**План**

Введение

1. Традиции русской национальной кухни
2. Сервировка и правила поведения за столом
3. Искусство есть и искусство жить

Заключение

Список использованной литературы

**Введение**

Среди всех — писаных и неписаных — законов, которые управляют человеческими отношениями с начала времен, одно из первых мест занимают правила поведения за едой и питьем. Действительно, манера держаться за столом - главный экзамен, который может показать, хорошо воспитан сидящий перед вами человек или нет.

В древние времена наши предки, охотники и рыболовы, очевидно, прятались, чтобы поесть, в пещеры или другие укромные местечки. Это был лучший способ уберечь себя от всякой неожиданности и от зависти как друзей, так и врагов. Тогда есть и пить было лишь необходимостью — для того, чтобы выжить: надо же было этим и другими средствами поддерживать биологический вид. Но с тех пор, как человечество стало объединяться в группы куда более важные, чем простое сборище охотников, совместное принятие пищи стало играть связующую роль. Люди объединялись за столом не только для того, чтобы вместе поесть, — это было время встреч и дискуссий, равно как и разрядки и обмена опытом. Все это не определялось подаваемыми блюдами, а служило как бы добавкой к ним.

Вот почему во все времена, даже до того, как изобрели столовые приборы, существовали правила приема пищи и определенные табу, касающиеся этого процесса. Удивительно ли, что такие правила есть и в наши дни, когда мы вместо того, чтобы хватать мясо руками прямо с блюда, пользуемся тонким фарфором, столовым серебром, сверкающим хрусталем? Удивительно ли, что подобные правила совершенствуются вместе с самим столом? Следовательно, умение правильно держаться за едой — это нечто большее, чем просто уважение к соседям по столу, нечто большее, чем система бессмысленных формальностей. Правила поведения за столом – важная часть культуры народов. Это определенные нормы, предназначенные доказать, что вы уважаете самого себя точно так же, как окружающих.

**1. Традиции русской национальной кухни**

Несмотря на все изменения, привнесения, иностранные и региональные влияния, основа русской кухни, её сущность оказалась незатронутой в течение веков, она стойко удержалась, сохранив наиболее характерные национальные черты. Так, **русский национальный стол** немыслим без хлеба, блинов, пирогов, каш, без первых жидких холодных и горячих блюд, без разнообразия рыбных и грибных блюд, солений из овощей и грибов; прекрасен русский праздничный стол с его дичью и жареной домашней птицей и русский сладкий стол с его вареньями, коврижками, пряниками, куличами и прочее.

Главное место на русском столе, особенно на народном, занимал **хлеб**, по потреблению которого на душу населения наша страна всегда занимала первое место в мире. Со щами или другим жидким блюдом рабочий или крестьянин обычно съедал от полкилограмма до килограмма чёрного, ржаного, хлеба, что в XIX в. часто и составляло весь обед трудового народа. Белый хлеб, пшеничный, фактически не был распространен в России до начала XX в. Причём, если у белого хлеба были региональные разновидности – московские сайки, калачи, смоленские крендели, валдайские баранки и т. п., – чёрный хлеб различался не по районам, а лишь по роду выпечки и сорту муки – пеклеванный, заварной, подовый, обдирный и т.д.

Первенствующее значение в истории русской кухни сохраняли и первые жидкие блюда – **супы**. Предпочтение, оказываемое русскими людьми жидким и полужидким блюдам, наглядно отразилось в том, что ложка была всегда главным столовым прибором русских, без неё нельзя было обойтись. Ассортимент национальных русских супов – щей, похлебок, ухи, рассольников, солянок, ботвиней, окрошек, тюрь – продолжал пополняться с XVIII в. по XX в. различными видами западноевропейских супов вроде бульонов, супов-пюре, так называемых заправочных супов с мясом и крупами, которые хорошо приживались благодаря любви русского народа к горячему жидкому вареву. Точно так же нашли свое место на современном русском столе и многие супы народов нашей страны – украинские борщ и кулеш, белорусские свекольники и супы с клецками, молдавские супы с курицей и овощами, среднеазиатские супы с бараниной. Многие современные супы, особенно овощные и овоще-крупяные, произошли от разжиженных древнерусских кашиц с овощной засыпкой. И всё-таки не привнесённые, а старые, исконно русские супы вроде щей и ухи определяют до сих пор лицо русской кухни и русского национального стола. В меньшей степени, чем супы, сохранили своё преимущество на русском столе к началу XX в. рыбные блюда. Они заметно уступили место мясным блюдам, но об их былом значении и сегодня свидетельствует разнообразный ассортимент.

