

Щедра поліська земля

Необхідний матеріал для занять: кольорові олівці, ілюстрації костюмів бойків, гуцулів, лемків, хат, подвір'я, страв.

Гутірка №1

Сьогодні ми розпочнемо подорож по Україні з Полісся. Наш потяг проїде територією Волинської (крім південно-західної її частини), Рівненської, північною частиною Житомирської, Київської, Чернігівської, Сумської та Хмельницької областей.

Щоб мати уявлення де ми будемо перебувати впродовж сьогоднішнього дня зафарбуємо наш сьогоднішній маршрут на мапі мандрівника у ваших «Щоденниках мандрівників».

(Юнацтво впродовж 5 хвилин працює зі своїми щоденниками мандрівника, де зафарбовує територію Полісся)

Тепер ми знаємо де саме будемо сьогодні перебувати впродовж дня, тож як справжні дослідники давайте дізнаємося, чому Полісся називають Поліссям.

В кого є якісь ідеї щодо походження назви цієї території?

(діти пропонують свої варіанти)

Назва “Полісся” – похідна від слова ліс і означає лісисту місцевість, біля лісу. Характерно для Полісся – болотяний ландшафт, багnistий ліс.

Поліський краєвид характеризується низовинним рельєфом, широкими річковими (майже скрізь заболоченими) долинами. Землеробське використання території ускладнене великим різноманіттям природно-територіальних комплексів. Домінуючими були соснові ліси з домішкою широколистих порід (переважно дубово-соснові). Рівнинний, знижений рельєф, достатня кількість опадів сприяли зволоженню і заболоченню, рівень ґрунтових вод завжди був високий. Літо тепле і вологе, зима м'яка і лагідна, небо взимку часто хмарне.

Серед рівнинних територій України Полісся є найзволоженішим атмосферними опадами (600 — 700 мм в рік), рясні дощі та зливи припадають на початок і середину літа (червень і липень). Незважаючи на велику кількість опадів, тут іноді спостерігаються періодичні ґрунтові посухи. Вони спричинені властивостями піщаних ґрунтів, що погано затримують і не накопичують вологи. Навесні тепла погода часто змінюється холодною, через те весна затяжна. Іноді значні зниження температури у квітні і травні негативно впливають на розвиток сільськогосподарських культур. Літо тепле, дощове з грозами. Осінь суха і тепла, наприкінці жовтня дощова. Зима з частими відлигами, м'яка та хмарна.

Річки українського та білоруського Полісся (із широкими долинами і заболоченими заплавами) належать до басейну Дніпра. Найбільші - Дніпро, Прип'ять, Десна, Горинь, Стир, Тетерів, Уж, Остер, Березина, Уборть, Піна. Невід'ємною частиною ландшафту Полісся є озера.

Ліси - теж характерна ознака поліського ландшафту. Типи лісів залежать від ґрунтів і рельєфу. На означеній території вони покривають площу більше 2,5 млн. гектарів. Основними породами дерев при цьому є сосна (57,4%), дуб (20,6%), береза (10,2%), чорна вільха, граб.

Рослинний світ Полісся надзвичайно багатий і різноманітний. Тут налічується близько 100 видів лікарських рослин, 90 видів вітамінних рослин, більше 90 видів рослин, що використовують, як барвники. Значна кількість медоносних рослин (близько 200) сприяла розвитку бджолярства.

Фауна Полісся також колоритна. Тут відомо більше 60 видів ссавців (із 100 видів, що зустрічаються в Україні), 276 видів птахів (із 350), більше 30 видів риб. Це, безумовно, помітно позначається на господарській діяльності людини. Природні умови й ресурси Полісся історично мали велике значення для розселення та життєдіяльності місцевого населення.

Гра «Земля, вода, повітря, вогонь»

Всі стають у коло, а ведучий - посередині. Він кидає комусь з дітей м'яча, вимовляючи при цьому одне з слів: "земля", "вода", "повітря", "вогонь". Якщо ведучий сказав "земля", то гравець, що впіймав м'яча, повинен швидко назвати якусь тварину. На слово "вода" треба назвати рибу, на слово "повітря" - птаха. Якщо ведучий скаже "вогонь", усі, махаючи руками, повинні крутитися на місці.

