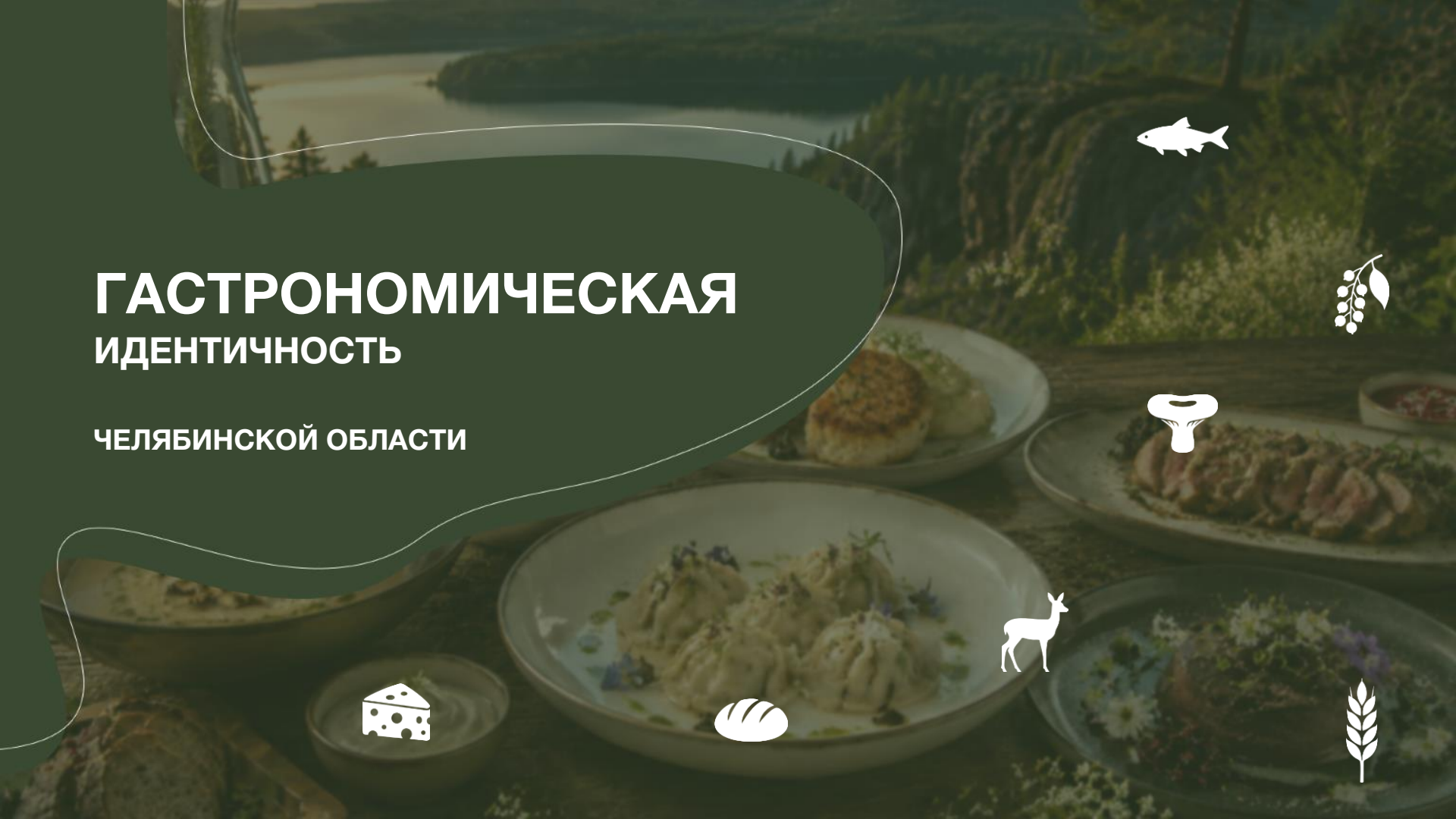


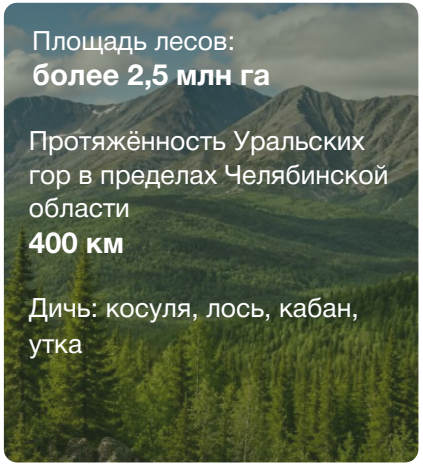
ГАСТРОНОМИЧЕСКАЯ
ИДЕНТИЧНОСТЬ

ЧЕЛЯБИНСКОЙ ОБЛАСТИ

Природные условия и ресурсы

Гастрономический атлас Южного Урала

Леса и горы

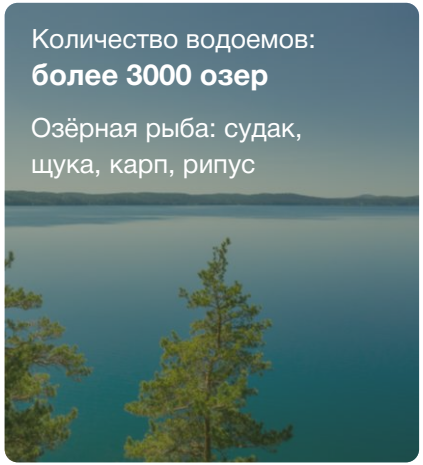


Площадь лесов:
более 2,5 млн га

Протяжённость Уральских гор в пределах Челябинской области
400 км

Дичь: косуля, лось, кабан, утка

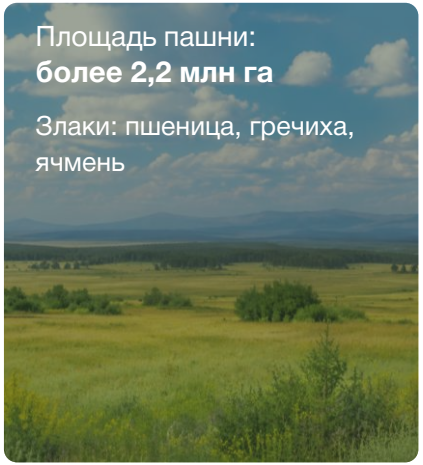
Озёра



Количество водоемов:
более 3000 озер

Озёрная рыба: судак, щука, карп, рипус

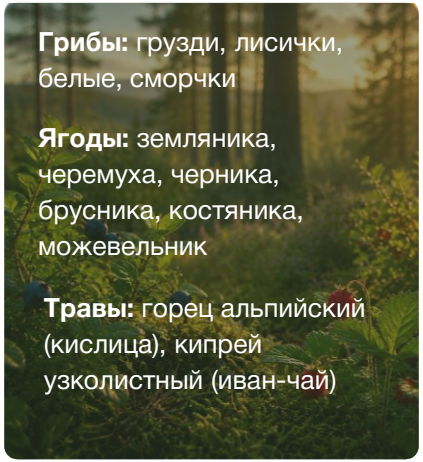
Поля, луга, степи



Площадь пашни:
более 2,2 млн га

Злаки: пшеница, гречиха, ячмень

Дикоросы



Грибы: грузди, лисички, белые, сморчки

Ягоды: земляника, черемуха, черника, брусника, костяника, можевельник

Травы: горец альпийский (кислица), кипрей узколистный (иван-чай)

Континентальный климат— холодная зима и жаркое лето — сформировал уникальные традиции работы с продуктами:

- **Засолка**
- **Квашение**
- **Вяление**
- **Сушка**
- **Консервация**

Исторические периоды формирования кухни

1 Бронзовый век (XVII–XVI вв. до н.э.)

В период Аркаима и Страны городов кочевой образ жизни определил основные принципы питания: для длительного хранения мясо вялили и коптили, ягоды сушили. Основу рациона составляли продукты охоты, собирательства и речная рыба. Готовили на открытом огне — запекали на углях, томили в котлах и готовили в золе.

2 Средневековье (IX–XVI вв.)

В период башкирского этногенеза сформировались традиции башкир, татар и финно-угров. В кухне преобладали конина и баранина, молочные продукты. Специалитетом стала тюркская выпечка — эчпочмак и кыстыбый, сытные пирожки с мясом и картофелем, удобные в пути. Минимум специй, акцент на натуральность продуктов.

3 Русское освоение (XVI–XVIII вв.)

