

## Самые популярные блюда корейской кухни

*Климцев Кирилл Евгеньевич*

*Приамурский государственный университет им. Шолом-Алейхема*

*Студент*

### Аннотация

В данной статье описывается корейская кухня, её история, влияние на неё других восточных народов. Рассматриваются самые распространённые блюда. Описываются особенности питания корейцев.

**Ключевые слова:** питание, корейская кухня, еда, национальные блюда

## The most famous Korean dishes

*Klimtsev Kirill Evgenievich*

*Sholom-Aleichem Priamursky State University*

*Student*

### Abstract

This article describes Korean cuisine, its history, and the influence of other Oriental peoples on it, considers the most common dishes. The peculiarities of Koreans' nutrition are described.

**Keywords:** nutrition, Korean cuisine, food, national dishes

Корейская кухня - одна из самых знаменитых и нестандартных в мире. Корейская еда практически полностью состоит из простых легкодоступных продуктов, которые вполне можно найти у себя в холодильнике. Корейские повара предпочитают использовать в своих рецептах полезные продукты: рис, рыбу, мясо, овощи. Благодаря чему корейские блюда приобретают невероятные вкус и полезность.

Истоки корейской кухни берут своё начало в 5 веке с приходом буддизма в страну. В их рацион постепенно входит вегетарианство и чай. Однако в 13 веке с приходом монголо-татарского ига всё переворачивается с ног на голову. От монголов они перенимают привычку употреблять в пищу мясо. Самые революционные изменения произошли в конце 16 века. Когда Япония оказала сильное влияние на Корею. Они завезли в страну новые фрукты, овощи, орехи и бобовые культуры. Ну а в 1766 году красный впервые использовали для приготовления кимчи и с тех пор его стали широко применять и в других блюдах.

Корейская кухня всегда привлекала внимание множества шеф-поваров и учёных. И. В. Чемоданов, В. Деришева, П. Фоминых описали историю Казахской и Узбекостанской кухни, а ещё их ключевую роль в становлении культур этих стран [1]. Э.Н. Юлбарисова подробно изучила воздействие

кухни Китая не только на страны Азии, но и на весь мир в целом [2]. В статье Л. Н. Алешина, О. И. Лыткина проанализировали культуру «кухня» как основополагающую часть современного русского языка [3]. Технология продуктов общественного питания представлена в исследовании Т. Г. Кумагиной для обслуживания ресторанов быстрого питания [4]. В основу трудов К. Сычевой легло положительное влияние японской кухни на здоровье человека [5]. Н. С. Марушкина подробно изучила национальную кухню как способ взаимодействия различных культур [6].

Корейская кухня или же, как они называют свою кухню, Ханшик(한식) отличается от любых других наличием колоссального количества овощей, квашеных и ферментированных продуктов, морепродуктов и специй. Благодаря этой особенности она столь популярна и невероятно полезна для здоровья человека.

На первом месте среди корейской кухни стоит Кимчи (김치)[рис. 1]. Это самое популярное блюдо в Корее, стоит добавить то, что оно является национальным блюдом страны. Универсальное кимчи- это квашеная капуста с добавленными в неё специями и острым красным перцем. Тем не менее это не единственный вариант приготовления, и на деле их существует довольно много (кимчи чиге(김치찌개)- рагу из кимчи или же суп из кимчи, кимчиджон(김치전)- блины из кимчи и другие)



Рисунок 1 - Стандартное кимчи

На втором месте расположился Пибимпап(비빔밥)[рис. 2], наряду с кимчи является одним из самых популярных блюд в Корее. Пибимпап- это огромная тарелка с рисом, куда добавляют яйцо, овощи, специи (иногда даже кимчи) и соусы. Такое блюдо достаточно просто в приготовлении, а также довольно сытное, поэтому нет сомнения, что оно стало таким популярным.



Рисунок 2 - Пибимпап

И на третьем месте располагается Пульгоги(불고기)[рис. 3]. Это блюдо чаще всего предпочитают дети в силу своего сладкого вкуса. Пульгоги- это мясо слегка зажаренное в сладком соусе, приправленное специями. С точки зрения готовки это весьма незамысловатое блюдо, поэтому корейцы очень часто готовят его дома.



Рисунок 3 - Пульгоги

Корейская кухня весьма специфична для европейцев. Тем не менее, она отличается своим разнообразием и вариативностью приготовления блюд. Корейская кухня способна удовлетворить даже самого искушённого гурмана. Независимо от того являетесь ли Вы фанатом острой или же не острой пищи, сможете найти себе блюдо по вкусу.

### **Библиографический список**

1. Чемоданов И. В., Деришева В., Фоминых П. Кухня народов Средней Азии //Этнокультуры Российского Юга на Российском Севере: вопросы

- изучения в школе и вузе. 2015. С. 187-194. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=28985975>
2. Юлбарисова Э. Н. Влияние китайской кухни на кухни Азии и остального мира // Молодежь XXI века: образование, наука, инновации. 2020. С. 434-435. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=45655908>
  3. Алешина Л. Н., Лыткина О. И. Лингвокультурама" кухня" в современном русском языке // Вестник Северо-Восточного федерального университета им. МК Аммосова. 2020. №. 3 (77). С. 35-41. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=43147540>
  4. Кумагина Т. Г. Национальная и зарубежная кухня : учеб. пособие для студентов сред. проф. учеб. заведений, обучающихся по специальностям 2711 "Технология продуктов обществ. питания", 2311 "Орг. обслуживания на предприятиях обществ. питания". М.: ЮНИТИ, 2005. 431 с. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=19615308>
  5. Сычева К. Суши для здоровья и долголетия и другие целительные рецепты японской кухни. Litres, 2020. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=19619055>
  6. Марушкина Н. С. Национальная кухня в условиях межкультурного диалога // Научный поиск. 2014. №. 2. С. 26. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=21843521>