**Рыба** всегда употреблялась в русской кухне в бесчисленных видах: паровая или подпарная, варёная (отварная), тельная, т. е. изготовленная особым образом из одного филе, без костей, но с кожей, жареная, чиненая (наполненная начинкой из каши, лука или грибов), тушёная, заливная, печёная в чешуе, запечённая на сковороде в сметане, просольная (солёная), вяленая, сушёная на ветру и солнце (вобла) и сушёная в печи (сущик). В северо-восточных областях России рыбу квасили (кислая рыба), а в Западной Сибири ели мороженую сырую (строганина).

В сходном положении с рыбными блюдами оказались и такие характерные для русской национальной кухни продукты, как **грибы и дичь**. И хотя их доля в современном повседневном меню также постепенно снижается, уступая место "космополитическим" продуктам, особенно колбасным изделиям – мясным фаршам, мясокопчёностям, и консервам, они по-прежнему занимают почётное место на праздничном национальном столе.

Вот как описывает провинциальный обед Н.В.Гоголь в "Мертвых душах": "Засим, подошевши к столу, где была закуска, гость и хозяин выпили как следует по рюмке водки, закусили, как закусывает вся пространная Россия по городам и деревням, то есть всякими соленостями и иными возбуждающими благодатями, и потекли все в столовую; впереди их, как плавный гусь, понеслась хозяйка. Небольшой стол был накрыт на четыре прибора…

- Щи, моя душа, сегодня очень хороши! - сказал Собакевич, хлебнувши щей и отваливши себе с блюда огромный кусок няни, известного блюда, которое подается к щам и состоит из бараньего желудка, начиненного гречневой кашей, мозгом и ножками. - Эдакой няни, - продолжал он, обратившись к Чичикову, - вы не будете есть в городе, там вам черт знает что подадут!.. - Что ж, душа моя, - сказал Собакевич, - если б я сам это делал, но я тебе прямо в глаза скажу, что я гадостей не стану есть. Мне лягушку хоть сахаром облепи, не возьму ее в рот, и устрицы тоже не возьму: я знаю, на что устрица похожа.

- Возьмите барана, - продолжал он, обращаясь к Чичикову, - это бараний бок с кашей! Это не те фрикасе, что делаются на барских кухнях из баранины, какая суток по четыре на рынке валяется! Это все выдумали доктора немцы да французы, я бы их перевешал за это! Выдумали диету, лечить голодом! Что у них немецкая жидкостная натура, так они воображают, что и с русским желудком сладят! Нет, это все не то, это всё выдумки, это всё... - Здесь Собакевич даже сердито покачал головою. - Толкуют: просвещенье, просвещенье, а это просвещенье - фук! Сказал бы и другое слово, да вот только что за столом неприлично. У меня не так. У меня когда свинина - всю свинью давай на стол, баранина - всего барана тащи, гусь - всего гуся! Лучше я съем двух блюд, да съем в меру, как душа требует. - Собакевич подтвердил это делом: он опрокинул половину бараньего бока к себе на тарелку, съел все, обгрыз, обсосал до последней косточки...

За бараньим боком последовали ватрушки, из которых каждая была гораздо больше тарелки, потом индюк ростом в теленка, набитый всяким добром: яйцами, рисом, печенками и невесть чем, что все ложилось комом в желудке. Этим обед и кончился; но когда встали из-за стола, Чичиков почувствовал в себе тяжести на целый пуд больше".

**2. Сервировка и правила поведения за столом**

Стол, за которым ежедневно собирается семья, тоже имеет право быть красиво и заботливо накрытым. Лучше увидеть на нем неповрежденный фаянс, чем прекрасный, но покрытый трещинами фарфор. Лучше положить чистую, легко моющуюся клеенку, чем красивую льняную скатерть в пятнах.

Естественно, в праздничные дни стол накрывается особенно тщательно. Скатерть должна быть безупречной белизны (цветные оставим для встреч с близкими друзьями) или, в крайнем случае, очень светлых пастельных тонов - сдержанных и без пестроты. Под скатерть необходимо подложить мягкую ткань.

Определенное жизненное пространство необходимо каждому, даже самым воспитанным людям, привыкшим не расставлять локти. Поэтому для того, чтобы сидящим за столом было удобно, расстояние между приборами не должно быть меньше пятидесяти сантиметров.

Что собой представляют сами приборы? В богатых домах, особенно во время больших приемов, под каждую тарелку ставится другая: ею не пользуются и она служит как бы подставкой. В повседневной жизни и для небольших приемов, когда собираются близкие люди, этим правилом можно пренебречь.

Стол, накрытый по торжественному случаю, обычно выглядит так.