В период присоединения Южного Урала к России (XVI–XVIII вв.) развитие торговых путей, становление казачества и рост купеческого сословия существенно обогатили местную кухню новыми традициями и продуктами. Православные посты способствовали развитию грибной, рыбной и овощной кухни, квашению и солению. Казачья культура подарила сытные походные блюда — кулеш, солонину, сухари. Купеческая торговля открыла доступ к специям, сухофруктам и восточным сладостям, что дало толчок развитию кондитерского дела.

4 Индустриальная эпоха (XVIII–XX вв.)

С появлением заводов Демидовых и развитием горнозаводского Урала возникла потребность в сытной, калорийной пище для тяжёлого труда — так появились жаркое, каши, выпечка и пироги. Эвакуация 1941–1942 годов превратила регион в «плавильный котёл», где встретились многонациональные кулинарные традиции. Появление столовых и фабрик-кухонь упростило рецепты и популяризировало полуфабрикаты. Массовое производство пельменей с разнообразными начинками создало бренд «Уральские пельмени».

5 Современность (XXI в.)

Сегодня Челябинская область — крупнейший центр пищевой промышленности России, производящий 20% российских макаронных изделий, 9% круп и 6% мяса птицы. В регионе проживает более 130 национальностей и этнических групп, что обогащает кухню новыми вкусами. Сохраняются уникальные феномены — нагайбаки с их традиционными покровскими пирожками и эремчеком (красным творогом). Современность соединила индустриальные бренды с фермерским движением и гастрономическим туризмом.

Особенность: Челябинск стал «второй чайной столицей» после Москвы — здесь находилась таможня и производство по расфасовке импортного чая, который отправлялся по всей России и Европе. Культура самоваров, травяных чаёв и сбитня.

Производственные показатели

Пищевая промышленность Челябинской области

20%

Макаронные изделия

Доля в общероссийском производстве

9%

Крупы

Доля в общероссийском производстве

7%

Мука

Доля в общероссийском производстве

6%

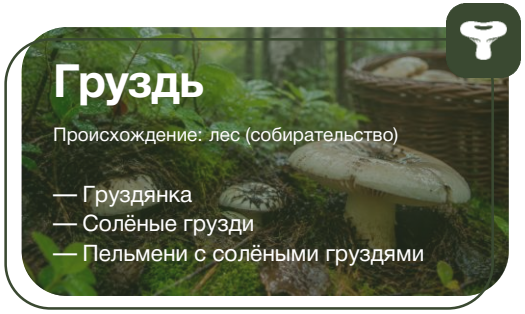
Мясо птицы

Доля в общероссийском производстве

Это один из самых высоких показателей в стране — Челябинская область входит в ТОП-3 лидеров России по производству макаронных изделий и муки.



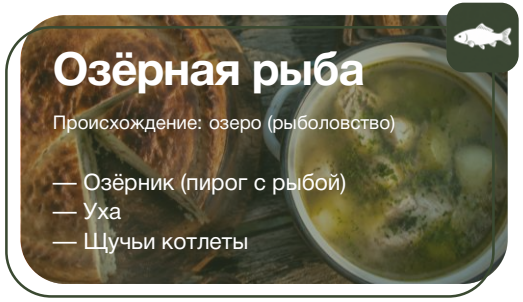
ТОП-5 продуктов Южного Урала



Груздь

Происхождение: лес (собирательство)

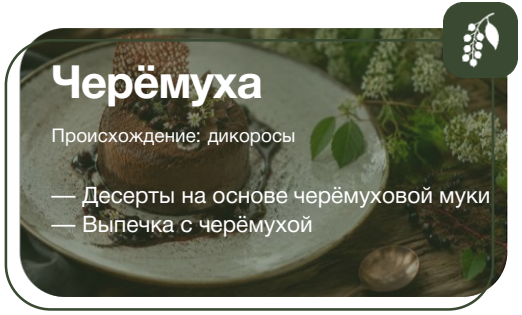
— Груздянка
— Солёные грузди
— Пельмени с солёными груздями



Озёрная рыба

Происхождение: озеро (рыболовство)

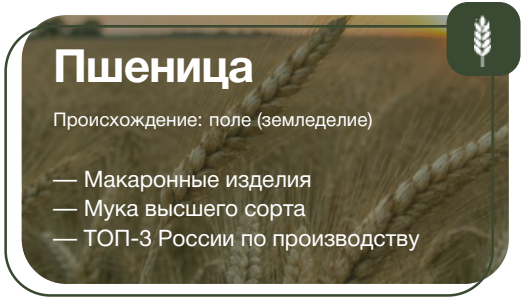
— Озёрник (пирог с рыбой)
— Уха
— Щучьи котлеты



