она забродит, станем палкой протыкать.
Пару дней она бродила – надо в погреб выносить,

А не то её придётся козам всю потом скормить.

Летний дождик мягкой лапкой

Гладит овощи на грядке.

Лишь к капусте прикоснётся,

Как капуста встрепенётся:

Листья бе'лы и сочны'

Завивает в кочаны.

Жила-была капуста,

Капуста белокочанная,

Капуста белокочанная

Была хвастунья отчаянная.

Капусту такую ещё поищи!

Хозяйка её покрошила в щи.

Одна кочерыжка осталась –

И та сынишке досталась!

Грустная капуста

Поле убирают, в огороде пусто,

Только за сараем ёжится капуста.

С грядки не увозят вот уж две недели,

Даже от мороза жилки посинели.

Смотрит за ограду хрусткая капуста...

Ни травинки рядом – потому и грустно.

Капуста

– Обвязала голову, ты не больна, капуста?

Тебе и летом холодно? Закуталась, капуста?

– От солнца я ношу чалму,

Жара мне вовсе ни к чему!

Кочаны

В огороде кочаны –

Наливаются.

Дед Мороз надел тулуп,

К кочанам ступ-хруп

Подбирается.

Заморозить их хотел,

Весь от злости побелел,

Ничего не вышло.

Кочаны в ночи лежат,

Вроде белых медвежат

И рычат чуть слышно.

Капуста

Поднялась капуста,

Важно осмотрелась,

Поскорее в кофточки тёплые оделась.

Плащиком зелёным укрывает нос:

– Мне теперь не страшен дождик и мороз

Конкурс «Реклама блюда из капусты»

рекламирует заяц,

рекламирует козлик.

Конкурс «Докати вилок». Команды катят вилки и собирают в мешки на скорость.

Конкурс поделок из овощей

Конкурс «Назови сорт капусты» (см. презентацию)

Конкурс «Привяжи капусту к больному месту» (используя рулоны бумажных полотенец)

Конкурс «Рябиновые бусы». Участники команд заранее сделали бусы и жюри замеры общей длины бус.

Кричалки-плакаты болельщиков:

Кочерыжку мы поддержим,

и эмоции не сдержим!

Команда «Вилка» вперед.

Победа тебя ждет.

На капустнике болеем,

Сил своих мы не жалеем!

Веселей болей, болей!

В «Кочерыжку» ты поверь!

Команда «Вилка» не подведет,

Капустник веселый нас нынче ждет!

Веселее «Кочерыжки»,

Мы болеем все вприпрыжку!

«Вилка» – команда супер-класс,

Болеем мы сейчас за вас!

Жюри подводит итоги, и все садятся пить чай с пирогами с капустой (см. в приложении фотографии с праздника)

Поделиться...