Тарелка для первого блюда — на "подставке" (другой тарелке). На той, что предназначена для еды, лежит салфетка, сложенная просто, без всяких изысков. Здесь же может лежать круглая булочка или хлебец, но лучше поместить их рядом — на маленькой тарелочке. Вилки кладутся слева от тарелки, они располагаются слева направо в том порядке, в каком вы будете ими пользоваться (это зависит от подаваемых блюд). Все вилки лежат выпуклостью к столу.

Справа от тарелки — ножи, лезвием — налево, то есть по направлению к тарелке. Справа от ножей - суповая ложка, тоже выпуклостью вниз. Если перед супом подаются закуски, ложку смещают влево после ножей для закусок.

Никогда не надо помещать в ряд больше трех вилок и ножей: остальные оставьте про запас. То же относится к вилкам, предназначенным для легких блюд, подаваемых перед десертом: вопреки распространенному мнению, они не должны лежать за тарелкой.

За сколько-нибудь праздничным столом принято менять посуду, которой пользуются, после каждой смены блюд. Каждый день это делать вовсе не обязательно. Дома мы обычно вполне обходимся тремя тарелками: глубокой, мелкой и десертной, и в такомслучае грязные приборы кладут на специальную подставку для ножей. Ее всегда ставят справа от тарелки справа на нее кладут нож (лезвием к тарелке), затем вилку (на этот раз — зубцами вниз). Ложки - позади тарелки. Если вы используете подставку для ножей, то салфетку кладете слева, прямо на скатерть.

Оформление стола зависит от его величины, состава гостей и обстоятельств. Свечи в подсвечниках и цветы необходимы, но они не должны быть такими высокими, чтобы заслонять гостей друг от друга.

Солонки, перечницы и сосуды для горчицы должны быть в достаточном количестве: каждый такой прибор предназначается максимум для трех или четырех сотрапезников. Нужно заранее проследить за тем, чтобы дырочки в солонке и перечнице не были забиты и туда не проникла влага. Опытная хозяйка знает, как добиться, чтобы их содержимое всегда было сухим: нужно положить внутрь несколько зернышек риса. Если ваши солонки и перечницы без дырочек, нужно положить рядом с ними маленькие ложечки, потому что ни соль, ни перец не берут кончиком ножа. Специи и соусы, предназначенные для какого-то одного блюда, приносят вместе с этим блюдом и уносят, как только в них отпадает необходимость.

На стол никогда не ставят зубочистки!

Пользоваться ли столовым серебром? В торжественных случаях – да. Каждый день оно вовсе не нужно. Сегодня существуют столовые приборы из нержавеющей стали, которые "не обесчестят" никакой стол. Конечно, серебро красиво и придает сервировке изысканность. Это бесспорно. Но вспомним о том, что оно должно быть начищенным и сверкающим. Как и все драгоценное на земле, серебро требует постоянного и тщательного ухода. Если же вы не можете или не хотите его обеспечить, лучше отказаться от серебра. Ничего постыдного в том, что вы не подадите серебряных приборов, нет. Зато подавать приборы сомнительной чистоты действительно стыдно: это грубое нарушение правил хорошего тона!

Общие правила, касающиеся манеры держаться сидя, распространяются и на застолье. Нужно сидеть прямо, но не так, словно палку проглотили.

Не надо ни засовывать ноги под стул, ни протягивать их вперед под столом так, чтобы мешать сидящим напротив.

Не ерзайте, но и не сидите как приклеенный к стулу.

Очень важно то, как вы держите руки. Не бывает случаев, когда можно положить их на скатерть, особенно – локти. Не берите в руки и не придерживайте тарелку, с которой едите. Самое большее, что можно себе позволить, - касаться кистями края стола.

С другой стороны, руки убирают со стола лишь в двух случаях: когда вам нужно взять из кармана носовой платок или поднять упавшую на пол салфетку. В англосаксонских странах принято руку, которая во время еды не участвует в процессе, класть на колени.

Причесываться за столом, мазать помадой губы, пудриться, приводить в порядок свою одежду абсолютно запрещено: каждому жесту – свое место, эти – для ванной комнаты.

Прежде чем войти в столовую, нужно убедиться, что у тебя все в порядке, и вымыть руки.

Никогда не нужно есть слишком торопливо и чересчур энергично. Это правило вежливости поддерживают и медики. Нужно дать себе время поесть спокойно, не спеша. Наша сегодняшняя жизнь и без того достаточно вредна для нервов, зачем добавлять к этому спешку за столом!

Не следует разговаривать с полным ртом. Это правило хорошо известно всем, и если мы позволяем вернуться к нему, то только потому, что ежедневно наблюдаем, как оно нарушается. Людей, которые пытаются одновременно жевать и рассказывать какую-то историю, так же неприятно видеть, как и слушать.