Черёмуха

Происхождение: дикоросы

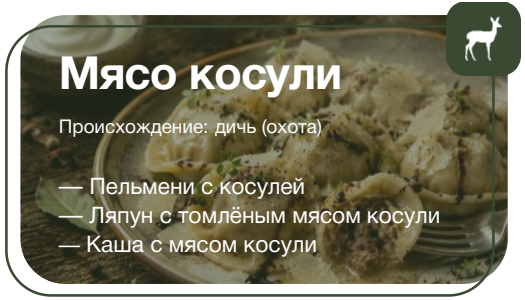
— Десерты на основе черёмуховой муки
— Выпечка с черёмухой



Пшеница

Происхождение: поле (земледелие)

— Макаронные изделия
— Мука высшего сорта
— ТОП-3 России по производству



Мясо косули

Происхождение: дичь (охота)

— Пельмени с косулей
— Ляпун с томлёным мясом косули
— Каша с мясом косули



Традиционные блюда

Груздянка

Традиционный грибной суп, в основе которого лежит груздь в сочетании с картофелем, репчатым луком и зеленью. Символ уральской лесной кухни.

Озёрник

Закрытый рыбный пирог с озёрной рыбой — судаком, щукой или карпом. Традиционно готовится с цельной рыбой, часто с добавлением лука.

Пельмени

Традиционные уральские пельмени с начинками из мяса косули, солёных груздей, квашеной капусты или редьки. Визитная карточка региона.

Шаньги и Ляпуны

Открытые лепёшки-ватрушки с начинкой. Для начинки используют творог, сметану, грибы, дичь, квашеную капусту, картофель. Сытная выпечка уральских хозяек.

Котлеты из озерной рыбы

Секрет сочных котлет из судака, щуки или сига — в балансе постного филе с добавлением сала или сливочного масла, а также лука, вымоченного в молоке хлеба и ароматных трав. Блюдо раскрывает озёрные богатства региона.

Блюда и особенности муниципалитетов

Каждый район Челябинской области хранит свои уникальные кулинарные традиции, отражающие историю и культуру местных народов.

Златоуст

Кухня Кузюков

- Вареники с редькой
- Заячьи почки верчёные

Троицк

Купеческая кухня

- Шарлотка с вишней
- Борщ с черносливом
- Конфеты с фасолью

Нагайбакский район

Традиционная кухня

- Покровские пирожки (пыкрау пиругы)
- Красный творог (эремчек)
- Нагайбакский йогурт (сюзьмэ)
- Вишня в масле (шиеле май)

Варна, Бреды, Сосновский р-н

Казачья кухня

- Кулеш
- Щерба
- Демидовская похлёбка

Миасс, Чебаркуль, Верхний Уфалей, Сатка, Касли, Кыштым, Нязепетровск

- Уха с молоком (Чебаркуль)
- Яблошник (Верхний Уфалей)
- Пирожки и варенье с кислицей (Сатка)
- Музей пельменя и музей хлеба (Миасс)
- Черёмуховые каравашки (Нязепетровск)
- Каслинский пирог с щукой и лещем (Касли)
- Уха «по-кыштымски», готовится из 7 видов рыб (Кыштым)

Рестораны и места, где можно попробовать

Груздянка

- **Allu** — Челябинск
- **Уральские пельмени** — Челябинск
- **Усадьба Рябининых** — Челябинск
- **Гусли** — Челябинск
- **Сойка** — Чебаркуль

Пельмени с косулей

- **Поселенцы** — Челябинск
- **Уральские пельмени** — Челябинск
- **Счастливый кузюк** — Златоуст
- **Дача** — Миасс

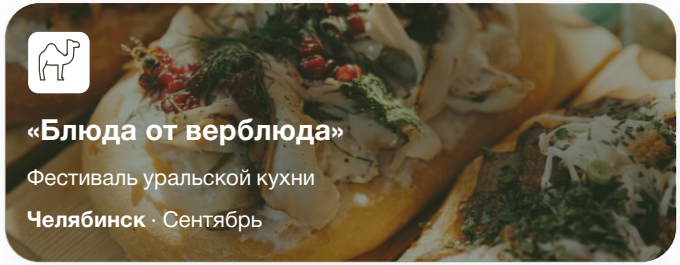
Котлеты из озёрной рыбы

- **Ватрушка** — Челябинск
- **Счастливый кузюк** — Златоуст
- **Фортепьяно** — Челябинск
- **Музей пельменя** — Миасс

