

УДК 643.3

## ТРАДИЦИОННАЯ КУХНЯ КАНАДЫ

*Коева И.С., студентка 2 курса ФАЗРиПП  
Научный руководитель - Никонова Н.А., старший  
преподаватель  
ФГБОУ ВО Ульяновский ГАУ*

**Ключевые слова:** *Канада, традиции питания, аборигенная кухня, популярные блюда, ежедневный рацион, кленовый сироп, опрос Globe and Mail, цены на питание.*

*В статье рассматриваются традиции питания населения Канады, которые были заимствованы у эмигрантов, торговцев, а также кухня коренных поселенцев Канады, именуемых «Первой нацией». Выявляются наиболее популярные продукты по мнению жителей Канады, и примерная стоимость посещения кафе или ресторанов в Канаде.*

На основе прочитанного материала было выяснено, что большинство кулинарных традиций связано с колониальным влиянием Англии и Франции, а также с традициями аборигенов, проживающих на территории Канады.

Так, например, вдоль Атлантического побережья более предпочтительны морепродукты и блюда, заимствованные из английских традиций. В Квебеке же любимые блюда поступают из французского соседнего региона. А вот традиционная аборигенная кухня Канады была основана на смешении кормовых и сельскохозяйственных продуктов.

Продукты, такие как «банок», популярны у «Первых наций» и инуитов, они отражают исторический обмен этими культурами с французскими торговцами мехом, которые принесли с собой новые ингредиенты и продукты.

Взбитые ягоды, известные как «индийское мороженое», потребляются аналогично мороженому. Они известны тем, что являются тонизирующим средством для почек (с жиром животного или рыбы).

На сегодняшний день самыми популярными блюдами в Канаде оказались блюда из натуральных мясных продуктов. У канадцев насчитывается 3 приема пищи. Завтрак включает хлопья для завтрака, различные супы, бульоны с добавлением овощей, из напитков предпочтительнее чай и кофе, свежевыжатые соки.

Около полудня у канадцев есть небольшой перекус, за которым они употребляют пищу быстрого приготовления или берут её из дома. Такой перерыв чаще всего включает в себя сэндвичи, чипсы, крендели или фрукты.

Ужин канадцев различается в зависимости от региона. У побережья будут предпочтительнее морепродукты, а во внутренних регионах предпочтение отдается мясным изделиям, но во всех регионах без исключения любят картофель, порезанный кружочками и запеченный с ветчиной в муке и сухарях.

Что касается десертов, то тут всё просто. Почти каждый десерт в Канаде включает в себя известный кленовый сироп. Из всех десертов можно выделить два наиболее часто употребляемых - «Перевернутый» торт с кленовым сиропом и кленовое мороженое.

Сегодня Канада производит более 80% мирового кленового сиропа. Истоки производства кленового сиропа не ясны, хотя первые сиропы были сделаны путем многократного замораживания кленового сока и удаления льда. Сейчас же для сбора сока в стволе дерева сверлят отверстия, вставляют туда деревянную ксилему и крепят ведра, куда капает сок.

Из неофициального опроса Globe and Mail, проведенного через Facebook, были выделены следующие канадские наиболее популярные национальные блюда:

(62%) Poutine – картофель фри и творог, покрытые соусом;

(23%) Pierogi – вареники с мясом, картофелем, капустой или грибами, вяленным лососем;

(15%) Donair – шаурма на канадский манер.

Если рассматривать цены на питание в Канаде в целом, то нельзя дать однозначный ответ, ведь цены варьируются от региона к региону. Средняя стоимость счета в недорогом кафе или ресторане в Канаде составляет примерно от 11 до 17 канадских долларов (490 – 760 рублей).

Подводя итог, можно отметить, что, хотя канадская кухня и осталась довольно классической, определенные перемены в ней всё же есть. И перемены эти находятся в зависимости от множества факторов, таких как новые тенденции в питании, формирование интернациональных взаимоотношений с другими странами и заимствование каких-либо обычаев питания от них. Так же на формирование традиций питания Канады влияет экономическое развитие страны, научно-техническое совершенствование в сфере пищевой промышленности.

*Библиографический список:*

1. Canadian cuisine [Электронный ресурс]. - Режим доступа: [https://en.wikipedia.org/wiki/Canadian\\_cuisine](https://en.wikipedia.org/wiki/Canadian_cuisine).
2. Best traditional Canadian food [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <https://www.hostelworld.com/blog/best-traditional-canadian-food/>.
3. Algeria to France/ Canada [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://www.foodbycountry.com/Algeria-to-France/Canada.html>.
4. Canada [Электронный ресурс]. - Режим доступа: [https://www.numbeo.com/cost-of-living/country\\_result.jsp?country=Canada](https://www.numbeo.com/cost-of-living/country_result.jsp?country=Canada).

## **TRADITIONAL CANADA CUISINE**

### ***Koeva I.***

**Keywords:** *Canada, food traditions, aboriginal cuisine, popular dishes, daily diet, maple syrup, survey Globe and Mail, food prices.*

*The article deals with the feeding traditions of the Canadian population, which were borrowed from emigrants, traders, as well as the cuisine of the indigenous settlers of Canada, referred to as the «First nation». The most popular products according to the people of Canada, and the approximate cost of visiting cafes or restaurants in Canada are identified.*