

КУЛЬТУРА ПОВСЕДНЕВНОСТИ



ОЛЬГА СЮТКИНА

РОЖДЕНИЕ РУССКОЙ КУХНИ

IX–XVII века

НОВОЕ
ЛИТЕРАТУРНОЕ
ОБОЗРЕНИЕ

МОСКВА
2026

УДК 641.55(=161.1)(091)«8/16»

ББК 36.997г(2=411.2)4

С98

Редакторы серии: Л. Оборин, С. Елагин

Сюткина, О. А.

С98 Рождение русской кухни (IX–XVII века) / Ольга Сюткина. — М.: Новое литературное обозрение, 2026. — 528 с.: ил. (Серия «Культура повседневности»)

ISBN 978-5-4448-2737-6

Как зарождалась русская национальная кухня? И что опыт изучения средневековых кулинарных традиций может рассказать нам об истоках российского общества? Новая книга известного кулинарного историка Ольги Сюткиной разрушает миф о том, что эта тема до XVI века мало представлена в исторических источниках. Автор реконструирует гастрономическую картину допетровской Руси, связывая ее с экономическими, социальными и культурными процессами. Исследование показывает, как природные ресурсы, политическая практика и зарубежное влияние определяли эволюцию питания, и дает живую картину рациона средневекового человека. Работа основана на большом корпусе источников и снабжена редкими иллюстрациями. Ольга Сюткина — писатель, историк, телеведущая. Соавтор нескольких изданных в России и за рубежом книг по истории русской кухни, в том числе вышедшей в «НЛО» книги «Русская кухня от мифа к науке». Лауреат премии Gourmand Cook Book и российской Food Show Awards (2018) «За вклад в развитие русской кухни».

УДК 641.55(=161.1)(091)«8/16»

ББК 36.997г(2=411.2)4

На обложке: © Photo by Arturrro on Unsplash.com

© О. А. Сюткина, 2026

© С. Тихонов, дизайн обложки, 2026

© ООО «Новое литературное обозрение», 2026

СОДЕРЖАНИЕ

Предисловие	9
Глава I. Вкусы, привычки и технологии	16
С чего начинается русская кухня	16
Ества, брашно и застолье	26
Технологии русской кухни	36
Система вкусов	49
Застольная культура	55
Пир и торжественные застолья	56
Запреты и злоупотребления	57
Демонстрация богатства	61
Канон достойной трапезы	63
Глава II. «И бяху лояще зверь» (роль мяса в средневековом рационе)	66
Охота	67
Говядина	85
Свинина	93
Конина	98
Баранина	104
Глава III. «Утя верченое, да куря в ухе» (домашняя птица разнообразит вкус)	111
Курица	111
Утки, гуси	117
Глава IV. «Лодога бочешная да шевриги вислые» (рыбный день и рыбный год)	122
Хронология рыбной кухни	124
Осетровые	128
Балтийский осетр	138
Лососевые	139
Белая рыба	150
Икра	166
Вязига	173

Глава V. «Молоко тверское да варенцы» (молочные продукты — между постом и праздником) . . .	176
Молочные продукты	176
Молоко	178
Кисломолочные продукты	181
Сыр или творог	192
Сырники	197
Коровье масло	199
Глава VI. «Хлебец ситный да калач» (зерновые — основа питания)	214
Рожь	216
Пшеница	224
Ячмень	231
Просо и пшено	235
Хлебопечение	239
Овес	251
Гречиха	257
Рис	263
Глава VII. Гороховый сыр и кутья из чечевицы (бобовые в русской кулинарии)	268
Горох	268
Чечевица	274
Бобы, нут, фасоль	277
Глава VIII. Квашенинное сало и маковая избоина (сало, жир и масло на службе поваров)	280
Животный жир	280
Постные, или растительные, масла	290
Глава IX. Груши в патоке и арбузный мед (садовые фрукты и ягоды)	301
Плодовые и ягодные культуры	301
Варенье	303
Мед	305
Пастила (леваши)	305