Тщетно стараться скрыть движения челюстей во время еды, да это и не нужно: достаточно следить, чтобы губы были сомкнуты, когда вы жуете. Это — внутренний процесс, вот пусть он и остается внутри.

И вспомним еще о том, что отставлять во время еды или питья мизинец, может быть, и изящно, но уж очень бессмысленно. Рука должна представлять собой единое целое, даже когда вы держите стакан или вилку, причем это "единое целое" должно выглядеть красиво.

Кошек и собак, когда люди едят, изгоняют из столовой. Это правило соблюдается как в крошечной двухкомнатной квартирке, так и в роскошном дворце. Держать при себе в это время любимое животное — не проявление нежности к нему, а неуважение как к самому себе, так и к своим гостям.

Идет ли речь о блестящем приеме или о простом семейном обеде, состоящем из трех блюд (суп, жаркое и десерт), одно требования остается постоянным: необходимо соблюдать правила поведения за едой. От этого зависит аппетит всей семьи, и было бы неуважением к своим близким прибегать к софизмам такого рода: "Подумаешь? Мы же дома!" Спасибо за подобное от всех домашних! За столом, как и везде, не может существовать двух видов хорошего тона: "для себя" и "для других". Если способы приготовления пищи открывают или закрывают путь к здоровью, то умение пользоваться приборами, поднимать бокал, одним словом – держаться за столом можно назвать пробным камнем воспитания.

Наиболее распространенная ошибка — неверное расстояние до тарелки: либо она стоит слишком далеко, и вам приходится укладываться на стол, либо слишком близко — тогда каждый глоток заставляет вас совершать чудеса ловкости.

Нужно сесть за стол таким образом, чтобы голова была чуть наклонена над его краем. Если представить себе, что между вами и столом стоит ширма, то вы имеете право прикасаться к ней лишь лицом, но ни в коем случае не плечами и уж тем более — и такое бывает! — не всем бюстом!

По мере возможности не надо наклоняться, когда вы что-то подносите ко рту: можно только наклонить голову. Во время еды работают только кистями, самое большее — рукой до локтя, но никогда — всей рукой, и уж тем более плечом.

Ложку и нож держат в правой руке, никаких исключений из этого правила не существует.

Вилку, если при этом пользуются ножом, берут в левую руку. Если пользуются одной только вилкой, можно взять ее и правой рукой, но при этом она никогда не должна служить для того, чтобы подцепить кусок мяса с общего блюда. Нормальная роль правой руки за столом состоит в том, что она "руководит операциями", левая - вторит ей. Ложку, вилку и нож кладут на тарелку только в то время, когда пьют, или в конце, когда должны уже унести тарелку. Прибор держат чуть выше тарелки и никогда не поднимают вертикально, зубцами вверх, а уж тем более — не жестикулируют, когда в руках ложка, вилка и нож.

Ложку держат, как перо, между большим и указательным пальцами, а поправляют ее средним. Рука должна действовать легко: не вцепляйтесь в ложку, словно утопающий за соломинку, и не держит слишком низко.

Нож можно держать по-разному, но указатель палец всегда находится на ручке и своим давлением помогает резать. Ни в коем случае не кладите палец на тупой край лезвия!

Вилкой пользуются также, как и ложкой, и ее тоже не следует держать слишком низко, почти касаясь зубцов. Из всех, кто пользуется вилкой, девяносто пять процентов наверняка опустят ее зубцами вниз, поднося ко рту кусочек мяса, рыбы или картошки. Это столь же некрасиво, сколь и нелогично: вилка должна находиться в воздухе вниз выпуклостью. Конечно, ее приходится переворачивать, когда придерживаешь мясо,отрезая от него кусочек, но в остальном правило не допускает исключений.

Самая грубая ошибка в пользовании столовым прибором — бряцать им, как оружием. Но встречается и другая крайность: им раскачивают, как колдун своим маятником. Давайте будем помнить: упавшие в результате подобного обращения с ними нож или вилка причинить вред всем сидящим за столом.

Для того чтобы выпить, нужно положить вилку и нож на тарелку. Держать бокал в одной руке, а вилку в другой — серьезное нарушение правил. Взяв бокал, вы положите свою вилку на тарелку слева, зубцами вверх, а нож — справа от нее, лезвием внутрь ее выпуклости. Заметим, что в некоторых странах скрещивать нож и вилку таким образом не принято, поскольку считается дурным предзнаменованием. 3начит, попав в такую страну, чтобы не накликать несчастье, положите приборы просто рядом.