Черёмуховый десерт

- **Поселенцы** — Челябинск
- **Солнечная долина** — Миасс
- **По-тихому** — Магнитогорск
- **Родня** — Челябинск
- **Буфет на большой** — Челябинск

Гастрономические фестивали



«Блюда от верблюда»

Фестиваль уральской кухни

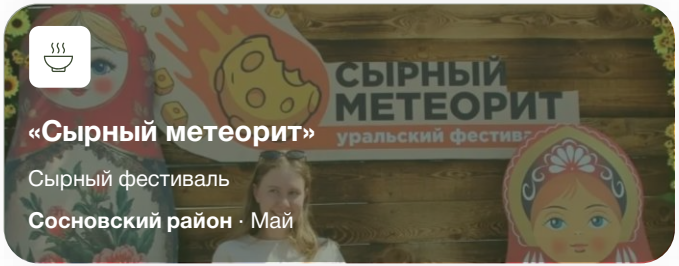
Челябинск · Сентябрь



«Крынка»

Фестиваль уральской кухни

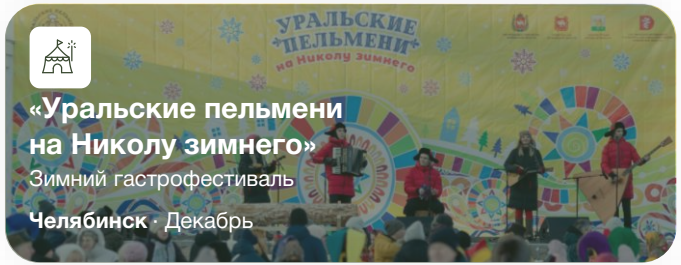
Аркаим · Август / Сентябрь



«Сырный метеорит»

Сырный фестиваль

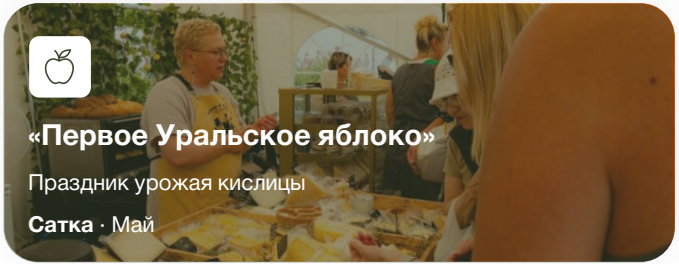
Сосновский район · Май



«Уральские пельмени на Николу зимнего»

Зимний гастрофестиваль

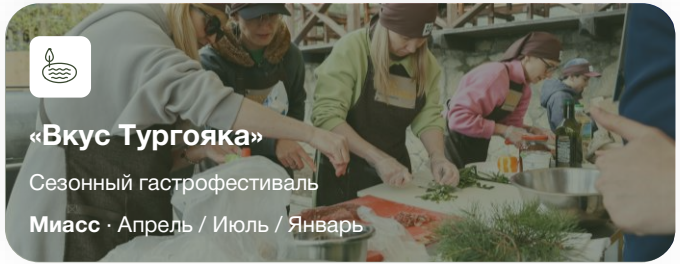
Челябинск · Декабрь



«Первое Уральское яблоко»

Праздник урожая кислицы

Сатка · Май



«Вкус Тургояка»

Сезонный гастрофестиваль

Миасс · Апрель / Июль / Январь

«Квасим капусту вместе» сентябрь (с. Шумово)

«Медово - чесночный фестиваль» октябрь (Сосновский район)

«Рыбный гастродень» октябрь (д. Верхние Караси)