Правила гри: неухважні вибувають з гри.

Гру можна проводити і в приміщенні, під час дощу.

Хто проживає на Поліссі і чим займається?

Наявність великих ділянок без лісонасаджень уможливило заняття землеробством. Разом із землеробством розвивалося скотарство (розводили коней і велику рогату худобу, свиней, овець), мисливство (існували спеціальні групи селян — ловці, стрільці, бобровники, сокільники); бортництво (мед частково, а віск — майже весь йшов на експорт); рибальство (рибу ловили в річках, ставках, озерах; розводили мальків у саджавках). З дерева, крім дьогтю, смоли, виробляли клепки (для бочок) і ванчос (для кораблів та ін.). Неторканих лісів ставало дедалі менше, вони поступово вирубувалися на будівельний матеріал і для опалення, дрова для винокурень і поташних заводів. Однак первинних лісів і цілинних степів було багато, особливо в південній смузі лісостепу. Тут водилися зубри, олені, річкові бобрі, лісові й кам'яні куниці, перев'язки, лисиці, ведмеді, дрофи, стрепети, зайці, білки, байбаки, хом'яки, вовки, кабани, тури, дикі коні-тарпани. М'ясо мисливці в'ялили або солили; на гусей і лебедів полювали з соколами. Хутром і шкірами розплачувалися за товари, платили данину, використовували їх як нагороди і символи багатства. Освоєння земель йшло за слідами хутрових звірів, ловчих птахів. Полювання і бджільництво розвивалося повсюдно.

Населення, що проживає у північній, лісовій частині Житомирської та Рівненської областей, має свої характерні ознаки: широке і найбільш низьке серед українців обличчя із доволі масивним надбрів'ям, досить темне забарвлення очей (близько третини населення - світлоокі) і відносно світле волосся. Як і загалом для українців, для полісян типовою рисою зовнішності є пряма спинка носа. Переважає середній зріст(167,5-168см).

Ті, хто проживає у північних районах Чернігівщини та Київщини, характеризується невисоким зростом (166,5-167 см) невисоким обличчям,

середніми розмірами голови та обличчя, досить світлим забарвленням волосся (лише 35-40% темноволосих) і очей (половина яснооких і лише 3% темнооких).

Народна архітектура Полісся

Великий вплив на становлення народної архітектури, характер житлових будівель, їх розміщення мали природні умови. У кожному ландшафті формувалися власні моделі народних жител. Для спорудження їх використовували матеріали, які були під руками.

Основним будівельним матеріалом в Лісовій зоні вважалося дерево. Глина має допоміжне значення; покриттям служать солома, дерево. На Поліссі віддавна будували найпростіші зрубні споруди – кліті, стебки, однокамерні хати.

Кліть — найпростіша зрубна будівля. У плані це квадрат або наближений до нього прямокутник. У клітях селяни тримали одяг, запаси їжі, цінні речі, оскільки ці споруди мали міцний зруб з добре припасованими вінцями. Відомості про кліть знаходимо в деяких літописах, зокрема в "Повісті временних літ". Значення цього слова буває різне: "будинок", "кімната", "келія", "комора". Здавна кліті використовувались як житло. Наприклад, у справі про підпал 1588 р. мешканцями села Борки на Волині місцевого пана Андрія Барановського, колишнього слуги князя А. Курбського, знаходимо свідчення, що поміщик спав у "коморі, або кліті". Кліті, маючи найпростіші зрубні конструкції, збагатили основними елементами багато будівель — від численних варіантів народного житла до монументальних храмів.

Неподалік від хати ставили стебку — зручну дерев'яну будівлю також під двосхилим дерев'яним дахом. Стіни всередині споруди обмазували глиною, а вздовж відгороджували загородки — засторонки, куди зсипали буряки, моркву тощо. Тут на втопаній долівці ставили бочки й діжки з квашеними овочами та інші припаси. Під час лютих морозів стебку обігрівали гарячими вугликами, які вносили в скриньці або старому відрі.

