

IZOLYATSIA. Платформа культурних ініціатив

БОРЩ УДІЇ

ЗВІТ ІЗ 1 СЕЗОНУ
МАНДРІВОК
ГУРТОБУСА

ГАСТРОНОМІЧНЕ
ДОСЛІДЖЕННЯ
МОБІЛЬНОГО КУЛЬТУРНОГО
ЦЕНТРУ

Гуртобус

ІЗОЛЯЦІЯ
PLATFORM FOR CULTURAL INITIATIVES





БОРЩ У ДІЇ: ГОТУЮЧИ ТА ДОСЛІДЖУЮЧИ У МОБІЛЬНОМУ КУЛЬТУРНОМУ ЦЕНТРІ

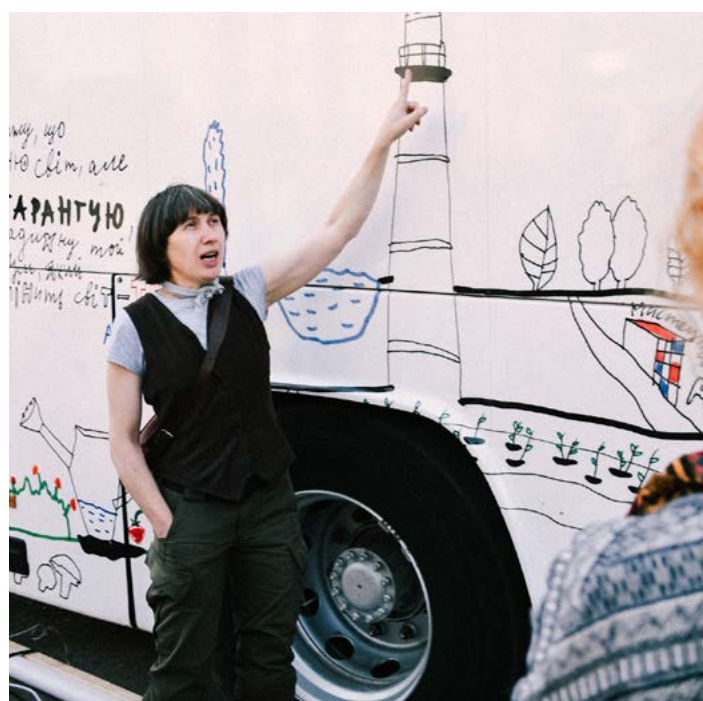
ПРО ГУРТОБУС

У 2019 році фонд ІЗОЛЯЦІЯ конвертував звичайний рейсовий автобус у культурний центр, мета якого – підтримати процеси культурної та мистецької децентралізації. За перший сезон поїздок Гуртобус провів майстерні з художниками, публічні обговорення, кінопокази та виставки у 24 населених пунктах та 13 областях країни.

Програма Гуртобуса ґрунтується на принципах партисипативності, відкритого діалогу, доступності актуальних мистецьких практик та налагодження міжрегіональних культурних зв'язків. Створюючи у поїздах власну мікромережу, Гуртобус став відкритим майданчиком для взаємодії представників креативної індустрії та місцевих громад.

Гуртобус влаштовує події в регіонах лише за ініціативи та у співпраці з місцевими культурними та освітніми інституціями, громадськими організаціями, активістами, тим самим створюючи умови для розбудови громадянського суспільства.

Авторка ілюстрацій Алевтина Кахідзе проводить екскурсію довкола Гуртобуса



Відвідувачки Гуртобуса заповнюють анкету про борщ, смт Нова Прага, Кіровоградська область

Розробляючи ідею тимчасового публічного простору в автобусі та довкола нього, ми намагались зробити його якнайбільш інтерактивним і залучити у його створення самих відвідувачів Гуртобуса. Саме тоді зародилась ідея під час події влаштувати польову кухню, до якої б ми запрошували готувати тамтешніх кухарів, записували б із ними інтерв'ю про місцеві рецепти і частували б відвідувачів приготовленими стравами.

Борщ був обраний не випадково, адже ця страва є елементом повсякденності й одним із вагомих детермінантів української культури, проте варіантів його приготування – безліч, аж до того, що рецепти часто-густо суперечать один одному.

Саме поєднання універсальності та варіативності борщу надихнуло нас провести дорожнє дослідження на базі опитування. В анкетах, що їх заповнювали відвідувачі Гуртобуса, містились питання не тільки про власні рецепти борщу, а й про соціологічні, культурні, гендерні та регіональні аспекти готування та споживання їжі, що виводить проєкт у вимір гастрономічної антропології. Усього ми зібрали 173 анкети у 14 населених пунктах країни, охопивши Івано-Франківську, Тернопільську, Чернігівську, Черкаську, Кіровоградську, Житомирську, Чернігівську, Полтавську та Харківську області.



У цьому звіті ви зможете ознайомитись з результатами аналізу зібраних анкет. Цей документ не тільки підсумовує архівовані дані, а й надає зворотній зв'язок відвідувачам подій Гуртобуса, нашим локальним партнерам та кухарям.

Ідейно оформлений в своєрідну мапу, звіт вписує досвід участі в Гуртобусі в більший маршрут, що зрештою вилився у дослідження.

Наше дослідження не претендує на статус академічного, проте може стати в нагоді чи послугувати натхненням для дослідників зі сфер регіоналістики, food studies, гастрономічної антропології, соціології, культурології тощо.

