

С.Е. Баженова, А.Ю. Хоптяр

Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, Україна

КУЛІНАРНА ЕТНОЛОГІЯ ПОДІЛЛЯ: ОСОБЛИВОСТІ І РЕЦЕПТУРНІ СКЛАДОВІ НАПОВНЕННЯ

Стаття присвячена детальному вивченню і систематизації кулінарної спадщини Поділля. Зосереджена увага на рецептурних особливостях страв, які відзначаються унікальністю та автентичністю для цього культурно-історичного регіону України. У статті представлені не лише традиційні рецепти, але й контекст їх виникнення, етнографічний та культурний аспекти, що відображають глибокі коріння та еволюцію подільської кулінарної традиції.

Ключові слова: Поділля, українська кухня, кулінарна етнологія, кулінарна спадщина, народні рецепти, технологія приготування страви.

Постановка проблеми

Сьогодні глобалізація торкається усіх аспектів нашого життя, включаючи економіку, політику та культуру, що може стати викликом для національної самобутності. Проте спостерігається тенденція до однорідності культурних звичаїв, що може підірвати національні цінності. Це викликало опір та призвело до зростання націоналістичних рухів у ряді країн. Тим не менш, багато національних держав активно підтримують і розвивають свою культуру. За останні декілька десятиліть місцеві та регіональні спільноти намагаються адаптуватися до глобалізації, акцентуючи увагу на своїй унікальній культурі та спадщині [1]. Це підтверджується зростанням інтересу до історії, зокрема через відкриття нових музеїв, відзначення важливих дат, охорону історичних пам'яток та відродження національних традицій, таких як кухня. У кожного регіону України є свої унікальні риси, включаючи кулінарні традиції, і Поділля тут не виняток.

Традиційна українська кухня завжди була багатою на смакові та поживні якості завдяки великому вибору страв. Кулінарна спадщина України – це частина її культурного багатства, на рівні з мовою, літературою та мистецтвом. Використовуючи різні інгредієнти та методи приготування, страви отримують неперевершений аромат та смак. Українська кухня є однією з найбільш улюблених серед слов'янських націй та відома далеко за межами України. Страви, такі як борщ та вареники, часто знаходять своє місце в меню провідних ресторанів світу. Ці причини формують актуальність поточного дослідження, яке призвано розкрити особливості і традиції приготування і подачі страв Поділля.

Аналіз останніх досліджень і публікацій

Існуючі матеріали з історії національної кухні окремих українських регіонів ще не отримали все-

бічного висвітлення у спеціалізованих публікаціях. Проте з початком нового тисячоліття наукова спільнота проявила підвищений інтерес до унікальної української кулінарної спадщини. Дослідженнями, які вивчають народні кулінарні традиції Поділля, відзначаються роботи Бабій Н. [2], Віват Г. [3], Кошкіна С., Гладка М. [4], де акцентуються особливості місцевих страв. Щодо кухні Поділля, докладний аналіз представлено в роботах: Михайлюк О. Л., Хумаров О. А. [5], Шкляєва Н., Николюк Т., Яновець А., Смаль О., Жалко Т. [6]. Ці праці акцентують увагу на важливості хліба у традиційних обрядах та значенні обрядових напоїв для Подільського регіону. Крім того, варто звернути увагу на дослідження Красовського С. [7], Церклевич В. С., Онищук М. І., Шпаковського С. М. [8], які вносять вагомий вклад у вивчення кулінарної історії України.

Вивчення цих праць підтверджує необхідність подальших наукових розробок, спрямованих на висвітлення різноманітності та унікальності кухні Поділля в контексті загальноукраїнських кулінарних традицій.

Формулювання мети статті

Мета дослідження – вивчення та систематизація особливостей кулінарної етнології Поділля, а також аналіз та документування традиційних рецептів і технологій приготування страв, які характеризують дану культурно-історичну область України.

Задачі дослідження:

- опис та аналіз історико-культурного контексту розвитку кулінарної етнології Поділля;
- вивчення традиційних рецептів Поділля з метою виявлення їхньої унікальності і регіональних особливостей;
- дослідження технологій приготування страв, що були поширеними серед населення Поділля;
- систематизація отриманої інформації для

подальшого документування та збереження кулінарної спадщини регіону.

Виклад основного матеріалу

Формування української національної кухні завершилося лише до початку XIX ст., після чого її стало можливо відокремити від схожих польської та білоруської кухні. Особливість багатьох українських страв полягає в їхній складності приготування та багатокінгредієнтності рецептів. Яскравий приклад – український борщ, рецепт якого може включати до 30 різних компонентів, що надає йому неперевершений смак та високу поживність. Українська кухня сформувалася під впливом численних чинників. З одного боку, її основу складають регіональні кулінарні традиції, що виникали в різних частинах країни [9, с. 18]. З іншого, хоча ці традиції і виникали на фоні розмаїття природних, історичних обставин і впливу сусідніх народів, таких як росіяни, білоруси, татари та інші, загальна українська кухня має цілісний і дещо однорідний характер, особливо в підходах до вибору продуктів та їх приготування.