Білення стін всередині, наявність стелі, обігрівання приміщень зумовлюють припущення, що колись стебка була поширеним типом житла у східних слов'ян. Це підтверджує походження самої назви, яка, на думку вчених, походить від індоєвропейського кореня на позначення житла. Слово "хата", яке вже впродовж століть всюди на етнічній території українців вживається для позначення народного житла, цілком можливо, залишили нам у спадщину скіфи.

На Поліссі ще у 50-ті рр. ХХ ст. можна було зрідка зустріти однокамерні хати без сіней. Своїми розмірами і конструкцією вони були подібні до описаних вище клітей і стебок, які служили на певному етапі житлами. Зовні хати не білили глиною, обводили тільки вікна й двері, що надавало їм оригінального вигляду. Про поширеність такого типу житла в минулому свідчать матеріали, зібрані П. Чубинським у середині ХІХ ст. На Чернігівщині однокамерних хат у цей час було більш ніж половина¹⁵. До наших днів подібна хата збереглася в с. Самари на Волині¹⁶. Про майже тисячолітній досвід такого будівництва свідчать матеріали розкопок у Бересті, Пинську, Давидгородку, Слуцьку і Столині у Білорусі, нарешті в Києві на Подолі, де було відкрито зруби будівель ХІІ — ХІІІ ст. Характеру такого будівництва відповідало господарство, яке ґрунтувалося на збиральництві та підсічному землеробстві.

У другій половині XV — на початку XVII ст. на українських землях відбувається активний розвиток міст, розширюється торгівля, зростає попит на сільськогосподарську продукцію. На Поліссі повсюдно проріджувалися ліси, розчищалися нові площі під забудову й рільництво, збільшується кількість населення. Житло та інші будівлі набувають нових рис, зростає кількість господарських приміщень. На цей період припадає, напевне, і заміна дерев'яного покриття, що стає найпоширенішим, на солом'яне ¹⁷.

Гутірка №2

Перш ніж продовжити наше знайомство з Поліським краєм я загадаю вам кілька загадок, а ви спробуйте знайти на них правильні відповіді.

ЗАГАДКИ-ЗАПИТАННЯ, ЗАГАДКИ-ЖАРТИ

611. На небі одно, на землі нема, у баби двоє, у дівки нема.
612. Що стоїть посеред Києва?
613. Гора й долина, що між ними?
614. Що посеред землі стоїть?
615. Що стоїть посередині Полтави?
616. У млині було вісім мішків, на кожному мішку сиділо по дві миші, прийшов мельник з котом, скільки тепер стало ніг?
617. На дереві сидів табун горобців, стрілець вистрілив, один упав. Скільки залишилося горобців?
618. Летів гурт голубів, і стояло три дуби; як сядуть по два - один дуб гуляє, як сядуть по одному - то дуба не вистачає. Скільки було голубів і дубів?
619. Летіли гуси, а назустріч один: "Добридень, сто гусей", - каже. - "Нас не сто, а щоб було сто, треба ще стільки, та чверть стільки і ще й ти, то вже тоді буде сто". Скільки було гусей?
620. Сорок п'ят і сорок п'ят - скільки буде?
621. Ішло дві матері і дві дочки. Знайшли три яблука. Всім буде по одному. Як вони поділились?
622. Жили триста котів і один чоловік. Скільки було там ніг?
623. Сидять три коти, проти кожного кота сидять два коти. Скільки всього котів?
624. Возом їхали два батьки і два сини. Скільки їх було?
625. Чого не можна наздогнати?
626. Без чого не можна викопати колодязь?
627. Без чого хліб не спечеш?
628. Без чого хату не можна збудувати?
629. Що дістане зубами потилицю?
630. Яке поле не виореш?
631. З якого полотна не можна пошити сорочки?
632. Від чого у качки ноги червоні?
633. Якою косою не можна косити?
634. Що за трава, що і сліпий знає?
635. Що наймудріше на світі?
636. Що буде з козою, як їй сім літ мине?