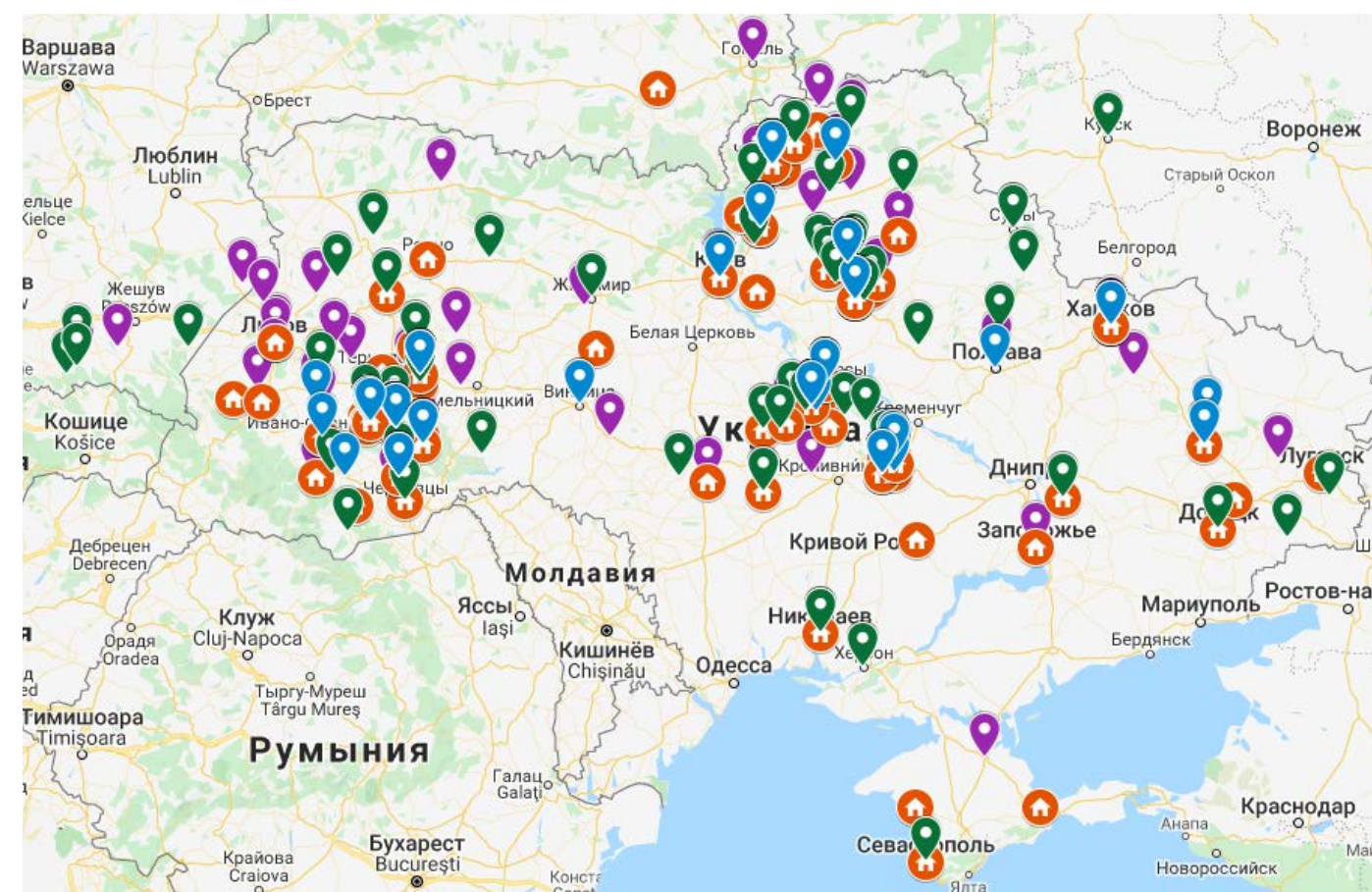
Хоча дослідження є географічно різноманітним, воно, тим не менш, не репрезентує гастрономічну картину всієї країни.



РЕСПОНДЕНТИ

Зважаючи на децентралізаційний етос проєкту, у звіті переважно репрезентовані відповіді жителів містечок та селищ із населенням від 10 до 50 тис. осіб. Тим не менш, опитування проводилось і в двох обласних центрах – Харкові та Чернігові. Географія дослідження не обмежилась населеними пунктами, які відвідав Гуртобус – міста проживання опитаних охоплюють 12 областей України, а також інші країни (Узбекистан, Росія та Сполучене Королівство), причому міста народження респондентів, їхніх батьків, дідусів та бабусь суттєво розширюють територіальні межі дослідження. Це є важливим фактором, оскільки особливості рецептів часто обумовлені і родинними, і регіональними особливостями.

Дослідження охоплює широку вікову групу від 7 до 90 років, що дозволяє порівняти спільності та відмінності у сприйнятті різних поколінь. Проте існує гендерний дисбаланс респондентів з суттєвим переважанням жіночої статі (10% – чоловіки, 88% – жінки, 2% – не зазначили персональної інформації).



Вік опитуваних	Від 7 до 90 років	
Вікова категорія	Кількість осіб	Відсоток респондентів, %
7-17	26	15,3
18-30	31	1,92
31-40	45	26,01
41-50	23	13,29
51-60	17	9,83
61-90	24	13,87
Не вказаний вік	7	4,05

КОЛИ ПОЧИНАЮТЬ ЇСТИ ТА ГОТУВАТИ БОРЩ?

Через процес опитування виникає своєрідний діалог, можна побачити відкритість людей, готовність до взаємодії, бажання ділитися особистими спогадами і пізнавати нове. Джон Д. Хольцман¹ досліджував взаємозв'язок їжі та емоційної пам'яті та спроможність спогадів про приготування їжі "витягати на поверхню" особисті історії. Тому заповнення анкети стає своєрідною рефлексією, через яку розкриваються різні аспекти культури. персональної інформації).

З близькою подругою юності ми використовували слово "борщ", щоб відзначити, що думали про те саме. (Я дивлюсь на хмару, бачу коня. Подруга: "О, дивись, який кінь!" Я: "Борщ."), –
Марина, 33 р. Київ, місце народження: м. Горлівка, Донецька область.

Ці спогади з дитинства дають можливість розвинути тезу саме про універсальність борщу. Незважаючи на можливі відмінності в рецептах, коли йдеться про борщ, всі розуміють, що говорять про те саме. Борщ набуває символічного значення об'єднувального елемента, що є зрозумілим кожному змалечку попри вагомні відмінності у рецептурі, що оприявлюють себе у зібраних даних.

Дослідження показало, що переважно борщ описують як основну, традиційну чи улюблену страву і вводять у раціон з раннього дитинства. Для наймолодших часто готують окремий борщ без засмажки або дієтичний варіант страви. Більшість опитуваних починають годувати дітей борщем ще до року або з року (значно менше у віці 2-3-х і після 3-х років).

¹ Holtzman J. D. Food and Memory / Jon D. Holtzman // Annual Review of Anthropology. – 2006.



У якому віці у вашій родині починають давати борщ дітям?