В конце еды нож и вилку кладут на тарелку параллельно — так, чтобы они образовывали с краем стола угол примерно в сорок пять градусов. Вилка окажется слева, зубцами вниз, нож справа, лезвием налево.

Класть нож так, чтобы его лезвие находилось между зубцами вилки, невежливо. Не стоит класть прибор на край тарелки: оттуда ему легко упасть на скатерть или на пол.

Как назвать приятным обед, во время которого постоянно слышится какой-то шум, и тем более — как может быть аппетитной еда, если ее поглощение сопровождается неаппетитными звуками? Именно по этой причине за столом не рекомендуется лакать, чавкать, прищелкивать языком, вздыхать, причмокивать и греметь посудой и приборами. Еще строже преследуется всякая попытка высосать или раздобыть иным путем кусочки пищи, застрявшие между зубами. Для этого существуют зубочистки, но пользоваться ими, само собой разумеется, нужно в ванной или в туалете, никогда — за столом!

# 3. Искусство есть и искусство жить

Значение и питательность каждого приема пищи в разных странах разные, как и их названия. В англосаксонских странах (к ним присоединились и фламандцы) есть два главных приема пищи: утром и вечером, а в полдень едят гораздо меньше. Зато французы и немцы, наоборот, наедаются в двенадцать дня, а вечером и — особенно во Франции — утром лишь чуть-чуть закусывают.

То, что интенданты всех армий называют "промежуточным довольствием", иными словами — та пища, которую мы едим между полуднем и вечером, тоже варьируется в разных странах. Французы пьют в это время "ристретто" или чай со слоеным рогаликом (круассаном), но в других странах в это время едят по-настоящему.

Впрочем, Профессиональная жизнь может менять этот порядок, который кажется установленным раз и навсегда. Если днем у вас перерыв небольшой, то, естественно, вы успеваете лишь слегка перекусить, зато вечером обед (во Франции) или ужин (в Швейцарии) помогут вам наверстать упущенное во время ланча. Меняющееся деловое расписание заставляет меняться и традиционное расписание часов приема пищи, и постоянно возрастающее расстояние между домом и местом работы играет тут не последнюю роль.

Гостей обычно приглашают вечером. Очень редко кого-то зовут к завтраку, и современная жизнь оставляет очень мало времени днем, по крайней мере, в будни. Ужин в кругу друзей не требует соблюдения формальностей. Но вечерний прием, приглашения на который посылаются заранее и на котором еду подают слуги (у кого они есть), требует и особой одежды. Правила, приводимые ниже, относятся к праздничному приему дома или в ресторане. Одно или несколько блюд могут быть отменены, количество слуг уменьшено (они могут и вообще отсутствовать), допускаются упрощения в зависимости от состава гостей, вашей финансовой ситуации или других обстоятельств.

На парадном обеде блюда обычно подаются следующем порядке.

1. *Закуски.* Это должны быть холодные блюда, либо острые сами по себе, либо с острыми приправами: рыба, различные колбасы, салаты, соленья и так далее.

Приборы: специальные для закусок или обычные среднего размера.

Вина: шабли, белые эльзасские, мозельские или швейцарские. Крепкие вина не рекомендуются, кроме того, следует избегать рейнских вин и сотерна.

2. *Консоме.* Это крепкий бульон (например, черепаховый), светлый, подается в чашках, с приправами или без них. Едят его обычно небольшой столовой ложкой.

Если закусок не подавали, консоме можно запивать шерри.

Консоме можно заменить любым супом или похлебкой, которые подают в тарелках и едят обычными ложками.

Если закуски были, шерри, мадеры и подобных напитков к консоме или супу следует избегать.

3. *Рыба или ракушки.* Для них существуют специальные приборы, которые похожи на обычные, но несколько меньше, а нож напоминает лопаточку.

С рыбой, дарами моря и ракушками подают шабли, белое мозельское вино, белое бургундское или бордо (сухое). Здесь также рекомендуется избегать крепких вин и красных тоже. Устрицы мирятся с сухим шампанским, лучше всего подходит брют.

4. *Первое горячее блюдо, подаваемое после закусок.* Обычно это дичь, небольших размеров, мелкая птица, улитки (эскарго) и так далее. Если вы приготовили крупную птицу и не собираетесь подавать ее в качестве второго блюда, подайте ее сейчас: это избавит вас от необходимости выбирать менее крепкое вино, чем положено для жаркого.

К этому блюду годятся белые или красные вина, бордо, медок, легкое бургундское, божоле, анжуйское. Легкие швейцарские вина тоже подойдут.

Приборы — обычные.