637. Яким гребінцем не можна розчесатись?
638. Якою бочкою по воду їдуть?
639. Яку річку можна переломити?
640. Що вночі горить, а вдень гасне?
641. Який кінь, коли циган його миє?
642. Що тепліше одного кожуха?
643. Що в людині найбистріше?
644. В яку бочку не можна налити води?
645. На що борошно в млині падає?
646. Чи може страус себе птахом назвати?
647. Де вода стоїть стовпом?
648. В чому не можна повертати дірку?
649. Водій автомашини має дві сестри, але вони не мають брата. Як це може бути?
650. Який ключ літає?
651. Коли дурень розумний?
652. Що важче - пуд пір'я чи пуд заліза?
653. З якої миски не можна наїстися?
654. Якщо машина їде, яке в неї колесо не крутиться?
655. Скільки картоплин у горщик влізе?

Поліський народний костюм

Народний стрій поліського етнографічного регіону відзначається своєрідним колоритом. У ньому переважав білий колір, що становить давню загальнослов'янську традицію. Проте крім білого кольору гама барв включає, як і на решті території України, червоний та чорний і цілий ряд природних сріблястих тонів льону і вовни.

Чоловічий поліський стрій приваблює суворою красою. В ньому відсутні багатоколірність, декор виразний, але скромний. Полотняні білі сорочки вишивали на комірі, манжетах, манишці білими або червоними нитками. У північних районах Полісся декорували червоною смугою зовнішню частину сорочки. У північно-західних районах на границі з Білоруссю, сорочки прикрашали на плечах. Характерно, що сорочку носили поверх штанів і підперізували вузьким шкіряним поясом або вовняним шнуром. Чоловічі свити майже не декорували. Іноді оздоблювали тканиною манжети і лацкани.

Верхній одяг підперізували шкіряним або вовняним поясом, переважно червоним. Парубки полюбляли зелені пояси, а старші чоловіки – чорні і білі. Характерним для поліщука є ношення біля пояса шкіряної торби – “калити” – на тютюн та кресала і шкіряної калитки – на гроші, а також ножа, прикріпленого до вузького ремінця. На голову одягали шапку з битого сукна (Північні райони Центрального і Південне Полісся), смушеву шапку, літом – солом'яний капелюх.

Жіночий поліський стрій вирізнявся тим, що декорування носі виконувалося різними техніками ткання; вишивання було менш поширене, жіночі поліські уставкові сорочки прикрашали червоним тканим (Західне і Центральне Полісся). Якщо вдавалися до вишивання, то вишивали білими нитками, іноді – з вкрапленням червоного і чорного кольору (Східне Полісся).

Характерною ознакою жіночого костюмного комплексу було полотняне вбрання. У західних районах Полісся поясний одяг шили з білого лляного полотна,

прикрашеного впоперек червоними перебірними стрічками. Таку спідницю носили із запаскою. Святкову спідницю (“літник”) виготовлявся з домотканої у поздовжні тоненькі стрічки вовняної тканини. У центральних районах Полісся таку тканину ткали в клітини переважно в холодних вишнево-червоних тонів з вкрапленнями зеленої, білої барв. Пошиту з такої тканини спідницю називали “андарак”. До неї одягали килимову запаску, що походила на невеликий килимок, оздоблений квітами.

Верхній одяг – свити оздоблювались кольоровими шнурами, а в західних районах Полісся – ще й кольоровою тканиною і вовняними кульками. Колоритно виглядала дівчина або жінка у білому або червоному вищитому кожусі, червоних чобітках і великій квітчастій хустці.

Одяг жінок відзначався головними уборами – білими хустками, які пов’язувалися на зразок найдавніших наміток. Чоловічі головні убори – повстяні шоломи, або смушкові шапки, які називаються *йолом*. Верхній одяг - свиту шили з домотканого сукна чорного або коричневого, а в давніші часи – білого кольору. Заможніше населення носило влітку жупан з фабричної тканини, схожий за кроєм на свиту, а взимку – кожух з овчини до талії або тулупчастий. Природні умови (наявність лісових боліт) стали причиною збереження архаїчного взуття – *личаків*, які носили і чоловіки, і жінки.

А зараз пропоную нам спробувати спекти хлібчик, але перед тим, як замісити тісто нам необхідно визначити, що ж входить до його складу. (діти подають свої варіанти складової тіста. Мука, вода, яйця, дріжді...)

Гра « Печу, печу, хлібчик»

Діти сідають в коло і по черзі називають складові тіста: мука, яйця, вода, дріжді.....Кожен з гравців стає складовою тіста. Може бути кілька гравців, що матимуть однакові складові.