Однією з особливостей української кухні є відсутність впливу давньоруських кулінарних традицій, який зник після монголо-татарського нашествия. Це відрізняє її від російської та білоруської кухонь, де древні рецепти були адаптовані, але збереглися крізь століття. Кухня Подільського регіону відзначається своєю мультикультурністю. Території сучасних Вінницької та Хмельницької областей та частини Придністров'я були багаті на єврейські населені пункти, їх кулінарія привнесла смаковість та різноманітність в місцеві страви [10]. Також вірменська спільнота значно вплинула на місцеву кухню, зокрема в методах приготування м'яса, маринадах та ферментації. Вірмени додали багато маринадів, які використовуються як основа для соусів, що доповнюють м'ясо, і навчили місцевих особливостям роботи з солінням і зеленію.

Регіон був домом для різних національностей, включаючи євреїв, вірмен, грузин та чехів. Місто Бар було засноване польською королевою Боною Сфорца, яка походила з Італії. Вона організувала ярмарки для флорентійських торговців, на яких продавались спеції, хутра, вина та інші товари. Торгові шляхи, які проходили через цю територію, забезпечували потік товарів, які потім можна було знайти на місцевих ринках. Деякі міста отримали Магдебурзьке право, яке дозволяло проводити ярмарки. Наймасштабніший продуктовий ярмарок російської імперії розташовувався саме у Хмельницькій області. Така багата торгова та кулінарна історія регіону слугує підґрунтям для розробки сучасної української кухні.

Знаменита літературна постать – Михайло Коцюбинський, який обожнював смачну їжу, зали-

шив в своїх творах багато описів подільських страв. Його книги містять численні назви делікатесів та деколи навіть рецепти. Ще один український письменник, Михайло Стельмах, який народився в цьому регіоні, теж присвятив багато своїх рядків описам місцевого життя і кулінарії. Творчість Марко Вовчок також відображає колорит регіону. Більшість історичних документів, на жаль, вже не в регіоні, але усна народна спадщина продовжує жити. Цінним джерелом для вивчення кухні є спілкування з місцевими господарями, особливо тими, хто має унікальні рецепти. Наприклад, у Хмельницькому районі є особливість – мариновані сливи, які ідеально підходять до м'ясних страв, таких як крученики. Люди регіону часто вважають, що їх спосіб готування їжі є загальноприйнятим, але це не так. Для нас вивчення подільської кухні подібне до пошуку скарбів. Щоб глибше зрозуміти особливості цієї кухні, треба багато мандрувати [11].

Подільські страви, які формувалися століттями, відомі своєю гастрономічною спадщиною і смаковою виразністю. Від борщів та пампушок до вареників, галушок, ковбас та напоїв на основі фруктів і меду – ці делікатеси славляться далеко за межами України. Простота багатьох рецептів подільської кухні приховує за собою багатогранність використаних інгредієнтів та методів приготування, включаючи смаження, варіння, тушкування та запікання. Існує навіть понад тридцять способів приготування традиційного борщу.

Деякі подільські страви базуються на комбінації овочів, злаків і м'яса. Серед таких страв: голубці з м'ясною начинкою, волинські крученики, фаршировані болгарські перці, свинина тушкована з капустою та м'ясні рулетки із овочами. Інша особливість регіону – приготування їжі в керамічних горщиках, завдяки чому страви стають особливо смачними, як, наприклад, запечені вареники зі сметаною чи картопля тушкована з м'ясом та чорносливом. Рибні страви завжди були важливою частиною подільської кухні. Класичні рецепти включають карася в сметані, шуку тушковану з хрінном та різноманітні рибні рулети. Не менш популярні на Поділлі різновиди каш, такі як пшоняна, гречана та гарбузова, а також страви на їх основі, зокрема січеники, запіканки та бабки.

На Західному Поділлі основою меню є страви з пшеничного борошна та молочні продукти. У свою чергу, на Східному Поділлі кухня зосереджена на виробках з пшеничного борошна і овочів, таких як галушки, вареники та пироги. Подільська кухня також відома своїми картопляними та овочевими стравами: деруни, зрази та інші. Сало займає особливе місце в кулінарних традиціях Поділля. Воно використовується у різноманітних варіантах: для підсмажування, в якості додатку до рідких страв, а також у вигляді шкварок. Сало важливе не тільки як

інгредієнт, а й як символ достатку [12, с. 35].