5. Следующее блюдо — *основное.* Как правило, это жаркое.

Приборы опять-таки обычные.

Если вы подаете антрекоты или любое мясо с кровью (баранью ногу, филе, ростбиф, бифштекс и так далее), то больше всего подойдет крепкое бургундское. Его можно подавать в кувшинах. Благородное бордо подходит и к блюдам, приготовленным на гриле.

6. *Птица.* Иногда ее подают после мяса, но сейчас это случается очень редко, потому что вина должны сменять друг друга в зависимости от их крепости: от сухих к крепленым, причем самые крепкие подаются к жаркому.

7. *Сыр.* Здесь требуется только маленький ножик, которым мажут масло и нарезают сыр. Впрочем, наиболее ортодоксальные гастрономы исключают масло и, на наш взгляд, правильно. Любой сыр восхитительно подчеркивает букет вина. Но новые вина подавать не следует: пьют те, что остались после жаркого.

8. *Десерт.* Подавать его — обычай никчемный с точки зрения гурманов, но весьма распространенный. Часто в качестве десерта подаются легкие блюда: пирожные с густым заварным кремом, блины и тому подобные.

Приборы специальные: ложки, вилки, ножи маленьких размеров.

Вина сладкие: рейнское, шампанское, токайское.

9. *Свежие фрукты.* Их всегда подают со специальными приборами из нержавеющей стали или серебра. Вина не требуется.

10. *Кофе с ликерами.* По правилам их пьют уже не в столовой, а в гостиной. К кофе требуются маленькие ложечки, к кофе мокко — совсем маленькие. Да и кофейные чашки становятся все меньше, чашечки для "ристретто" содержат не более одного глотка, но зато — какой аромат! Дамы пьют ликер (куантро, шартрез и другие), мужчины — коньяк, арманьяк, фруктовую водку — вишневую, сливовую и тому подобные.

Хороший гастроном всегда заботится о том, чтобы вина подходили к закускам. Никогда не стоит подавать неизвестное вам вино, а также увлекаться не самыми классическими итальянскими винами, которые способны испортить все удовольствие от стола.

Повторим, что порядок подачи вин зависит от их крепости: от простых — к тем, у которых более сложный букет, от сухих — к крепленым. Избегайте непростительной ошибки, заключающейся в том, что после вин известных сортов подают "стаканчик местного белого": это отнюдь не патриотизм, это худшая разновидность провинциальности.

После еды наступает время кофе, ликеров и курения. Если для этого не переходят из столовой в гостиную, нужно, не доставая своей сигары или сигареты, дождаться от хозяйки дома приглашения курить. Иногда такое разрешение дается только после кофе. С точки зрения гастрономии — ересь, но нужно подчиняться! Естественно, хорошо воспитанный человек никогда не станет курить за столом между двумя блюдами.

Никто не застрахован от того, чтобы нарушить в каких-то мелочах по рассеянности или по незнанию местные обычаи. То, как вы при этом выйдете из положения, покажет, насколько хорошо вы воспитаны. Случается, что человек, совершивший ошибку, умеет так исправить ее, что промах оборачивается в его же пользу.

Бывает, во время еды случается какая-то неприятность: обнаружится улитка в салате, опрокинется бокал, выскользнет из рук ложка с соусом... Для всех подобных случаев существует одно золотое правило: не придавать им большого значения. Хозяйка быстро переменит скатерть (это куда лучше, чем охать над пятном на полотне), потому что, в конце концов, это ведь все равно придется сделать. В хорошем обществе не станут прибегать к весьма неэффективному способу выведения пятна, высыпая на скатерть соль.

Если же кому-то случится нечаянно испачкать одежду соседа, то "преступник" и "жертва" должны сразу же заключить "соглашение о неразглашении" и спокойно воспринять эту неприятность. Предложить оплатить чистку или — еще того хуже! — сразу же выложить требуемую на это сумму — очень невежливо, так делать не надо. Гораздо правильнее послать назавтра вашей обиженной соседке по столу цветы, соседу — книгу или сигары, сопроводив подарок остроумной надписью, это поставит крест на инциденте.

Иногда гость может, опять-таки нечаянно, разбить дорогой фарфор или хрусталь. В таком случае хозяин дома должен посетовать на хрупкость разбитого предмета, заключив, что хрупкость как раз и есть одно из его главных достоинств, и сделать вид, что не произошло ничего особенного, даже если его сердце рвется на части при мысли о потере. Само собой разумеется, другие гости тоже должны сделать вид, не заметили произошедшего, а в особенности - воздержаться от замечаний типа: "Бить посуду – к счастью!". Если вам случалось раз-другой в жизни попасть в подобное неприятное положение (а кто от этого застрахован?), вы поймете, почему способность не заметить такое происшествие входит составной частью в правила хорошего тона.