Людей відповіло на запитання	112	64,74%
до року	27	Дієтичний – у віці 9-10 місяців. Моя доня їсть борщ десь із дев'яти місяців і дуже його любить. Я своїй дитині дала дитячий борщ ще у п'ять місяців. З шести місяців. Борщ у нас їдять уже з восьми місяців. Із 9-10 місяців і до останніх днів. Сину в сім місяців дала борщ. Дітям я давала ще до одного року, дуже полюбляють. З пів року, тільки без оцту. Ми їмо борщ з першого прикорму, ще до року.
з року	27	Діти люблять борщ. Їдять його з 1-річного віку. Після року (не жирний, не на свинині). Борщ дуже корисний і для дітей, і для дорослих. Саме маленьким дітям я давала з одного року, діти із задоволенням його їли. В моїй сім'ї його люблять усі. Після року можна давати борщик, якщо у дитини немає алергії.
1,5 - 2	18	Борщ почала давати своїм дітям з півторарічного віку, лише перетертий блендером. Змалку вже дають, можливо років з двох. Онуці даємо борщ з півторарічного віку. Наш борщ дуже дієтичний, і діти з півтора року можуть його їсти. Дітям борщ можна давати в два роки, бо до цього це небезпечно.
2-3	2	С 2-3 лет, перетирают его.
з 3х	9	З трьох років (із загального столу).
4-5	6	Із самого дитинства (п'ять років). Починають з чотирьох років.
змалечку/ з дитинства	19	Борщ можна їсти всім і завжди. Щойно дитина зможе його їсти. Борщ дають навіть наймолодшим. Борщ дітям дають, коли і всю іншу їжу починають давати. Дітям дають за їхнім бажанням.
не знаю, не пам'ятаю	4	Навіть не пам'ятаю, коли перший раз скуштувала борщ. Насправді я не пам'ятаю, коли скуштувала борщ перший раз у житті - настільки рано було

Готувати борщ починають також в порівняно рано: діти зазвичай готують вже з підліткового віку (59% опитуваних).

Моя дочка свій перший борщ зварила в 10 років (правда, переплутала червоний буряк і натерла чорну редьку), –
Наталія, 43 р. м.Бучач, Тернопільська область.

20% опитуваних вважають, що розпочати готувати борщ можна в будь-якому віці:

Готують борщ тоді, коли захочуть цього навчитись, –
Ніна, 70 р., м. Бучач, Тернопільська область.
Це вже залежить [від того], наскільки людина любить куховарити, –
Оксана, 44 р., смт Скала-Подільська, Тернопільська область.

8,5% пов'язують початок приготування борщу з початком самостійного життя:

Борщ готують після того, як вийдуть заміж, – **Світлана, 39 р., м. Бурштин, Івано-Франківська область.**
Навчилась, коли поїхала в інше місто навчатись, – **Неля, 31 р., м. Харків.**

ХТО НАВЧАЄ ГОТУВАТИ БОРЩ?

Приготування борщу часто асоціюється з родинними рецептами, які передаються з покоління до покоління. В рецептах борщу проявляється співіснування традицій і сучасності, оскільки вони частково переймаються від старшого покоління, частково модифікуються.

Учила готувати мама, но я люблю готувати по-другому. Я люблю експериментувати, пробувати різні варіанти.

Бабуся клала у борщ сушені гриби, а мама ще чорнослив.
А я люблю ще зажарити салом.

Мене навчила мама. А її – бабуся. Бабуся традиційно готувала пісний борщ з квасолею і сушеними грушами.

60% респондентів повідомили, що їх навчила готувати мати.

Чому саме мати, бо звичаї і традиції нам передаються через батьків.

Так заведено, що донька переймає досвід у матері.

Тому що її навчила її мама, а її маму її мама.

Моя мама дуже смачно готувала і мене навчила. Батько нахвалював і говорив: "Люба, в палацах такого борщу не їдять".

Рідна матуся, тому що вона моя мама і мій приклад.

Вона в мене найкраща господиня.

А хто, як не вона.

Бо вона мама.

Тому що вона вміє.

14% опитуваних навчилися готувати від бабусі.

Дослідник гастрономічної культури Ніколенко В.Н. зазначає, що у великій багатопокілінній родині бабусі досить часто займаються процесами соціокультурної інтеграції дитини (і на свідомому, і на несвідомому рівнях), особливо, якщо батьки працюють на умовах вторинної та третинної зайнятості¹. Таким чином, бабусі все ще постають одними з дієвих агентів кулінарної просвіти та прикладами наслідування.

Бабуся, бо батьки були на роботі.

Навчила саме бабуся, тому що знає унікальний рецепт, який переказала їй її мама.

9% перейняли рецепт приготування борщу і від мами, і від бабусі.

Навчили мама і бабуся, але до свого борщу я додала родзинку – перемелену в блендері квасолю.

Бабуся мала піч і готувала в ній, і нас, онуків, навчила.

Навчилась його готувати, дивлячись як готує бабуся та мама. Тому що все дитинство я провела в бабусі в селі.

Починають готувати борщ, коли вже немає виходу, щоб його готував хтось інший (мама або бабуся), – **Юлія, 31 р., смт Підволочиськ, Тернопільська область.**

8% опитуваних навчалися самостійно протягом життя,

“методом багаторазових спроб і помилок”. Зустрічаються поодинокі твердження, що навчила готувати тітка, прабабуся, жінка, чоловік, тато, дружина хрещеного, свекруха та керівниця гуртку в школі.

І 5% не вміють готувати борщ.

Сам я ніколи не готував цю божествену страву, але завжди маю змогу спробувати, що приготувала мама.



ХТО ГОТУЄ БОРЩ?

Питання розподілу домашньої праці між членами родини, зокрема приготування страв, посідають важливе місце в системі гендерних досліджень. За даними опитування, так само, як і в навчанні дітей куховарству, приготуванням борщу в родинях здебільшого займаються жінки (мама, дружина, бабуся). Лише 6% відповіли, що готують чоловіки та 3,5%, що в родині готують всі.

Готують всі: мама, тато, діти.
Чесно кажучи, готує той, хто не хоче получить поза вуха.

Якщо порівняти отримані дані зі всеукраїнською статистикою (дослідження Українського центру соціальних реформ, 2018 р.)¹, можна побачити, що за нашим опитуванням відсоток жінок, які займаються приготуванням борщу значно більший, ніж загалом в Україні, де в 19% випадків в родинях готують лише жінки, в 49% - переважно жінки і в 23% готують і чоловіки, і жінки рівною мірою або разом. Цю різницю в даних можна було б пояснити тим, що в невеликих містах перерозподіл господарської роботи часто відбувається наступним чином: чоловіки виконують роботу, пов'язану з застосуванням фізичної праці (робота на подвір'ї, догляд за худобою, лагодження будинку тощо), а жінки – хатню роботу, зокрема приготуванням їжі. Проте, за результатами опитування, приготування борщу переважно жінками не завжди пов'язано з розподілом обов'язків. Ми отримали низку інших аргументів: дехто вважає, що “це її робота”, дехто – це справа досвіду, а комусь просто подобається готувати.

Дуже люблю цей процес і підходжу творчо. Часто вношу якість корективи.

