**ИСТОРИЯ ХЛЕБА НА РУСИ**

Какую роль хлеб играл в жизни наших предков?

«Хлеб – всему голова», «Худ обед, когда хлеба нет» - эти пословицы все мы знаем с детства.  Каждый день мы покупаем и едим хлеб, но редко задумываемся о том, как он появился, какую роль играл в жизни человека на протяжении тысячелетий. А ведь хлеб сопровождал человечество практически с   момента его появления.

Как появился хлеб?

Хлеб появился более 15 тысяч лет назад, когда человечество находилось на первобытной стадии своего развития.  Люди сначала ели зерна диких злаковых культур сырыми, а потом научились сами выращивать нужные им растения и готовить из зерен кашу – растирать их в порошок и смешивать с водой. Затем появился и прообраз нынешнего хлеба: лепешку из густой зерновой каши запекали на открытом огне.  Конечно, это пригорелое кушанье мало напоминало современные калачи и батоны, но именно с него и началась история хлеба.

Каким был хлеб на Руси?

До 12 века на Руси пекли только пшеничный хлеб.  Но затем на столе наших предков появился ржаной, который тут же стал очень популярным.  Он был куда дешевле и сытнее, как говорилось в пословице: «Пшеничка кормит по выбору, а матушка-рожь всех сплошь».  Печь «черный» хлеб было непростым делом – рецепт изготовления закваски для него держался в строгом секрете.  Интересно, что в других странах любовь русских людей к ржаному хлебу не разделяли: ни в прошлом, ни сегодня на прилавках зарубежных магазинов не найти такого разнообразия черного хлеба, как у нас.

Простые люди на Руси пекли обычный хлеб из перемолотой муки, а вот в пекарнях при монастырях ассортимент хлебных изделий был очень широк – в него входили и просфоры, и хлеб с различными добавками (маком, медом, творогом), и различные ковриги, калачи, сайки, пироги.

С 16 века хлебопекарное дело стало разделяться на отдельные отрасли. Теперь каждая пекарня специализировалась на изготовлении каких-то одних изделий: появились хлебники, блинники, пирожники, калачники, пряничники и ситники. В написанном в то время «Домострое» были приведены требования к профессиональным хлебопекам: они были обязаны знать, как нужно сеять муку, как приготовить квашню, сколько муки положить в тесто и как замесить его, как испечь каравай.  В то время пекарей считали крайне уважаемыми людьми, всегда высоко ставили их мнение по любым вопросам, называли их только полными именами.

Лучшим хлебом на Руси считался «крупчатый белый» – из хорошо очищенной пшеничной муки. Он подавался только в очень богатых домах.  Простые люди ели «ситный» и «решетный» хлеба – приготовленные, соответственно, из просеянной через сито и решето муки, а также «пушной» – приготовленный из неочищенного перемолотого зерна.  Были и такие сорта хлеба, которые подавались к столу только по очень большим случаям, вроде свадьбы.  Например, таким считался хлеб «Боярский» из ржаной муки особого помола с добавлением пряностей.

Хлеб был основой питания наших предков всегда, даже в самые трудные времена. В неурожайные годы, во время войн и революций, в блокаду Ленинграда люди ели хлеб с добавлением моркови, картофеля, лебеды, льняного жмыха, солодовой и соевой муки и даже коры деревьев. Интересно, что бы сказали наши предки, если бы узнали, что сегодня «диетический» хлеб с морковкой или отрубями стоит в разы дороже обычного, о котором когда-то приходилось только мечтать?