Вибирається ведучий, який після пісні назве дві складові тіста, саме ті діти, які є названими складовими мають обмінятися місцями. Під час пересідань, ведучий має зайняти пусте місце, той хто лишиться без місця стає ведучим.

Діти розпочинають гру піснею з рухами:

Печу, печу хлібчик, дітям на обідчик,

Беру, беру папку, кладу на лопатку,

Шусть у піч! Шусть!

1. За словами: «печу, печу хлібчик, дітям на обідчик, діти вдають, що місять тісто;
2. За словами: «беру, беру папку...» - вдають, що виймають тісто з діжи.
3. За словами «кладу на лопатку» - садять тісто на лопатку.
4. За окликом «шусть у піч, шусть» - видають тісто в піч, виступаючи правою ногою вперед.

Поліська кухня

Особливе географічне розташування Полісся значною мірою зумовило й певні особливості у харчуванні населення цього етнографічного регіону України. Виробництво продуктів харчування, пов'язане з багатовіковою історією місцевого землеробства і тваринництва, а також характерного для цього регіону збиральництва і рибальства, диктувало й традиції в їжі поліщуків. Притаманна

усім українцям перевага у споживанні продуктів рослинного походження, особливо зернових, тут виявляється ще виразніше.

Стабільно родючою, а тому традиційно популярною культурою на Поліссі було і досі залишається жито. На українських землях культивоване жито зафіксоване з V-1 ст. до н.е. На Поліссі наприкінці XIX - початку XX ст. воно займало 50-60% посівних площ. Сіяли тут також гречку й просо, ячмінь і овес. Пшениця була мало поширена через нестабільну родючість на піщаних чи багнистих ґрунтах. Таке співвідношення посівів зернових зберігається практично незмінним і донині.

Відповідно до цього поліщуки віддавали й віддають нині перевагу житньому хлібові. Ще й досі в домашніх умовах випікають "чорний" подовий дуже смачний хліб. Ставлення до нього, як і скрізь в Україні, шанобливе: він є не лише одним з найважливіших продуктів повсякденного харчування, але й символом добробуту, продовження роду, заможності про що свідчать численні народні прислів'я та приказки: "Є хліб та вода, то й нема голода", "Як хліб на стіл, то й стіл престіл, а хліба ні куска, і стіл доска", "Як іду в гостину, беру хліб в хустину". Так само найпочесніша роль належить хлібові в обрядодіях: хлібом зустрічають гостей, молодих на весіллі; з хлібом ідуть на весілля, на родини і хрестини; хлібом же проводжають людину в останню путь.

На Поліссі до поч. XX ст. зберігся рудимент давньоруського обряду укладання шлюбу. Молодих обводили навколо хлібної діжі, на вікові якої лежав на рушнику хліб, Це заміняло акт церковного вінчання.

З житніх ритуальних чи обрядових хлібів для Полісся найбільш характерні книші (5-7-пелюстковий хлібець з прошарком олії). Їх випікали на Проводи (Гробки, Радуницю), на Святий вечір і Голодну кутю, на поминальні дні й для панахиди.

Пшеничний хліб до сер. XIX ст. був атрибутом святкового столу. Пекли пшеничні паляниці, калачі, пироги з грибами, капустою, сиром*, ягодами, горіхами (мазурки**) та іншими начинками. На весілля пекли пшеничні короваї і верчі (тип калачів).

Здавна на Поліссі споживають багато каш, найпопулярнішими з яких є гречана й пшоняна. Варять їх крутими до молока, шкварок, засмажок і рідкими - куліш, крупник. Саме на Поліссі часто готують каші-розмазні на сироватці чи маслянці (сколотині - сироватці, що залишається після виготовлення вершкового масла).

Із недроблених пшеничних круп варять обрядову різдвяну кутю, заправляючи її узваром із сушини, горіхами й родзинками (один з різновидів новорічних ритуальних каш, таких як давньогрецька панспермія та ін.). Досить своєрідною на Поліссі є й обов'язкова в українців ритуальна поминальна каша (аналог куті) - коливо. Її майже повсюдно заміняє печений білий хліб (калачі, бублики чи інше печиво), розкришений і политий медовою ситою. У деяких районах цю страву так і називають - "сита".