Мати - голова родини. Всі приготування їжі на її руках. Мама і бабуся, адже вони краще знають всі тонкощі приготування. Найсмачніше готує борщ моя мама, бо вона берегиня нашої сім'ї.

У [жінок] виходить краще.
Так склалося історично.

¹ Українським центром соціальних реформ. Сучасне розуміння маскулінності// UNFPA Ukraine

Також борщ стає частиною сімейних традицій та приводом зустрітися усій родині.



Готує бабуся, тому що в неї він виходить найсмачнішим.
І на борщ приїжджають усі, – **Андріана, 34 р., смт Підволочиськ,
Тернопільська область.**

У цьому аспекті йдеться не стільки про розподіл гендерних ролей під час приготування їжі, скільки про символічність борщу. Спільне споживання їжі – це не тільки насичення, втамування голоду, а й спілкування, а сама їжа в цьому спілкуванні стає символом, знаком. І борщ в цьому контексті стає ідеальним прикладом, що ілюструє соціокультурну функцію їжі.



М. Бучач, Тернопільська область

УЛЮБЛЕНИЙ БОРЩ

У результаті анкетування ми отримали уявлення про гастрономічні уподобання опитуваних, що описувались зазвичай смаковими характеристиками, кольором, консистенцією.

Консистенція			
Консистенція	Кількість відповідей	Відсоток респондентів	Коментарі
Кількість людей, що відповіли на запитання	65	37,57%	
Густий	38	58,46	Густа консистенція з великою кількістю овочів, буряка, м'яса. Бажано погустіш. Такий, щоб ложка стояла. Густий, смачний і ароматний.
В міру густий/густенький/ досить густий/не (дуже) рідкий	11	16,92	В міру густий і багато м'яса!
Середньої консистенції/ помірно густий	4	6,15	Густоту регулюю кількістю квасолі. Залежно від кількості доданих інгредієнтів.
Ані густий, ані рідкий	4	6,15	Має бути борщ ані густим, ані рідким. Не густий за дуже, але й не рідкий
Не густий/зріджений	3	4,62	Легкий, не густий, не жирний.
Рідкий	4	6,15	

Колір улюбленого борщу

Кількість людей, що відповіли на запитання	104	60,12%
Відтінок	Кількість відповідей	
зеленуватий	1	
зеленувато-жовтого кольору	1	
оранжевий	2	Він багряно червоний, як гаряча кров наших предків. Може бути різним: малиновим, темним, світлим, все залежить від інгредієнтів.
червоно-помаранчевий	2	Найулюбленіший борщ – це той, який є червоним-червоним. Червоний від помідорів, хоча і знаю, що справжній український борщ червоний від буряку.
блідо-рожевий	1	Червоний на колір, бо додаємо томатний сік та червоний буряк.
більш з теракотовим відтінком	1	Пристрасно червоний, наче кров. Червоний, всі інгредієнти мають мати однаковий колір.
світло червоний	1	Колір залежить від мого настрою.
малиново-червоний	1	
червоний	58	
яскраво червоний	7	
насичений червоний	16	
бордовий	5	
буряково-червоний, буряковий	5	
насичений багряний	2	

Говорячи про улюблений борщ, опитувані також діляться родинними рецептами та посилаються як на об'єктивні причини (специфічні інгредієнти або особливості приготування, що впливають на смакові характеристики), так і на емоційні, зумовлені додатковими обставинами при приготуванні та споживанні борщу.

Улюблений борщ – мій чи моєї мами, – Віта, 21 р., м. Сміла, Черкаська область.

Той, що зварила не я! – Олена, 36 р., м. Харків.

Мій улюблений борщ готує на вогнищі чоловік. Діти дуже люблять, – Тетяна, 34 р., с. Головкивка, Черкаська область.

Бабусин борщ є улюбленою стравою в моїй сім'ї. Він завжди у неділю разом із варениками, червоний зі сметаною, – Ольга, 32 р., Чортків, Тернопільська область.

Улюблений борщ готує дружина, і немає різниці, чи червоний, чи зелений, він завжди смачний! – Дмитро, 36 р., смт Підволочиськ, Тернопільська область.

Улюблений борщ – це той, який готує мій чоловік, а готує він його з гарною смачною квасолею і зеленим щавлем. Він наваристий, і їсти його треба з домашньою сметаною та салом з часником, – Мар'яна, 35 р., смт Підволочиськ, Тернопільська область.

Починають готувати борщ, коли вже немає виходу, щоб його готував хтось інший (мама або бабуся), – Юлія, 31 р., смт Підволочиськ, Тернопільська область.

Часто акцентується увага на унікальності борщу, проте більшості складно назвати те, що саме вирізняє їх рецепт від інших. Під час визначення унікальності борщу часто говорять про любов, настрій, з яким він готується, інколи специфічні інгредієнти: груші, лісові гриби, базилік, тощо.

БОРЩ - ПОВСЯКДЕННА ЧИ СВАТКОВА СТРАВА?

Дослідження показало, що борщ для опитуваних є однією з найпопулярніших страв і його готують частіше за інші страви, в деяких родинах навіть щодня.

Готується як особлива повсякденна страва. Коли вдома є борщ, то хочеться йти додому на обід, – **Юлія, 31 р., смт Підволочиськ, Тернопільська область.**

Не скажу, що часто їм борщ, але не відмовлюсь від 1-2 рази на тиждень, – **Андрій 26, м. Пирятин, Полтавська область.**

Часто з усмішкою згадую про борщ таке: якось у родичів вся наша сім'я гуляла на весіллі. Звичайно, на весіллі, як на весіллі: різна смакота, всього багато... Повернулися додому, не встигли переступити поріг, як тато каже мамі: "Насип мені миску борщу, дуже хочу", – **Валентина, 71 р. Козелець.**

Більшість опитаних вважають борщ повсякденною стравою, але часто готують його і на свята.

Борщ - повсякденна страва?

Кількість людей, що відповіли на запитання	93	53,76%
Повсякденна чи святкова	Кількість відповідей	Відсоток респондентів
повсякденна	85	91,40%
не повсякденна, святкова	8	8,60%

Чи готуєте ви борщ на свята?

Кількість людей, що відповіли на запитання	67	38,73%	
Борщ на свята	Кількість відповідей	Частка	Коментарі
Готують	42	62,7%	Борщ – улюблена страва, на свята готують інколи, не завжди, – Оля, 43 р., м. Чортків, Тернопільська обл. На свята готують обов'язково, – Надія, 38 р., м. Заставна, Чернівецька обл. Інколи готують на свята, – Вікторія, 13 р., м. Буча, Тернопільська обл.
Не готують	25	37,3%	Це не святкова страва, – Федір, 19 р., м. Київ. Свято – більш помпезні страви, ніж борщ, – Василюса, 20 р., м. Харків Борщ на свята не готують, – Олександра, 72 р., м. Прилуки, Чернігівська обл.