Історія кулінарних рецептів і процеси приготування страв завжди привертала увагу науковців: від етнографів до мовознавців. Фольклористи та етнографи були серед перших, хто почав вивчати особливості цієї кухні. Дивлячись на етнічні особливості українців та історичний розвиток України, видно, що народна матеріальна культура була особливо виразною в кулінарії та харчуванні. Базовими продуктами харчування для жителів Поділля були ті, що вони вирощували та виробляли самостійно. Серед основних культур на Поділлі були жито, пшениця, кукурудза, гречка, а також різноманітні овочі та фрукти. Також тут тримали різних домашніх тварин, завдяки яким отримували молоко та м'ясо. Молоко і його похідні, такі як сир та сметана, займали важливе місце в їжі місцевих жителів. Щоб зберегти продукти на довгий час, їх сушили, солили або квасили. Гриби, фрукти, м'ясо та рибу зазвичай сушили, а сало та м'ясо – солили [13].

У культурному спадку Поділля збереглися численні народні рецепти з унікальними назвами. Аналізуючи ці текстові свідчення, можна виділити два основних типи страв: щоденні та святкові. У даному контексті ми зосередимося на щоденній їжі мешканців Поділля.

Згідно з дослідженнями, щоденне меню українців можна поділити на рослинні та тваринні страви. Рослинна їжа включала в себе блюда на основі борошна, круп та овочів. Тваринна частина меню складалася з молочних та м'ясних страв. Не можна не згадати також значущість хліба і продуктів на його основі в щоденному раціоні населення Поділля.

На Поділлі хліб традиційно готували раз на тиждень, найчастіше у суботу. Експерти в області етнографії стверджують, що основою для випічки було житнє борошно, до якого іноді додавали ячмінне, гречане чи вівсяне. Хліб пекли в гарячій печі, підставляючи під нього сушені листи капусти. Для місцевих жителів хліб був важливою частиною раціону, його рецептура була зумовлена регіональними особливостями. Так, у пам'ятках фольклору Поділля зберіглося багато інструкцій з приготування домашнього хліба. Наприклад, для його приготування спершу активували дріжджі у теплій воді, після чого змішували з борошном та кислим молоком. Готове тісто розкладали по формах, змащували водою або яйцем і пекли приблизно 25-30 хвилин у печі.

Етнографічні джерела свідчать, що на Поділлі для сніданку з тіста випікали округлі коржі. Такі вироби мали назви «круглий хліб» або «паляниця». Процес приготування полягав у тому, що спершу просіювали муку, потім її мололи і знову сіяли через сито. Тісто розчиняли на сироватці, додаючи дріжджі. Коли тісто підходило, його виробляли і випікали у печі. Для бабок використовували бляхи, а

для круглого хліба – лопатку. Іноді залишки тіста йшли на приготування паляниць [7].

Ще однією популярною стравою були перепічки. Їх готували з тіста, подібного до тіста для хліба, але підхід був швидший. З цього тіста формували маленькі пиріжки, які пекли в печі. Їх подавали зі шкварками або сметаною. Такі перепічки у якості додаткової страви взаємодіяли із хлібом [2].

У кулінарних записках Західного та Східного Поділля можна знайти згадки про галушки або невеличкі булочки. «Сервірували їх з борщем, поливаючи сумішшю олії та часнику». Однак в цих місцевостях такі вироби часто називали перепічками: «Для їх приготування використовували тісто, подібне до хлібного, формуючи маленькі пиріжки, які пеклись у печі. Подаючи, їх зазвичай додавали до шкварок чи сметани».

Вчені, що досліджують народні кулінарні рецепти, акцентують увагу на тому, що з хлібного тіста виготовлювали різноманітні пиріжки з такими начинками, як картопля, капуста, квасоля, пшоняна каша з сиром чи маком. У літній період використовували вишні, сливи та калину, а на Поділлі – чорницю. Залежно від рецептів та регіону, ці вироби мали різні назви: пироги, пиріжки. На Поділлі особливо цінували пироги. Їх приготувляли як з кислого, так і з прісного тіста. Зазвичай пироги пеклись до свят. Начинки відзначалися різноманітністю: від сиру з яйцями до грибів, смажених із цибулею. Традиційні рецепти пиріжків з різними начинками описують процес замішування тіста з додаванням дріжджів, яєць, цукру, масла, борошна та молока. Після вимішування, тісто клали в діжу, накривали марлею і залишали для того, щоб підійшло [13].

У старовинних рецептах пиріжки з бобом отримали назву «бобівники». Для їхнього приготування використовувалось дріжджове тісто, частину з якого залишали на хліб, а іншу використовували для «бобівників». Специфіка рецепту полягала в тому, що тісто готувалося в традиційній діжці. Біб замочувався ніч наперед, потім варився на парі із картоплею. Обидва інгредієнти далі разом розтовкувались і до них додавалася засмажка з цибулі. Як додаток до «бобівників» завжди готувалася квашена капуста, варена із м'ясом.

Для самого приготування пиріжків брали готову масу з бобу та картоплі, обгортавши її тістом, формували великі кульки. Потім їх викладали на деко і запікали в печі. Основна перевага «бобівників» полягає в тому, що вони не потребують смаження в маслі. Зазвичай їх подавали з вареною капустою. За цим рецептом зараз нечасто готують, але він залишається пам'яттю сімейних традицій.