Майже цілковито у XX ст. вийшли з ужитку лемішка - каша з гречаного борошна, гречані галушки (галуни, гилуни, гулаки) і навіть гречані вареники і млинці. Натомість значно більше стали споживати страв із пшеничного борошна - млинців, оладок, вареників, галушок, локшини. Вареники з сиром на Масляну

(тиждень перед Великим постом), як і всюди в Україні, готують донині. До них традиційно подають сметану, розтиранку*** чи колотуху (ряжанку)****. Протягом останніх десятиліть увійшли в моду на Поліссі локшина із картопляного крохмалю і бабки з неї ("макаран", "запеканка").

З давня вирощуються бобові рослини - горох і боби. Згодом (у XVII ст.) з'являється і швидко поширюється квасоля. З гороху (особливо на західному Поліссі) готували каші не лише у піст, але і як обов'язкову ритуальну поминальну страву. Бобовими начиняють пироги, скажімо, на Лівобережному Поліссі славляться пироги з підсолодженою квасолею й калиною.

особливого поширення набуває на Поліссі картопля, котра після відкриття Америки поступово завойовувала Європу. Її починають впроваджувати в Україні у XVIII ст. Так, ще у 60-х роках економічні часописи писали про Сумщину: "Есть в некоторых здешних местах земляные яблоки, только очень мало, да и рачения об этом не имеют, а ежели б было старание, то они, по случаю плодородной земли лучше, нежели в других местах, родиться могли". На цей час ще не усталилася навіть українська назва цього продукту, і для його означення використовували дослівний переклад із французької, а також називали картоплю на німецький чи англійський зразок "тартофлями" й "потетесами". Але вже у середині XIX ст. в Україні, і зокрема на Поліссі, починається справжній картопляний бум, і на рубежі XIX-XX століть картопля поступово витіснила ріпу і навіть зернові ("Як є бульба й капуста, то у хаті не пусто"; "Бульба - половина хліба"; "Бульба - другий хліб").

Найтипівішими для поліської кухні стравами є картопляники з вареної м'ятої картоплі (бульб'яники) і деруни з тертої сирої картоплі (драники, терчаники)***** з начинками й без них.

Городні культури на Поліссі широко представлені капустою, огірками, буряками, морквою, пастернаком, селерою, гарбузом, цибулею й часником. Багато споживали городніх та дикоростучих хрону і щавлю. Найпоширенішою стравою з овочів є, як і повсюдно в Україні, борщ у всіх його різновидах (червоний - з буряком і капустою, зелений-весняний - з щавлем і холодник - із квасу, кисляку чи масла, неварений). У контексті національної традиції харчування на Поліссі борщ стає символом української кухні, ознакою добробуту, ситості, достатку. Про нього поліщуки кажуть: "Борщ та каша - їжа наша"; "Борщ та каша - добра паша"; "З таким борщом не звариш"; "Як нема борщом, то й на весіллі не гошом". Слід відзначити, що на Поліссі борщі (як і капуста, і юшки, і крупники) не засмачують такими гострими приправами, як у південніших районах України. Перцю теж споживають значно менше. З гострих приправ переважає часник.

Менш популярним, але все-таки дуже важливим серед рідких страв, є капуста (капуста) із пшоном, яку, як і борщ, готують не лише в будень, але й на урочисті трапези. У святковому меню є обов'язковими також тушкована капуста зі смаженою домашньою ковбасою і голубці в капустяному листі.

З олійних рослин тут традиційно переважає льон, тоді як на решті території сіяли більше коноплі. Вирощували ще рижій, ріпак, гірчицю. Наприкінці XIX ст. набуває популярності соняшник.

Садівництво на Поліссі було менш розвинене, ніж, скажімо, на Полтавщині чи на Півдні України. Проте при садибах у досить значній кількості росли яблуні, груші, сливи, вишні, а також ягідні кущі: смородина, малина, калина. Садили й

дикоростучі кущі калини, ожини, бузини. Зараз сади на Поліссі не рідкість. Ягоди й фрукти споживають свіжими й сушеними, роблять з них узвар і кисіль, варять вареники й печуть пироги.