Для багатьох борщ є обрядовою стравою, наприклад, у Прилуках готується на весілля, у Тернопільській області (Бучач, Скала-Подільська, Чортків, Підзамочок) готують особливий святвечірній або різдвяний борщ з грибами, а в Чернігівській області – на хрестини та поминки. В той же час, традиції можуть різнитися навіть в межах однієї області, так наприклад, в Кіровоградській області в м. Знам'янка на похорони заведено готувати борщ, а в с. Протопопівці – капустняк.

На Різдво варю пісний борщ із сушеними грибами, квасолею, буряком, капустою, без сметани, – **Ірина, 46 р., смт Скала-Подільська, Тернопільська область.**

У день передріздвяної Святої Вечері ми готуємо [борщ] із грибами, – **Тетяна, 43 р., м. Чортків, Тернопільська область.**

Пісний борщ готую на Святий вечір, – **Надія, 42 р., с. Підзамочок, Тернопільська область.**

На свята готую “польський борщ” (однорідна густа страва яскраво-червоного кольору зі сметаною), – **Марина, 56 р., м. Прилуки, Чернігівська область.**

10 осіб зазначили, що готують пісний борщ, дотримуючись певних обмежень під час посту або на релігійні свята (на Голодну кутю, Святвечір, Різдво).

Борщ є нашою традиційною стравою. Ми готуємо його у неділю, якщо не піст, то він з м'ясом, а якщо дні посту – пісний, – **Тетяна, 43 р., м. Чортків, Тернопільська область.**

Пісний борщ на Різдво з сушеними грибами. Гриби сушені замочую на ніч, потім відварюю. Картоплю з відвареною квасолею і грибами заливаю гарячою водою і варю, додаю цибулю і моркву. Коли картопля вже майже готова, закидаю капусту, окремо додаю зажарку: на тертушці тру буряк, кришу цибулю і тушу все з олією на сковородці, трохи пізніше додаю помідори консервовані, трохи протушую. Трохи покипить і борщ готовий, – **Ірина, 46 р., смт Скала-Подільська, Тернопільська область.**

На Різдво в нашій сім'ї завжди готували різдвяний борщ. Він, як правило, менш густий, легший і пісний, без м'яса та сала. Але обов'язково з білими грибами, заправлений олією. Та обов'язково до борщу додавали ложку сметану, –

Ярослав, 45 р., м. Сміла, Черкаська область.

Готую як повсякденну страву, у піст – пісний із чорносливом та на квашених буряках, – **Ганна, 58 р. с. Підзамочок, Тернопільська область.**

По традиції борщ готується у піст, – **Олег, 38 р., м. Бучач, Тернопільська область.**

Дослідник Брайан Демчинський зазначав, що приготування борщу без м'яса не стільки визначається уподобаннями, скільки – культурними особливостями: в Україні християнство поділене на дві гілки (православна церква та україно-католицька), тому існують географічні відмінності у приготуванні м'ясного і пісного борщу¹. До того ж, він зазначає, що вегетаріанство є нетиповим для української культури. Українці споживають різні види м'яса, проте бувають періоди року, коли через релігію та традиції готується пісний борщ.

Серед опитаних, лише 4 особи готують вегетаріанський борщ. Під час проєкту вегетаріанський варіант борщу готували у Бучачі та Харкові.

У моїй родині борщ має бути з квасолею, можливо, тому що в мої батьки заміняли дороге м'ясо рослинним білком. Тепер і я роблю вегетаріанський борщ з квасолею, – **Марина, 33 р., м. Київ.**

Бабуся традиційно готувала пісний борщ з квасолею і сушеними грушами, – **Ксенія, 31 р., м. Чернігів.**

Бабуся казала, що варить “голий” борщ. Це той борщ, який без м'яса, – **Леся, 63 р., смт Підволочиськ, Тернопільська область.**

Опитування показало, що найчастіше борщ готують на м'ясному бульйоні, переважно на ребрах (м'ясо птиці, окістя, яловичина в рецептах зустрічаються рідко). Сало ж використовують і під час приготування борщу (для засмажки або заправки), і під час куштування.

Найсмачніший борщ за рецептом моєї прабабусі Трохименко Олександри (с. Орловець, Черкаська область). Підсмажити моркву та буряк. Свіжі перетерті помідори протушити, щоб вийшла вода. Старе сало – на сковорідку + помідори + цибуля, – **Неля, 47 р., м. Сміла, Черкаська область.**

Найкраще смакує зі сметаною, салом і цибулею, – **Галина, 33 р., с. Приютівка, Кіровоградська область.**

Борщ – головна страва українців. Має бути м'ясо, буряк червоний, цибуля, морква, капуста, томати, картопля, обов'язково шматок сала (бажано з банки), вкінці додати товчене сало з часником та зелень. Подавати зі сметаною, – **Вікторія, 8 р., м. Прилуки, Чернігівська область.**

М. Мена, Чернігівська область



ІНГРЕДІЄНТИ БОРЩУ

Одна з ознак борщу – це його багатокомпонентність. В середньому до складу борщу додають близько 15 інгредієнтів. З анкет ми отримали перелік основних інгредієнтів, в якому прослідковується схожість уявлень опитуваних про склад борщу, хоча є й певні індивідуальні та регіональні особливості. Зрештою, єдиного правильного варіанту приготування борщу немає. Наприклад, більшість визначає буряк як основний інгредієнт, проте до зеленого борщу його можуть не додавати, хтось вважає, що борщ робить борщем капуста, а хтось – що її можна прибрати без шкоди рецепту. Так само хтось не уявляє борщ без помідорів, а хтось їх зовсім не використовує.