На Поділлі особливо цінувалися рецепти пирогів з яблуками. Ось інструкція для «Яблучного пирога»: беремо 50 г масла, змішуємо з півкілограма просіяної муки, додаємо 2 жовтки, дві ложки цукру

та трохи сметани. Не забуваємо про пів ложечки соди. Коли тісто готове, ділимо його на дві частини. З обох частин формуємо коржі. Перший корж викладаємо на лист, який попередньо змащуємо жиром, колотимо його виделкою, зверху розкладаємо сухарі, потім яблучні смужки, сиплемо цукром із корицею і знову посипаємо сухарями. Прикривають це другим коржом.

В усіх куточках України, включаючи Поділля, популярним було печиво з дріжджового або, рідше, пісного тіста. Це могли бути «резнічки», «книші», «баники», округлі або у формі трикутника, часто із різними начинками: картоплею, сиром або товченими конопляними насіннями. На Поділлі їх називали «бухти», «макові галушки» або «молочні галушки». Особливою популярністю користувалися «бухти» – це були маленькі булочки з джемом, приготовані з крутого тіста, яке мало невеличкий отвір у центрі, через який прокладали джем, прикрашаючи зверху карамелізованими вишнями. У деяких джерелах такі солодоці називали «смастьонами». Це було печиво з пшеничного тіста, яке смажили в олії. Зазвичай «смастьони» готували на святковій події, вечірці або як солодоці для дітей [3].

Етнографи підкреслюють особливість української та, зокрема, подільської кулінарної традиції – галушки. Ця страва готується з тіста, приготованого на воді або сироватці з додаванням яйця. Його розкатують, нарізають та обсмажують у підсоленому окропі. Так, у народних рецептах описано «Галушки з маком»: замішуємо тісто, ріжемо його на дрібні шматочки, варимо в окропі, потім додаємо запарений мак. Існує варіант галушок, які щипали руками, та ті, що різали ножом. Цікаво, що галушки часто варили в молоці або ющі, сервіруючи їх разом з цією рідиною. Специфічною стравою на сніданок були «Галушки з молоком», коли галушки заливали гарячим молоком [11].

Етнографи вказують, що галушки, виготовлені з різних видів борошна, включаючи гречане, житнє та пшеничне, традиційно варили у воді, після чого їх поливали олією або смаженим салом. Науковці визначають, що українська кухня багата на варені страви з борошна, такі як вареники, затірки та інші.

Особливо обожнюваною стравою в регіоні є вареники з сиром. Як вказують дослідники, вареники є однією з найбільш поширених страв, приготованих з вареного тіста, і можуть мати різні начинки, від сиру до фруктів та ягід. Тісто для них зазвичай виготовляється з пшеничного, житнього або гречаного борошна. Після варіння вареники поливалися засмажкою з олії чи сала та подавалися із сметаною або ряжанкою [10].

«Затірки» – це давня страва, характерна для слов'янських народів. Виготовляється з крутого підсоленого пшеничного тіста, замішаного на яйцях,

яке розтирається в дерев'яній посуді до отримання маленьких кульок, що нагадують за розміром горошину чи квасолу. Після того як затірки варять в окропі, молоці або іноді в м'ясному бульйоні, вони готові до вживання, коли спливають на поверхню. Страва має ситний смак і густу текстуру. Зазвичай затірки подаються з різними заправками, такими як олія, вершки, сало або засмажка, а іноді – і без них. Через свою простоту приготування та насиченість калоріями, затірки в Україні готували нерідко.

Сучасні макарони та вермішель ведуть своє походження від стародавньої «локши» чи «локшини», яка була поширена в регіоні Поділля. «Локшина» готувалася так: тісто розкачувалось до тонкості в 2-3 мм, різалось на маленькі смужки шириною 2-4 мм, потім висихало на решеті впродовж ночі. Після цього її зварювали в киплячій воді, заливали молоком, можна було додати масло перед подачею на стіл. Ця страва була дуже популярна серед жителів Волині та Поділля, особливо готувалася у неділю [13].

Так, Віват Г., дослідник української кулінарії, відзначає, що борошняні страви в українській кухні представлені широким асортиментом, включаючи різноманітні хлібобулочних виробів. Він також розглядає лемішки та соломахи як специфічні борошняні страви, що мають схожість з кашами.

Етнографи підкреслюють, що однією з характерних рис української національної кухні є багатий вибір овочевих страв. До таких страв належать борщ, капуста, голубці, квашена капуста, солоні огірки та гарбузова каша [3].

Особливе місце серед овочів займає картопля, а надто в регіонах Поділля. З другої половини XVII ст. в Україні картопля стає все більш популярною, і з неї готують різні страви, такі як печена картопля, деруни, коми та кльоцки, особливо на Поділлі. Вона частково витіснила традиційні борошняні страви. У регіонах, де часто не вистачало хліба, картопля вважалася основним джерелом харчування. Також є старовинні рецепти, що передавалися із покоління в покоління. Наприклад, страва під назвою «Дід»: картопля терлася, додавалася цибуля, спеції, сало і все це запікалося в чавуні в печі. Ця традиційна страва була символом гостинності та її передавали нащадкам як сімейний рецепт [14].