Яблоки	308
Груши	312
Вишня, черешня	314
Слива	317
Виноград	321
Инжир	327
Бахчевые культуры	329
Арбуз	329
Дыня	334
Тыква	337
Глава X. «Квасят ее в кочнях с анисом» (овощи, придавшие вкус русской кухне)	339
Капуста	339
Щи	344
Взвары (звары)	346
Солянка	346
Разновидности капусты	348
Кудрявая капуста (кейл)	349
Огурцы	351
Соление огурцов	355
Блюда из огурцов	356
Репа	359
Морковь	363
Лук и чеснок	366
Свекла	372
Редька	381
Хрен	384
Глава XI. Кулага и ставец сморчков (дары леса как приятное дополнение)	389
Ягоды	389
Малина	390
Земляника	392
Брусника	394
Смородина	396

Клюква	397
Крыжовник	399
Калина	400
Костяника	402
Морошка	402
Можжевельник	403
Грибы	405
Орехи	415
Глава XII. Квас медвяный и пиво мартовское (что пили до водки)	422
Квас	423
Технология приготовления кваса	427
Кислые щи	430
Кулинарное использование кваса	431
Пиво	435
Меды и напитки на их основе	444
Технология приготовления питейного меда	447
Сбитень	452
Морсы и водицы	454
Виноградное вино	457
Дистилляты	465
Заключение	470
Список иллюстраций	474
Примечания	478

ПРЕДИСЛОВИЕ

Кухня — неотъемлемая часть отечественной культуры. Однако, несмотря на обширные научные изыскания, история русской гастрономии до сих пор изобилует белыми пятнами.

Распространено мнение о том, что вплоть до XVI века в исторических источниках сведений о русской кухне практически не встречается. Эта точка зрения имеет существенные основания: действительно, первые русские кулинарные книги возникают лишь в конце XVIII века. Более или менее подробные ее описания — в «Домострое» (1550-е годы) и «Росписи царским кушаньям» (1610–1613) — не намного старше. Наши знания о кулинарной действительности тех времен опираются в основном на косвенные упоминания в документах, письмах и деловых или личных записях.

Само зарождение русской кухни скрыто в глубине веков. Вообще датировка возникновения кулинарной традиции — вопрос дискуссионный. Когда это происходит? Кажется бы, о кухне можно говорить с того момента, когда человек осваивает обработку продуктов, то есть явно еще до обретения письменности. Но кухня — это не только продукты, рецепты и технологии, она имеет и культурное оформление: возникающие со временем обряды, застольные порядки и религиозные традиции.

В отличие от материальной культуры, оставляющей следы в археологических артефактах или, к примеру, на гравюрах, кулинарное наследие сложно передать словами или

красками. В музейных экспозициях представлены старинные мечи и костюмы, гусли и деревянные ложки. Дошедшие до нас письменные источники рассказывают о тактике боя в Древней Руси или праздничных обрядах. Даже музыка начиная с XI века записывалась с помощью знаков — крюковой нотации. Но как передать вкус?

В этой работе мы постараемся продемонстрировать, что даже скупой информации хватает для реконструкции образа питания русского народа. Настоящая книга охватывает период с IX по XVII век, от домонгольской Руси до окончательного становления русской государственности. Фактически речь идет о периоде, в ходе которого возникает русская нация, ее культура, а следовательно, и кухня со всеми присущими ей особенностями.

Любая кулинарная традиция носит национальный характер, а следовательно, возникает только с образованием нации. Так, русская кухня формируется к концу XV века, когда налицо все признаки сформировавшейся народности: единая территория после окончания ордынского протектората, поместная система как основа экономики, наличие системы законов, закрепленной Судебником Ивана III. Не случайно полвека спустя увидит свет и «Домострой» — сборник советов, касающийся в том числе и бытовой сферы. Он-то фактически и фиксирует окончательное становление русской национальной кухни.

С другой стороны, сегодня многие историки рассматривают кухню как часть буржуазной культуры Нового времени. Во многом эта точка зрения верна, поскольку именно гуманистические идеалы Возрождения, демократизация общественной жизни, промышленный и научный прогресс создали новый облик национальных кулинарных традиций.