Смт Нова Прага, Кіровоградська область



Опишіть головні інгредієнти борщу

Кількість людей, що відповіли на запитання			92	53,18%	
Продукт	Кількість відповідей	Відсоток опитаних, що визначили продукт як основний, %	Продукт	Кількість відповідей	Відсоток опитаних, що визначили продукт як основний, %
буряк	75	81,5	сало	5	5,4
капуста	67	72,8	олія	4	4,4
картопля	64	69,6	кріп	7	7,6
квасоля	55	59,8	яйця	3	3,3
морква	55	59,8	вода	3	3,3
цибуля	51	55,4	рибна консерва	2	2,2
м'ясо	50	54,4	оцет	2	2,2
томат, томатна паста	32	34,8	цукор	2	2,2
перець	19	20,6	квашена капуста	2	2,2
часник	18	19,6	аджика	1	1,1
сметана	17	18,5	корінь петрушки	1	1,1
помідори	15	16,3	маслини	1	1,1
гриби	14	15,2	мед	1	1,1
приправи, спеції	12	13,0	квасець	1	1,1
петрушка	10	10,9	щавель	1	1,1
зелень	26	28,3	лимон	1	1,1
сіль	9	9,8	лимонна кислота	1	1,1
болгарський перець	8	8,7	перець чилі	1	1,1
квашений буряк/маринований буряк	8	8,7	вишня	1	1,1
лавровий лист	5	5,4			



Квашений буряк був традиційним компонентом українського борщу ще у XIX - поч. XX ст.: “буряк для борщу завжди квасили, у горщик заливали буряковий квас, розбавлений з водою і вже в киплячу юшку кидали дрібно кришений буряк, картоплю, капусту, моркву, часом квасолю. Ставили у піч, щоб закипіло, а потім ще раз вийнявши, солили і заправляли залежно від достатку і від пори року - цибулею, смаженою на олії чи на салі або цибулею з часником, затовченою старим салом у салатовці (ковганці)”¹. Використання квашеного буряку іноді пов’язували із сезонністю овочів та заготівельним процесом: буряки зазвичай вживали свіжими восени, а взимку зберігати у погребях та заготовляли квашені буряки для борщу. З сезонністю овочів був пов’язаний також зелений борщ, який починали готувати, коли в господарстві закінчувались запаси буряка та з’явилась перша зелень (щавель, кропива, лобода).

За даними ж опитування, квашений буряк зустрічається в рецептах порівняно нечасто, і здебільшого локально – на Кіровоградщині, Чернігівщині та Тернопільщині.

Серед опитаних, лише 4 особи готують вегетаріанський борщ. Під час проєкту вегетаріанський варіант борщу готували у Бучачі та Харкові.

У зелений борщ кидаю щавель, квашений буряк, – **Лідія, 86 р., Нова Прага, Кіровоградська область.**

Зелений борщ із заквашеним буряком і квасолею, – **Віра, 67 р., Нова Прага, Кіровоградська область.**

Згадки про зелений борщ зустрічаються в різних регіонах, проте найбільш популярним він виявився на Тернопільщині, зокрема в Підволочиську. Головним інгредієнтом зеленого борщу називають щавель, також додають яйця та сметану. В деяких рецептах присутні буряк і квасоля.

¹ Артюх Л.Ф. Українська народна кулінарія: історико-етнографічне дослідження: [монографія]/ Л.Ф. Артюх. - К.: Наукова думка, 1977. - 154 с.

Улюблений зелений борщ з щавлем, який готує моя бабуся, – **Василиса, 20 р., м. Харків.**

Я готую червоний борщ з вінегретним буряком, а також зелений борщ з буряком і щавлем, – **Аліна, 35 р., Нова Прага, Кіровоградська область.**

Улюблений зелений борщ з щавлем, – **Юлія, 14 р., Бурштин, Івано-Франківська область.**

Рецепт зеленого борщу. Зварити м’ясний бульйон, до нього – картоплю, щавель, дрібно нарізану цибулю і моркву. Нарізати варені яйця і додати до борщу. Всипати засмажку (цибуля, дрібно поріzana + морква, потерта на терці). Заправити борщ, досолити, додати перець, лавровий листок, подрібнену зелень. Перед споживанням – ложку сметанки в тарілку, – **Юлія, 31 р., смт Підволочиськ, Тернопільська область.**

Дуже люблю зелений борщ і готую його із задоволенням. Основним інгредієнтом борщу є, звичайно, щавель і варені яйця. І звичайно, не обходиться без м’яса, – **Наталя, 56 р., смт Підволочиськ, Тернопільська область.**

Готую і зелений, і червоний борщ, – **Галина, 56 р., смт Підволочиськ, Тернопільська область.**

Але найкращий борщ – зелений (із щавелею), – **Віктор, 46 р., смт Скала-Подільська, Тернопільська область.**

Я варю 3 види борщу. Святковий – він повинен не кипіти, а силіти на невеликому вогні, обов’язково даю молоденькі реберця і червоний буряк, який запікаю попередньо в духовці. Колір червоний і середньої консистенції. Повсякденний - або, як кажуть, на скору руку, він готується на буряковому квасі, заправляється товченим салом, часником і сметаною. Зелений борщ готую ранньою весною, коли тільки з’явиться кропива і квасок, – **Валентина, 67 р., смт Скала-Подільська, Тернопільська область.**

Який один із них робить борщ борщем?

Кількість людей, що відповіли на запитання	47	27,17%	
Продукт	Кількість відповідей	Відсоток опитаних, що вважають інгредієнт головним, %	Коментарі
буряк	38	60,7	Буряк, все інше, мабуть, не так його визначає, – Федір, 19 р. м. Київ. Борщ без буряків – не борщ, – Дмитро, 18 р., м.Чернігів. Буряк червоний – без нього борщ неможливий, – Олег, 38 р.. м. Бучач
буряк	11	16,4	В міру густий і багато м'яса!
м'ясо/ м'ясо з часником/ м'ясний бульйон/ сало	4	6,6	Густоту регулюю кількістю квасолі. Залежно від кількості доданих інгредієнтів.
помідори, томат/томатна паста	4	4,9	Має бути борщ ані густим, ані рідким. Не густий за дуже, але й не рідкий
виділити один якийсь з інгредієнтів неможливо/ сукупність інгредієнтів/ всі головні	3	4,9	У світі існує багато перших страв, але український борщ найкращий. Тому виділити один якийсь з інгредієнтів неможливо, а прибрати тим паче.
щавель	3	4,8	Щавель головний інгредієнт зеленого борщу, – Юлія, 31 р., смт Підволочиськ, Тернопільська обл..
любов	2	3,3	
квасоля	1	1,6	
Всього	61	100,0	

Який інгредієнт можна прибрати без шкоди рецепту?