Експерти в галузі кулінарії вказують, що на теренах України картопля часто готувалася простими методами: варінням у воді або запіканням у печі. Часто вживані рецепти описують, як льон смажився, потім розбивався на порошок і цей порошок посипався на варену картоплю. Існують і рецепти, де картопля споживалася у сиром сметанному соусі або ж просто запікалася у печі зі смальцем.

Із подрібненої картоплі готували різноманітні галушки, відомі як «кльоцки» чи «кнедлики». Ось як це робили: картоплю варили, потім подрібнювали та

додавали яйця, борошно та приправи. Галушки кидали в кип'ячу воду та варили кілька хвилин. Подавали їх з розтопленим маслом, смаженою цибулею чи сметаною. Існує також рецепт, де галушки жарились у печі та обсмажувались в гарячому жирі.

На Поділлі морква завжди займала особливе місце в раціоні місцевого населення. Цей овоч висаджували масово, використовуючи його для різноманітних кулінарних страв. Ось деякі приклади традиційних рецептів [11, 15]:

– «Молочна морква»: моркву обчищали, нарізали шматочками, засипали у чавун, доливали воду і варили в печі. Після закипання додавали молоко та варили ще трохи;

– «Морква з бобами»: в чавун вкидали обчищену і порізану моркву, а до неї додавали замочений біб. Заливали водою, варили в печі до готовності.

Окрім моркви, жителі цього регіону велику увагу приділяли іншим овочам. Наприклад, рецепт «Бруква з бобом» передбачає наступні дії: обрану і порізану брукву заливали водою в глиняному горщику, додавали біб, а потім і м'ясо (на вибір – птиця чи свинина). Приправляли сіллю та перцем і залишали в печі на півтори години. Багато страв готували також з квасолі та бобу, що збагачувало їхнє щоденне меню.

На Поділлі популярні були різні варіанти овочевих борщів: червоний, зелений, на основі бурякових пагонів і з капустою. Відомий етнограф А. Пономарьов вважає борщ характерною рисою української культурної ідентичності. Він зауважує, що традиційно в Україні готували три основних види борщів: червоний, зелений та холодний, кожен із своїми варіаціями. Основними інгредієнтами борщу завжди були капуста і буряк, а з XVII ст. – також картопля. Борщ часто доповнювали квасом з буряків, сироваткою або сметаною, а також додавали різні овочі, сало, м'ясо чи, під час посту, сушену рибу. Навесні особливу увагу приділяли борщам на основі свіжої зелені, які заправляли сметаною, яйцями та цибулею.

Науковці вказують, що в українській кухні традиційно існують три основні варіанти борщу. Червоний борщ готують із капусти, буряків, моркви, петрушки та, у новітній час, з додаванням картоплі. У святкові дні до борщу додавали м'ясний бульйон, а в повсякденному режимі – сало, часник та цибулю. Особливу роль у приготуванні відіграв буряковий квашень. Щоб додати гостроти, в борщ часто додавали червоний перець. Згідно з дослідниками, українські борщі з їхньою регіональною різноманітністю стали важливою частиною світової культури [16].

Кулінарні традиції Поділля переважно базуються на розмаїтті фруктів та ягід. Особливе місце займає яблуко: від супів до квашених яблук, які можна вживати до будь-якої страви. Не менш цікавим є

місцевий підхід до смальцю, який може мати нотки яблука або вишні. Подільські страви завжди вражають своєю оригінальністю та несподіваними комбінаціями. Гриби, зокрема маремухи та грузді, також займають важливе місце в регіональній кухні. Білі боби, багаті на вітаміни та мінерали, є одним з основних інгредієнтів. Але справжнім скарбом Поділля є дикоростучі трави, без хімії, що наповнені енергією природи. Такі давні страви і рецепти цієї місцевості представляють культурну цінність не лише для етнографів, але й для фахівців інших наукових напрямів.

Висновки

Визначено, що кулінарні традиції на Поділлі відображають багатий культурний досвід цих регіонів. Проведене дослідження підкреслює різноманіття народних традицій та ритуалів, які зберігаються у рецептах та способах приготуванні їжі. Особливе місце займають ті рецепти, що передаються з покоління в покоління у родинах Поділля. Ці рецепти відображають світогляд, цінності та вірування місцевого населення. Кухня Поділля представляє собою різножанрову систему, яка включає широке коло повсякденних, святкових, обрядових і релігійних страв для всіх випадків життя і етапів існування традиційної родини.