Индустриальные гастробренды

Южный Урал — на полках всей России и за рубежом

Green Milk

MAKFA

сытно

Fantel
КОНДИТЕРСКАЯ ФАБРИКА

СОЮЗ ПИЩЕПРОМ

lapochka

ПервыйВкус

MIREL

ЮЖУРАЛКОНДИТЕР

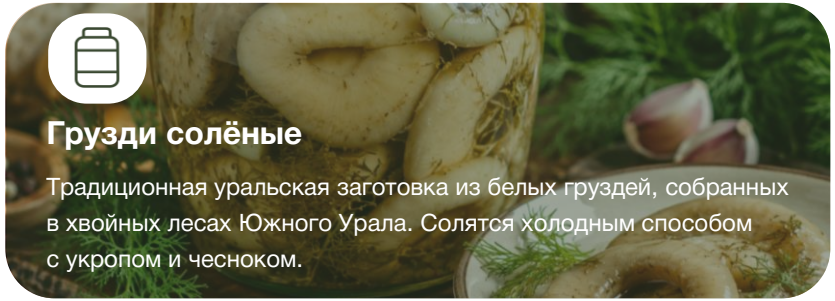
Увелка
Ничего, кроме зерна!

КОРОНА ИЗОБИЛИЯ

Джинн
семечки качественной обжарки

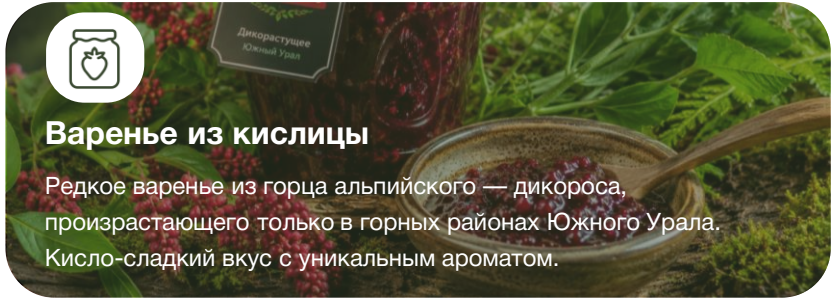
Гастросувениры Южного Урала

Привезите домой вкус Южного Урала — уникальные продукты с местным колоритом.



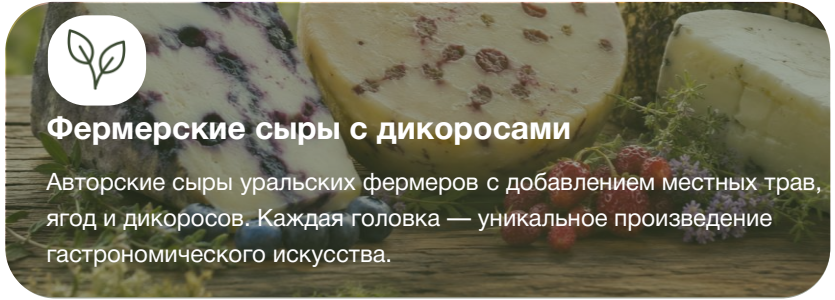
Грузди солёные

Традиционная уральская заготовка из белых груздей, собранных в хвойных лесах Южного Урала. Солятся холодным способом с укропом и чесноком.



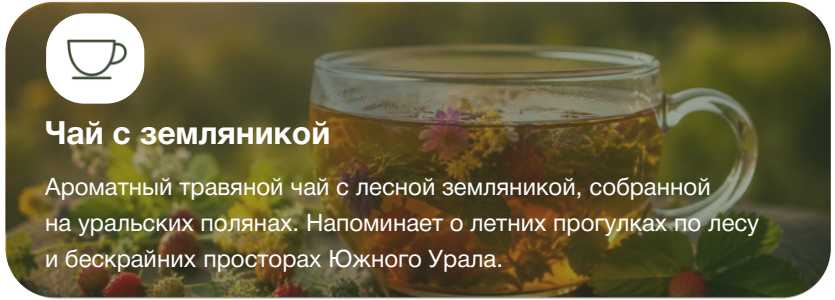
Варенье из кислицы

Редкое варенье из горца альпийского — дикороса, произрастающего только в горных районах Южного Урала. Кисло-сладкий вкус с уникальным ароматом.



Фермерские сыры с дикоросами

Авторские сыры уральских фермеров с добавлением местных трав, ягод и дикоросов. Каждая головка — уникальное произведение гастрономического искусства.



Чай с земляникой

Ароматный травяной чай с лесной земляникой, собранной на уральских полянах. Напоминает о летних прогулках по лесу и бескрайних просторах Южного Урала.

Гастросувениры Южного Урала — это не просто подарок, это история, природа и душа региона в каждой баночке и упаковке.