За первые полтысячи лет нашей истории кухня, конечно, эволюционировала не столь стремительно, как в последующие века. Но мы можем зафиксировать важные тенденции,

которые и определили народный быт на многие столетия вперед. Во многом они обусловлены спецификой природных ресурсов, климата и набора сельскохозяйственных культур. Но не менее того и социально-экономическим ландшафтом Руси, и возникающими традициями княжеской и царской власти, и зарубежным влиянием.

Русская кухня прошла ту же историю, что и общество. И было бы странно считать, что ее развитие шло непрерывно, несмотря на катаклизмы в самом социуме. Она пережила не один кризис, в ее истории были и яркие взлеты, и обидные отставания. Русская кухня двигалась к процветанию, соприкасаясь с традициями других народов, осваивала новые продукты и щедро делилась своими открытиями. И, наоборот, наша гастрономия замирала, как только мы оказывались в изоляции.

Но история, как известно, ничему не учит. Она лишь наказывает за незнание уроков, как писал еще больше века назад наш выдающийся историк Василий Ключевский. В этом смысле просто описание традиций — как готовили сбитень или подавали пряники — не более чем развлекательный материал для любопытствующей публики. Мы же ставим перед собой более важную задачу: показать не что ели наши предки, а почему. А значит, рассказать об экономических, социальных и культурных мотивах развития русской кухни. Их понимание позволяет не только извлечь уроки из прошлого, но и осознать настоящее.

На чем же строится наша попытка детального описания русской средневековой кулинарии?

В качестве основы мы берем ее продуктовую составляющую. Использование традиционных и освоение новых продуктов — естественная база для изучения эволюции кухни. В конце концов, ими ежедневно питается большинство населения, и именно они служат основой для гастрономических фантазий обеспеченной публики.

Мы можем описать продукты той старой кухни с исторической достоверностью. Во многих случаях удается определить технологию их обработки и сохранения.

На помощь исследователю приходят и средневековые источники — летописи, монастырские книги, берестяные грамоты, мемуары иностранных путешественников, документы дипломатической переписки, царские указы и письма. Для современного читателя там подчас обнаруживаются сюрпризы. «Добудь мне коня, такого большого, хорошего. Если же тебе не попадется такого хорошего, то половину», — читаем мы в найденной в Торжке берестяной грамоте XII века. Этот на первый взгляд странный текст становится понятным, если знать, что речь идет о покупке конины — целой конской туши или ее половины. Да-да, конина в те времена входила в рацион наших предков!

Знания смежных наук — ботаники, биологии, эволюционной теории — позволяют определить виды растений и породы животных, которые предположительно могли использоваться в пищу. А археологические находки — подтвердить или опровергнуть теоретические предположения.

Этот междисциплинарный подход позволяет избежать одностороннего, узкоспециализированного взгляда. К примеру, великолепные по своей детальности работы историков XIX века (И. Забелина, Н. Костомарова и др.) на тему питания и пищевого производства получают новое измерение при подключении знаний об обработке продуктов и приготовлении блюд.

Понимание поварских технологий эпохи позволяет прояснить, казалось бы, совершенно непонятные сюжеты. «От осетров и от белуг головы отнимати и отдавати целовальникам на соль», — указывает царская грамота от 29 июля 1613 года. Трудно поверить, что для царского стола солили именно рыбы головы. Но как же иначе понять государев приказ? Оказывается, объяснение есть: имеется в виду

рыба соответствующего размера — термин «голова» в свое время обозначал стандарт длины рыбы.

Не будем забывать, что в силу понятных причин никакие письменные источники не дадут нам полную картину продуктового разнообразия на Руси. Простой пример: первое упоминание об огурцах в Русском государстве мы встречаем лишь у венецианского посла Амброджо Контарини, посетившего Москву в 1477 году. Между тем археологические раскопки в Неревском конце Новгорода говорят о присутствии семечек огурца в культурном слое X века.

Другой пример красноречиво говорит о пользе подключения к историческому кухонному экскурсу этимологии. В дворцовых документах за 1667 год мы встречаем упоминание о том, как по указу государя Алексея Михайловича польским послам к столу среди прочих блюд отпущено «утя окрашивано под огурцы». Что бы это значило? Неужели утку покрасили в зеленый цвет? Даже при всей экзотичности той кухни это предположение выглядит сомнительно.