Кількість людей, що відповіли на запитання	62	35,84%	
Продукт	Кількість відповідей	%	Коментарі
квасоля	20	27,8	Прибрати квасолю можна, але краще не прибрати, – Анастасія, 35 р., м. Пирятин
жодний	10	13,9	У борщі повинно бути все, що належить йому і нічого не прибирається, тоді то буде не борщ, – Валентина, 67 р., смт Скала-Подільська, Тернопільська обл.. Якщо забрати хоча б один з інгредієнтів - це буде вже не борщ, – Андріана, 34 р., смт Підволочиськ, Тернопільська обл.. Якщо прибрати хоч один з інгредієнтів борщ вже буде не смачним, – Анастасія, 13р., с. Ярова, Черкаська обл.
капуста	9	12,5	
м'ясо	7	9,7	А прибрати можна... гадаю, м'ясо. Звичайно, м'ясо – це дуже важливий інгредієнт для справжнього козака, але інколи мені хочеться спокою, – Нана, 19 р., м. Чернігів
морква	7	9,7	
картопля	5	6,9	Деколи не маю капусти або картоплі, то впускаю. Думаю, по одному на раз інгредієнту можна впускати, то все ще ок, – Ірина, 41 р., Лондон, м. народження – смт Глухівці, Вінницька обл..
буряк	3	4,2	
будь-який, крім буряку	2	2,8	
помідори, томатний соус	2	2,8	
вода	1	1,4	Прибрати можна воду, нічого не зміниться (правда, трохи буде густіше), – Віктор, 46 р., смт Скала-Подільська, Тернопільська обл..
кріп	1	1,4	
лавровий листок	1	1,4	
перець	1	1,4	
сметана	1	1,4	
цибуля	1	1,4	
часник	1	1,4	
Всього	72	100,0	

Які екзотичні інгредієнти ви додавали в борщ?

Кількість людей, що відповіли на запитання	31	17,92%	
Продукт	Кількість відповідей	%	Коментарі
не додають екзотичних	7	22,6	
чорнослив	3	9,7	
цибуля	2	6,5	
приправа куркума	2	6,5	
болгарський перець	2	6,5	
сало	2	6,5	В нашій сім'ї у кінці варки перетовкуємо шматочого старого сала з цибулею. Це додає пікантності, – Віра, 67 р., Нова Прага, Кіровоградська обл..
авокадо	1	3,2	Смакує зі спілим авокадо, – Ксенія, 31р., м. Чернігів
консервована ківка в томатному соусі	2	6,5	
листок з дерева вишні замість лаврового листка	1	3,2	
кабачок	1	3,2	
паприкою, цукром, різносортовою квасолею, горохом, бобом	2	6,5	
свіжі огірки	1	3,2	
броколі, цвітна капуста, спаржа, гострий перець	1	3,2	
груші	2	6,5	
вишня, яблуко	2	6,5	Додайте до борщу вишень – дуже смачно! Можна додати все, що не зашкодить смаку, але без "перегинів", – Віктор, 46 р., смт Скала-Подільська.

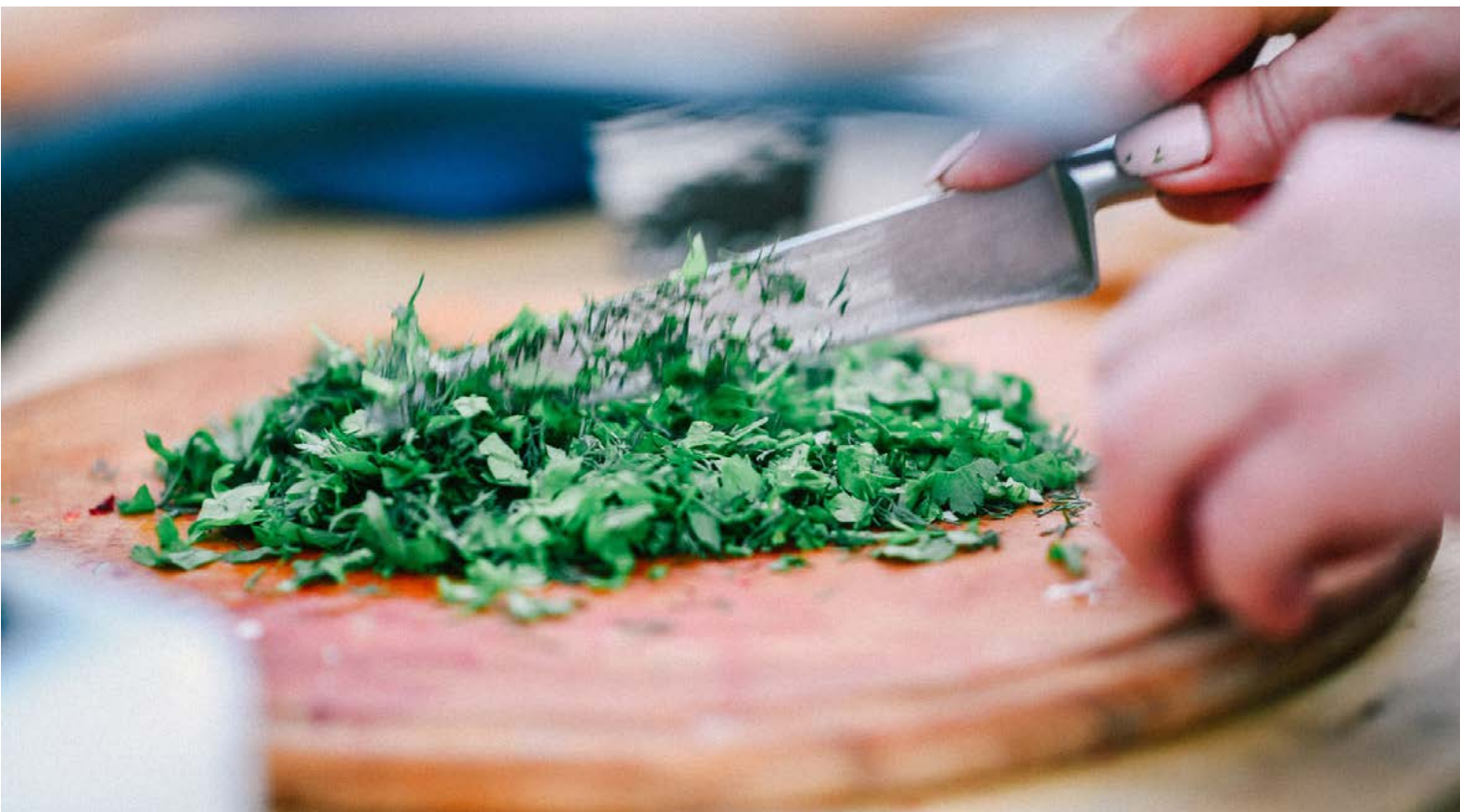
Оскільки переважно респонденти проживають у сільській місцевості, вони мають можливість вирощувати продукти самостійно, і більшість негативно ставиться до напівфабрикатів.