Дослідження показало, що кухня Поділля відома своїми унікальними рецептами, що налічують століття. Вона багата на смакові страви, засновані на старовинних методах приготування. Любителі цієї кухні цінують її за відмінний смак борщів, пампушок, вареників, галушок та інших традиційних страв. Особливість Подільської кулінарії полягає в різноманітті продуктів та способах їхньої обробки, включаючи смаження, варіння та запікання.

Визначено, що національні свята Поділля та західної Волині відзначаються особливими кулінарними традиціями. Наприклад, до новорічних та різдвяних свят на стіл виставляють такі страви як кутя, узвар, пироги та печене м'ясо. Пасхальний стіл прикрашають випеченою паскою, розфарбованими яйцями та різними видами м'яса. Також є специфічні страви для весняних, літніх та осінніх свят. Кулінарні рецепти та весільні традиції Поділля та західної Волині нерозривно пов'язані з коровайним обрядом. Приготування короваю, символічного хліба, займало центральне місце у весільних ритуалах цих регіонів. Символіка короваю, як відображення родючості та добробуту, глибоко укорінена в традиціях Поділля і Волині. Ці особливості народної культури, включаючи ігри та забави, відображають багатство та глибину української етнографії. В текстах можна знайти описи побуту, включаючи традиційні страви, домашнє начиння та предмети повсякденного життя, які використовувалися жителями цих регіонів протягом років.

Література

1. Македон В. В. Світовий ринок праці в координатах цифрової економіки / В. В. Македон, В. П. Валіков, Є. Є. Кошляк // Академічний огляд. – 2020. – № 1 (52). – С. 91–104. – DOI: [10.32342/2074-5354-2020-1-52-9](https://doi.org/10.32342/2074-5354-2020-1-52-9).
2. Бабій Н. П. Актуальні культурно-мистецькі практики та процеси: проблематика наукового дискурсу / Н. П. Бабій // Питання культурології. – 2020. – № 36. – С. 69–78. – DOI: [10.31866/2410-1311.36.2020.221047](https://doi.org/10.31866/2410-1311.36.2020.221047).
3. Віват Г. І. Традиції українського харчування / Г. І. Віват. – Одеса : ВМВ, 2016. – 288 с.
4. Вихід із зони комфортної їжі [Електрон. ресурс] / Лівий берег (LB.ua) : сайт. – Київ, 2009–2023. – Оновлюється постійно. – Режим доступу: https://lb.ua/gastronomy/2021/12/27/501859_vihid_iz_zoni_komfortnoi_izhi.html, вільний (дата звернення: 25.10.2023).
5. Михайлюк О. Л. Перспективи розвитку гастрономічного туризму в Україні / О. Л. Михайлюк, О. А. Хумаров // Економічні інновації. – 2020. – Том 22, Вип. 2(75). – С. 71–81. – DOI: [10.31520/ei.2020.22.2\(75\).71-81](https://doi.org/10.31520/ei.2020.22.2(75).71-81).
6. Народні кулінарні традиції й народні дитячі ігри та забави населення Західного Полісся та західної частини Волині : монографія / Н. В. Шкляєва, Т. В. Ніколюк, А. І. Яновець, О. В. Смаль, Т. Й. Жалко. – Луцьк : Терен, 2020. – 196 с. – Режим доступу: https://lib.lntu.edu.ua/sites/default/files/2021-02/кулінарія_ігри.pdf, вільний (дата звернення: 25.10.2023).
7. Красовський С. О. Гастрономічний туризм як актуальний тренд сучасної культури / С. О. Красовський // Питання культурології. – 2021. – № 37. – С. 169–180. – DOI: [10.31866/2410-1311.37.2021.236018](https://doi.org/10.31866/2410-1311.37.2021.236018).
8. Церклевич В. С. Культурні детермінанти еволюції гастрономічних спеціалітетів: до питання формування гастрономічного бренду Поділля / В. С. Церклевич, М. І. Онищук, С. М. Шпаковський // Трансформаційна економіка. – 2023. – № 1 (01). – С. 67–75. – DOI: [10.32782/2786-8141/2023-1-12](https://doi.org/10.32782/2786-8141/2023-1-12).
9. Research of the gastronomic brand of tourist destination / D. Kharenko, O. Dyshkantiuk, S. Salamatina, L. Kovalenko // Technology Audit and Production Reserves. – 2018. – Vol. 3, No. 5(41). – P. 15–21. – DOI: [10.15587/2312-8372.2018.135484](https://doi.org/10.15587/2312-8372.2018.135484).
10. Кобзар М. Феномен їжі як культурний компонент: категорії та терміни / М. Кобзар // Українська культура: минуле, сучасне, шляхи розвитку (напрям: Культурологія). – 2019. – № 33. – С. 135–141. – DOI: [10.35619/ucpmk.vi33.303](https://doi.org/10.35619/ucpmk.vi33.303).
11. Етнографія українців : навч. посібн. / [М. С. Глушко, С. А. Макаrchук, Р. Ф. Кирчів, Р. Б. Сілецький та ін.] ; за ред. С. А. Макаrchука. – 3-є вид., перероб. та допов. – Львів : ЛНУ ім. І. Франка, 2015. – 711 с. – Режим доступу: https://clio.lnu.edu.ua/wp-content/uploads/2014/11/Etmohrafiia-ukraintsiv_2015_zared.-Makarchuka.pdf, вільний (дата звернення: 25.10.2023).
12. Ковешніков В. С. Винний та гастрономічний туризм: важливий потенціал розвитку економіки / В. С. Ковешніков, В. В. Гармаш // Інвестиції: практика та досвід. – 2017. – № 4. – С. 32–37. – Режим доступу: http://www.investplan.com.ua/pdf/4_2017/9.pdf, вільний (дата звернення: 25.10.2023).
13. Братіцел М. Л. Національні екокультурні традиції в сучасних рестораних закладах / М. Л. Братіцел // Культура і мистецтво у сучасному світі. – 2019. – № 20. – С. 44–52. – DOI: [10.31866/2410-1915.20.2019.172394](https://doi.org/10.31866/2410-1915.20.2019.172394).
14. Okumus B. A meta-analysis of evolution of gastronomy and culinary education research published in top-tier culinary, hospitality, and tourism journals / B. Okumus // Journal of Foodservice Business Research. – 2021. – Vol. 24, Issue 1. – P. 101–120. – DOI: [10.1080/15378020.2020.1865775](https://doi.org/10.1080/15378020.2020.1865775).
15. Омельницька В. О. Сучасний стан ринку послуг гастрономічного туризму України / В. О. Омельницька // Економічні студії. – 2018. – № 2 (20). – С. 121–126. – Режим доступу: http://elibrary.donnuet.edu.ua/788/1/Omelnytska_2_Suchasnyi_stan_rynku.pdf, вільний (дата звернення: 25.10.2023).
16. Українська кухня потрапила у ТОП-10 найсмачніших у світі [Електрон. ресурс] / Галицький кореспондент : сайт. – Івано-Франківськ, 2015–2023. – Оновлюється постійно. – Режим доступу: <https://gkpress.if.ua/ukravinska-kuhnya-potrapiya-u-top-10-najsmachnishyih-u-sviti/>, вільний (дата звернення: 25.10.2023).