Слово «окрашивано» в данном контексте означает «приправленное» — оно происходит от польского *okraszać* (приправлять). Вряд ли стоит объяснять, почему польский (даже в «кухонном изводе») был так популярен в России полвека спустя после Смутного времени.

Естественно, во многих случаях мы не можем найти исторические источники, адекватно описывающие конкретные способы приготовления пищи. Современники хорошо знали, как готовится, к примеру, мартовское пиво или тверское молоко. Но за столетия эти знания были утрачены или изменились до неузнаваемости. В таких случаях авторы прибегают к исторической реконструкции, основанной на понимании вкусов и привычек эпохи. Другими словами, не имея изначального рецепта, мы тем не менее обладаем информацией о том, во что он превратился спустя

век-другой. И следовательно, с некоторыми допущениями можем восстановить особенности средневековой кухни.

Необходимо также подчеркнуть временные рамки данной работы. Ни картофеля, ни изящных салатов, ни котлет, ни паштетов, ни бефстроганова, ни винегретов вы в этой книге не встретите. Их время наступит несколько позже — в XVIII–XIX веках. При этом русскую кухню вряд ли можно рассматривать как нечто застывшее. Сложившаяся как оригинальное явление культуры ко временам «Домостроя», она, конечно, продолжала меняться и на сегодняшний день выглядит совершенно иначе.

Почему же забываются, исчезают из нашей жизни старинные блюда? Дело вовсе не в чьем-то заговоре против всего русского — причины ухода от старой кулинарии более прозаичны.

Во-первых, менялся быт людей. А старая кухня очень тесно была с ним связана. Взять, к примеру, колядки — рождественские гадания, когда дети ходили от дома к дому, поздравляя соседей и получая за это сладости. Но колядки, калитки — это еще и пирожки из пресного ржаного теста, издавна выпекавшиеся к празднику. Сегодня это кушанье почти забыто, а 200–300 лет назад о нем знали все.

Во-вторых, многое в старинной русской кухне не выдерживает конкуренции с современностью. Кто сегодня будет запекать курицу в ржаном тесте? А ведь пирог-курник с целой курицей еще в XIX веке был непременным атрибутом праздника — скажем, свадьбы в Рязанской губернии. Сейчас это блюдо выглядит тяжелым в приготовлении и нетехнологичным. Его трудно делить на порции и непонятно, как есть.

В-третьих, меняются поварские приемы. Русская печь безвозвратно ушла из нашего быта и теперь встречается лишь как экзотика. Вместе с ней ушли и печные блюда — все эти томленные щи, высушенная в печи пастила-левашик,

ушное... Мало кто сегодня может точно сказать, каковы были настоящие русские блины из печи.

Меняется и наше представление о вкусной и здоровой пище. Вот почему блюдо «няня» — бараний желудок, фаршированный рублеными потрохами с салом и гречневой кашей, — вряд ли найдет множество поклонников в наши дни.

И, наконец, самое важное — зачем написана эта книга. Любые общественные потрясения всегда вызывают повышенное внимание к прошлому. Там люди пытаются найти опору в быстро меняющейся современности, стараются обрести исторические и нравственные ориентиры для построения будущего. Не случайно в условиях нарастающего в 2020-х годах кризиса интерес к утраченной русской культуре стал столь высок. И, как всегда бывало в отечественной истории, две точки зрения — почвенническая и либеральная — снова противостоят друг другу.

Попытки представить наше кулинарное прошлое как нескончаемую череду наваристых щей, тельных поросят и метровых осетров — важная часть дискурса о возвращении в «святые» времена «Домостроя». Естественно, они идут рука об руку с тоской по послушному народу, который почитал царя-батюшку, платил церковную десятину и кланялся проезжавшему в карете барину.

Между тем подробные знания о наших далеких предках, условиях их жизни и манере питания подчас разбивают эти мечтания, показывают всю надуманность «патриотичного» прочтения прошлого страны. И дают истории хоть небольшой шанс чему-нибудь нас все-таки научить.