М'ясні страви (печеня, січеники, ковбаси, та ін.) ще до першої половини ХХ ст. були атрибутом переважно святкової кухні поліщуків. Сьогодні м'ясних страв і страв з додаванням м'яса споживають значно більше. Найбільше м'яса традиційно їдять під час зимових м'ясиць (від Різдва до Масляної) і на Великдень. До цих свят колють кабанів і готують кров'янку, ковбаси, сальтисон (ковбик), печене в тісті стегно, драглі (холодець, студенець). Дітям пояснюють, що протягом посту ковбаси "живуть" на вербі, а на свято вранці вони через комин залітають у хату, відразу на сковороду. Особливістю поліської кухні є те, що до м'ясних підлив і соусів до м'яса часто додають гриби, журавлину, кмин.

Промислове збиральництво було характерним для населення Полісся значно більше, ніж для населення інших регіонів України, навіть Карпат. Тут збирали й квасили, мочили, сушили ягоди: чорниці, малину, ожину, калину, брусницю, ведмежі вушка, а також грушки-гнилички і яблука-кислички. Більше, як у інших регіонах, збирали грибів. Їх велика кількість і відмінна якість призвели до того, що поліщуки до останніх років не визнавали інших грибів, крім білих (котрі й називають тут "гриби"), опеньків, маслюків, польських і рижиків чи зеленюк. Збирали ще й лугові печериці. Після аварії на Чорнобильській АЕС збиральництво на Поліссі суттєво занепало. Для харчування поліщуків залишилося незмінним тільки прихильність до грибних страв***** і страв із чорниціями (з останніми варили й варять узвари й киселі, зокрема для породіль на родини й хрестини, вони ж є незмінними начинками для вареників і налисників).

Рибальство традиційно було допоміжним промыслом. Ловили сомів, угрів, язів, лящів, білизну, линів та іншу цінну рибу. Лин цінувався особливо: "Нема м'яса над свинину, нема риби над лину". Для домашнього споживання дорослі й діти ловили судаків, окунів, щук, в'юнів тощо. У час посту з його жорстким регламентуванням споживання скоромної (насамперед м'ясної і молочної) їжі риба ставала суттєвою білковою підтримкою. Нині продовжується промисловий лов угря (на о.Світязь) та обмежений (у річках басейну Дніпра) - лящів, судаків, язів, білизни, коропів. Любительське рибальство служить "для домашнього ужитку". Окрім названих видів риби, ловлять карасів, коропів, в'юнів, красноперок, окунів, щук та іншу менш цінну рибу. Її сушать у печі, в'ялять, смажать, варять. Готують і рибні холодці з грибами (переважно з линів чи язів). Рибна страва обов'язкова на поминальних застіллях (Проводи, Діди, обід, дев'ятини, сороковини, роковини).

Ще у ХІХ - першій половині ХХ століть був поширений раковий промысел. Раків навіть експортували. А в домашній селянській кухні готували ракові юшки, чищеними вареними раками запраляли пісні каші й галушки.

Для Полісся більше, ніж для інших регіонів України, характерні кваси, особливо із соків дерев і фруктово-ягідні. Кленовий сік сьогодні не збирають, а березовий не втратив давньої популярності. Його заквашують житнім хлібом чи солодом, медовими стільниками, журавлиною, брусницями.

Знаний кожному мешканцеві Полісся узвар із садових і лісових ягід і фруктів, варять і на щодень, і на свята: до куті на Різдво, на весілля, хрестини чи поминки як останню страву в урочистій трапезі. Узвар і кисіль як остання страва в

застіллі є певним етикетним феноменом, своєрідним тактовним натяком гостям про кінець трапези. Після узвару чи киселю гостям залишатися за столом непристойно.

Слабоалкогольні напої представлені значним асортиментом найрізноманітніших наливок: вишнівка, слив'янка, смородинівка, тернівка, чорнична, малинова, ожінова, калинова, бузинова та ін. Досить популярні на Поліссі й настоянки - горілки на травах і коріннях лікарських і ароматичних трав (зубрівці, звіробої, калгані, чебрецю, м'яті та ін.).



www.CYM.org