References

1. Makedon, V. V., Valikov, V. P., & Koshliak, Ye. S. (2020). The global labour market in the coordinates of the digital economy. *Academy review*, 1(52), 91–104. DOI: [10.32342/2074-5354-2020-1-52-9](https://doi.org/10.32342/2074-5354-2020-1-52-9) [in Ukrainian]
2. Babii, N. P. (2020). Contemporary art and cultural practices and processes in scientific discourse. *Issues in Cultural Studies*, (36), 69–78. DOI: [10.31866/2410-1311.36.2020.221047](https://doi.org/10.31866/2410-1311.36.2020.221047) [in Ukrainian]
3. Vivat, H. I. (2016). *Traditions of Ukrainian food*. VMV [in Ukrainian]
4. Koshkina, S., & Hladka, M. (2021, December 27). *Getting out of the comfort food zone*. *Livyi Bereh (LB.ua)*. Retrieved from https://lb.ua/gastronomy/2021/12/27/501859_vihid_iz_zoni_komfortnoi_izhi.html [in Ukrainian]
5. Mykhailiuk, O. L., & Khumarov, O. A. (2020). Development of gastronomic tourism perspectives in Ukraine. *Economic Innovations*, 22(2(75)), 71–81. DOI: [10.31520/ei.2020.22.2\(75\).71-81](https://doi.org/10.31520/ei.2020.22.2(75).71-81) [in Ukrainian]
6. Shkhaieva, N. V., Nykoliuk, T. V., Yanovets, A. I., Smal, O. V., & Zhalko, T. Y. (2020). Folk culinary traditions and folk children's games and pastimes of the population of Western Polissia and the western part of Volyn: monograph. Teren. Retrieved from https://lib.lntu.edu.ua/sites/default/files/2021-02/кулінарія_ігри.pdf [in Ukrainian]
7. Krasovskiy, S. O. (2021). Food tourism as a current trend in modern culture. *Issues in Cultural Studies*, (37), 169–180. DOI: [10.31866/2410-1311.37.2021.236018](https://doi.org/10.31866/2410-1311.37.2021.236018) [in Ukrainian]
8. Tserklevych, V. S., Onyshchuk, M. I., & Shpakovskyi, S. M. (2023). Cultural determinants of the evolution of gastronomic specialties: On the question of formation of Podill's gastronomy brand. *Transformational Economy*, (1(01)), 67–75. DOI: [10.32782/2786-8141/2023-1-12](https://doi.org/10.32782/2786-8141/2023-1-12) [in Ukrainian]
9. Kharenko, D., Dyshkantiuk, O., Salamatina, S., & Kovalenko, L. (2018). Research of the gastronomic brand of tourist destination. *Technology Audit and Production Reserves*, 3(5(41)), 15–21. DOI: [10.15587/2312-8372.2018.135484](https://doi.org/10.15587/2312-8372.2018.135484)
10. Kobzar, M. (2019). Food phenomenon as a cultural component: Categories and terms. *Ukrainian culture: The past, modern ways of development (branch: Culturology)*, (33), 135–141. DOI: [10.35619/ucpmk.vi33.303](https://doi.org/10.35619/ucpmk.vi33.303) [in Ukrainian]
11. Makarchuk, S. A. (Ed.). (2015). *Ethnography of Ukrainians: study guide* (3rd ed.). Ivan Franko National University of Lviv. Retrieved from https://clio.lnu.edu.ua/wp-content/uploads/2014/11/Etmohrafiia-ukraintsiv_2015_zared.-Makarchuka.pdf [in Ukrainian]
12. Koveshnikov, V. S., & Garmash, V. V. (2017). Wine and gastronomic tourism: important economic development potential. *Investytsiyi: praktyka ta dosvid*, (4), 32–37. Retrieved from http://www.investplan.com.ua/pdf/4_2017/9.pdf [in Ukrainian]
13. Bratitsel, M. L. (2019). National Eco-Cultural Traditions at Modern Restaurants. *Culture and Arts in the Modern World*, (20), 44–52. DOI: [10.31866/2410-1915.20.2019.172394](https://doi.org/10.31866/2410-1915.20.2019.172394) [in Ukrainian]
14. Okumus, B. (2021). A meta-analysis of evolution of gastronomy and culinary education research published in top-