Умение держаться за столом включает в себя некие особые проблемы, для решения которых не хватит такта и сердца, нужно знать и правила.

Очень мало встречается блюд, которые полагается есть руками: бисквиты, некоторые сорта сухого печенья, маленькие бутерброды (канапе), виноград, вишни и кое-какие другие фрукты. Вот почти и все. Заметим мимоходом, что, подавая блюда, которые едят руками, нужно ставить возле каждого прибора и миску с теплой водой для ополаскивания пальцев.

Есть с ножа — значит показать уровень воспитания, ниже которого уже некуда опуститься. Впрочем, ножом вообще пользуются не так уж часто: он служит лишь для того, чтобы разрезать мясо и другую пищу, для которой одной вилки недостаточно. Естественно, яичницу-глазунью, равно как и другие блюда из яиц режут вилкой, помогая себе при необходимости кусочком хлеба.

Столь же естественно, что обычные ножи не применяются ни для рыбы, ни для картошки, ни для салата.

Направлять вилку в рот "спинкой" вниз — обычай, принятый во всей континентальной Европе. В Англии поступают наоборот. Зато Европа рассматривает это правило в качестве пробного камня воспитанности.

Если вилка или нож упали на пол, поднимите их, положите на край тарелки и попросите заменить. Известно, что нож протягивают ручкой вперед, то же правило распространяется на ложку или вилку.

Тот, кто обслуживает стол, принесет прибор на подносе или на салфетке. Правило передавать ложку, вилку или нож ручкой по направлению того, кому передаешь, естественно, действует и здесь.

Если около вас не оказалось солонки, никогда не просите передать вам ее через стол или кого-то, кто сидит далеко от вас: обратитесь к посредникам (причем мужчине лучше не обращаться к женщине). В любом случае нельзя протягивать руку над столом, чтобы взять какой-то нужный вам предмет, следует попросить кого-то передать вам его, и лучше десять раз повторить просьбу, чем один — прибегнуть к подобному самообслуживанию.

Если прием скромный, если нет обслуживающего персонала, блюда передают из рук в руки. Первым подают соседу хозяйки справа, затем — направо по кругу. В таком случае вина разливает хозяин дома, он же предлагает сигареты.

Вино в бокал наливают, стоя справа от того,комуналивают. Никогда не следует наливать до самого края.

Справа же подают суп. Все остальные блюда подаются слева. Убирают тарелки при смене блюдтоже слева, все, включая глубокие для супа.

Если вы обслуживаете гостя с правой стороны, "главная" ваша рука правая, если слева – соответственно левая.

Обслужив кого-то, нужно перейти к его соседу справа.

Обслуживание гостей начинается с женщины, занимающей почетное место справа от хозяина дома. Сначала обслуживают дам, потом, вернувшись кхозяйке дома, — мужчин. Заметим, что обычно слева хозяйки сидит почетный гость (справа от нее он садится лишь по дипломатическому протоколу).

Когда блюдо приближается к одному из сидящих за столом и оказывается слева от него, он накладывает себе закуски ложкой, которую берет в правую руку, и помогает вилкой, которую держит в левой. Держать и ложку, и вилку в одной руке принято у метрдотелей, но в гостях это считается грубоватым. Если вы пользуетесь только чем-то одним (ложкой или вилкой), то работает лишь правая рука.

Чокаться принято лишь в деревне и среди простых людей: нужно просто поднять бокал и держать его перед глазами во время тоста. Но если вы попали в компанию, где все чокаются, — не выделяйтесь! В германских странах чокаться надо обязательно, если вы попали на торжественный прием.

ВНИМАНИЕ: мужчины при этом встают, женщины сидят!

Поднимают только бокалы с вином (в память о тайной вечере). Если не соблюдаются особые церемонии, можно, конечно, поднять и рюмку с каким-то еще спиртным, но никогда — сосуд с водой, фруктовым соком или горячим напитком.

Тосты и застольные речи могут быть изысканным украшением празднества, но могут превратиться (как часто случается) и в тягостную повинность. Следовательно, не стоит и заводиться, если вы не уверены в одобрении того, кого собираетесь чествовать, да и всех остальных.

Единственный момент, который для этого подходит, — после главного блюда, когда все участники застолья уже насытились и способны перейти к духовным радостям и выказать уважение близким людям или прославленным согражданам.

Главное достоинство всякой подобной речи — краткость. Нужно суметь выразить максимум чувств в минимуме слов. Короткий тост делает честь его автору, приятен для того, ради кого произнесен, и приносит облегчение всем остальным гостям.