tier culinary, hospitality, and tourism journals. *Journal of Foodservice Business Research*, 24(1), 101–120. DOI: [10.1080/15378020.2020.1865775](https://doi.org/10.1080/15378020.2020.1865775)

15. Omelnytska, V. O. (2018). Modern Condition Market Of Gastronomic Market Services Of Ukraine. *Ekonomichni Studii*, 2(20), 121–126. Retrieved from http://elibrary.donnue.edu.ua/788/1/Omelnytska_2_Suchasnyi_stan_rynku.pdf [in Ukrainian]

16. Babii, I. (2016, March 20). *Ukrainian cuisine is among the top 10 most delicious in the world*. Halytskyi Korespondent. Retrieved from <https://gk-press.if.ua/ukrayinska-kuhnya-potravya-u-top-10-najsmachnishyh-u-sviti/> [in Ukrainian]

Рецензент: д-р екон. наук, проф. Н.М. Богдан, Харківський національний університет міського господарства імені О.М. Бекетова, Україна.

Автор: БАЖЕНОВА Стефанія Едуардівна
доктор історичних наук, професор, завідувач кафедри туризму та готельно-ресторанної справи Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка
E-mail – bazhenova@kpmu.edu.ua
ID ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3920-285X>

Автор: ХОПТЯР Андрій Юрійович
кандидат історичних наук, старший викладач кафедри туризму та готельно-ресторанної справи Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка
ID ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7870-5778>

CULINARY ETHNOLOGY OF PODILLIA: FEATURES AND RECIPE INGREDIENTS

S. Bazhenova, A. Khoptiar

Kamianets-Podilskyi Ivan Ohienko National University, Ukraine

The article considers the actual and unique issue of studying the traditional recipes of Podillia to identify their uniqueness and regional features. We determined that this issue's regional and local lore aspect opens vast opportunities for its use as a historical source. Patterns of the presence or absence of particular themes and motives often find their reasons in historical factors. To some extent, this also applies to such an area as the country's cuisine and culinary traditions. The study revealed that the functioning of folk customs is subordinated to more practical than aesthetic requests. Where the question of folk traditions, beliefs, customs and rites, life and lifestyle of the population arises, only there is a prerequisite for the appearance of authentic cuisine and original recipes. Thus, the etiology of such folk recipes lags far behind the customs etiology in time. The previous research has proven that the identified features of the development of Ukrainian cuisine relate specifically to the national culinary traditions and customs of the population of Podillia. This layer of folk culture needs urgent exploration. A detailed study of the peculiarities of cuisine and culinary traditions can give ethnographers and culturologists valuable information about our people's history, ancient traditions, beliefs, and culture. The specificity of the researched object and the degree of study of the chosen topic determined the purpose of the article, which is studying and organising the characteristic features of the culinary heritage of Podillia, as well as collecting and registering authentic recipes and methods of cooking dishes that reflect the cultural heritage of this region of Ukraine. The practical significance of the obtained results is that its main provisions can be used by specialists in various fields: ethnographers, folklorists, culturologists, historians, geographers, and tourism specialists. The personal contribution of the authors consists of the systematisation of folk culinary traditions and folk recipes of Podillia and a comprehensive study of the genealogy of ethnic cuisine.

Keywords: Podillia, Ukrainian cuisine, culinary ethnology, culinary heritage, folk recipes, cooking technology.