В конце тоста тот, кто его произносил, поднимает свой бокал и пьет; тот, в чью честь тост был произнесен, - тоже. В большинстве случаев все собравшиеся следуют их примеру.

Как правило, произносится ответный тост — хотя бы несколько слов, но это делается чуть позже, когда приступают к перемене блюд, чтобы никоим образом не нарушить ритм празднества. Правда, дамы должны отвечать сразу же, сидя или стоя, но—в интересах застолья — всегда очень коротко.

Политические тосты, особенно в англоязычных странах, служат способом познакомить собравшихся с каким-то намеченным к реализации проектом. Часто - с древности до наших дней — они влияют на мировую политику. Их, естественно, не произносят с глазу на глаз, обычно — в конце банкетов, как правило, для того и устроенных.

**Заключение**

В представленной работе рассмотрены особенности национальной русской кухни, а также основные правила поведения за столом. Когда изучаешь эти проблемы, понимаешь, что культура обеда – это важная часть культуры того или иного народа, которая зародилась еще в древности.

Скажем, волнующий и необычный для европейца мир японской кулинарии имеет многовековую историю, свои традиции и обычаи. Археологические находки показали, что первые блюда предки современных японцев приготовили на костре еще за 10-5 тыс. лет до н.э., в так называемый период Дзёмон. Край с богатым растительным и животным миром позволял человеку добывать достаточно пищи для того, чтобы выжить. Уже в те далекие времена он употреблял в пищу до 20 видов различных растений, готовил мясо 122 видов животных, а также ловил рыбу (6 видов) и собирал моллюсков (более 30 видов). Постепенно число видов культивированных растений значительно выросло, но настоящее земледелие началось 3 в. до н.э., когда в Японии стали возделывать рис.

Именно рис во многом сформировал гастрономические традиции и культуру Японии. Он был не только основной пищей, но и денежной единицей для внутренних и внешних платежей. В Японии "коку" - количество риса, необходимое одному взрослому человеку для жизни в течение года (около 180 литров), было основной мерой богатства. Всего 100 лет назад рис был одной из форм вознаграждения за службу самураям.

В VI-VIII вв. н.э. огромное влияние на японскую кулинарию оказал Китай, откуда в огромных количествах импортировалась соя и зеленый чай. Китайская кухня более изощренная, чем японская, строилась на принципах буддизма, в основе которого уважение к любой форме жизни. Поэтому мясо практически не использовалось, так как мясоедение считалось тяжелейшим оскорблением животной жизни. Этой философией пронизано все традиционное меню японцев вплоть до IX века, пока у власти была династия Тан.

Также из Китая пришла в Японию лапша, которая бывает трех видов: "удон" - плоская или круглая лапша из пшеничной муки, "соба" - лапша из гречневой муки и "рамэн" - лапша, приготовленная в мясном или овощном бульоне.

Позднее в ханьскую эпоху начался золотой век Японии, когда на протяжении 400 лет активно развивалась культура, наука и искусство. Это коснулось и кулинарии. Так, был разработан специальный этикет поведения за столом, и, хотя сама еда пока еще оставалась смешанной, в оформлении блюд и сервировке стола уже появилась эстетическое начало. Позже, во времена самураев, поведение за столом, манера еды стали настоящим искусством, детально проработанной церемонией.

Общение с европейцами, которых японцы считали варварами, привело к значительному увеличению разнообразия блюд из мяса, хотя, если верить некоторым дошедшим до наших времен литературным источникам, запах свинины и говядины мог вызывать у некоторых японцев обморок.

Думается, можно сказать и так: если театр начинается с вешалки, то по законам истинного гостеприимства взаимодействие культур начинается с… кухни. Помнить об этом важно каждому цивилизованному человеку. Особенно сейчас, когда наша страна стремится стать более открытой и демократичной. Быть желанным гостем либо радушным хозяином – дело непростое и весьма ответственное.

**Список использованной литературы**

1. Егоршин А.П. Управление персоналом. Учебник для вузов. Издание 3-е. Нижний Новгород, Нижегородский институт менеджмента и бизнеса, 2001.
2. Золотая книга хорошего тона. Перевод с французского Н.Ф.Васильковой. Смоленск, издательство "Русич", 1999.
3. Наш дом. Составители О.Н.Улищенко, В.А.Челембиенко, И.В.Зигуля, Харьков. Издательство "Прапор", 1994.
4. Полезные советы. Составители А.А. Акопова, Р.Х.Аванесов. Издательство "Узбекистан", Ташкент, 1976.
5. Похлебкин В. Кухни народов мира. М., 2000.