М. Бурштин, Івано-Франківська область

Де ви купуєте продукти (ринок, супермаркет, вирощуєте самі)?

Кількість людей, що відповіли на запитання	89	51,45%
Де купують продукти?	Кількість відповідей	
на ринку	28	
у супермаркеті	16	
вирощуємо самі	51	
в магазині	7	



Як ставитесь до того, коли в борщ додають напівфабрикати (пакетовану заправку, томатний соус, консервовану фасоль)?

Кількість людей, що відповіли на запитання	74	42,77%
Ставлення до напівфабрикатів	Кількість відповідей	Коментарі
різко негативно	3	Напівфабрикати – це не борщ! Проте, коли відсутній літній час, можна скористатись. Недопустимо використовувати напівфабрикати
негативно	36	Погано, бо в них вже немає ніякої користі. У борщ повинні йти лише натуральні продукти. Коли до борщу додають напівфабрикати, він втрачає половину смаку. Своє з городу є набагато кориснішим.
ок, нейтрально	18	Спокойно, с пониманием. Для заправки використовую кетчуп власного приготування задовільно: томатний соус, фасоль. Напівфабрикати – то нормально. Ок, якщо по-іншому не виходить, для зручності. Перевагу надаю свіжим овочам, але додаю і напівфабрикати.
позитивно		Ставлюсь до напівфабрикатів (томатний соус, консервована квасоля) добре. Я вважаю, що головне, щоб борщ був смачним, а напівфабрикати для мене не проблема. Інколи можу додати томатно-майонезний соус. Іноді можу додати консервовану квасолю.
дуже добре		Борщ з напівфабрикатами (квасолею) дуже смачний. Я додаю всі напівфабрикати.

В окремих анкетах рецепти та окремі інгредієнти нерозривно пов'язані із згадкою про місто чи область, де респондент його куштував.

Тато розповів мені цікавий рецепт, але я ще такий борщ не куштувала. Його бабуся у післявоєнний час варила смачний борщ з карасів маленьких, яких вони ловили. Це було тут, на Харківщині, в Лимані, – **Неля, 31 р., м. Харків.**

На Вінниччині моя бабця варила білий борщ (просто там буряк був рожево-білий). Заправлявся борщ старим салом (кусіньчик сала розтирався з пшоном в макітрі). Борщ варився в печі у глиняному горщику, бабця додавала все, що родило на городі: буряк, квасоля, картопля, капуста, морква, цибуля. Незабутній смак борщу, смак мого дитинства у бабусі, – **Валентина, 60 р., м. Бучач, мама з Вінниччини.**

Бабуся готувала з галушками, вони були дуже великі і смачні, – **Анна, 30 р., Прилуки, с. Петрівка, Полтавська обл – бабусі, дідусі.**

Не сподобався фірмовий борщ у ресторані м. Дніпропетровськ із копченими сливами, – **Лідія, 86 р., Нова Прага, Кіровоградська обл..**

Пам'ятаю борщ з печі, який готувала бабуся з галушками, – **Тетяна, 59 р., м. Чернігів.**

Червоний борщ з Лемківщини, на квашених буряках. Готуємо буряковий розсіл (квашені буряки, морква, цибуля, петрушка (корінь). Як вони зваряться, додається юшка з квашених буряків, зварені гриби з юшкою і всі приправи (сіль, гіркий і пахучий перець, бульйонні кубики, олія, тощо). В кінці додають сметану збиту з мукою, зелень і зварені потерті буряки, – **Ніна, 70 р., м. Бучач, Тернопільська обл..**

Борщ їдять вприкуску з чорним хлібом, салом, часником, або з солоною кількою. Яюсь у гостях куштувала борщ з кількою (консервою). Начебто з Донеччини рецепт, – **Наталя, 30 р., м. Чернігів.**

Борщ отличается каждый раз, ведь его состав зависит от времени года и настроения. Есть борщ Южный, с перцем, глубокого и насыщенного цвета. Есть борщ сыроедческий, готовится с апельсином – очень вкусный и витаминный. Есть борщ без капусты, есть с кильками (консервами), есть белорусский борщ, в котором картошка отваривается отдельно, – **Ирина, 63 р., м. Чернігів.**

Спогади, які викликає борщ, найчастіше пов'язані з родиною та домашнім затишком і часто борщ взагалі асоціюють зі “смаком дитинства”.

Для приготування борщу користувалися одною посудиною – товстостінна каструля з ручками. Борщ був такий смачний, який буває тільки в дитинстві, – **Віра, 67 р., Нова Прага, Кіровоградська область.**

Борщ – це дім, домашня страва. Згадка про родину. Не люблю борщ у гостях і в кафе, – **Олена, 40 р., м. Чернігів.**

З самого дитинства бабусин борщ був і є найсмачнішим борщем, який я тільки їла. Де би я не була, і де б не куштувала цю страву, то смак зовсім інший, і борщ не такий смачний, – **Христина, 14 р., м. Бучач, Тернопільська обл..**

Багато згадок пов'язано з приготуванням борщу в печі, переважно вони пов'язані з дитинством і бабусею. Це дає можливість прослідкувати, яке покоління ще користувалося піччю, а коли вона була замінена плитою (з анкет також дізнаємося, що сьогодні за відсутністю плити альтернативною стає навіть мікрохвильовка). Особливість приготування в печі полягає в тому, що тепло йде з усіх боків, страви готуються довше, проте краще насичуються смаком.



З глибокого дитинства пам'ятаю, що на обід зазвичай їла борщ і, якщо не було його на обід, то голодні були всі – навіть коти. А найсмачніший борщ варила моя бабуся у печі в невеликому казані на 5 літрів, – **Тетяна, 46 р., с. Голоківка, Кіровоградська обл.**

Моя бабуся готувала борщ у глиняному горщику в печі. Це надзвичайний смак, – **Валентина 46 р., м. Сміла., Черкаська обл.**

Люблю готувати борщ зі смаком “печі”, – **Світлана, 39р., м. Заставна, Чернівецька обл.**

Борщ був пресмачнезний, коли бабця варила його в печі, – **Ольга, 40 р., м. Бурштин, Івано-Франківська обл.**

Найкраще, коли всі інгредієнти закинути у казан і зварити у печі – тоді борщ найсмачніший, – **Тетяна, 43 р., Чортків, Тернопільська область.**

Часто борщ готуємо в печі, – **Надія, 44 р., Заставна, Чернівецька обл.**

А ще в борщ додають груші-дички і варять у печі, – **Оксана, 29 р., м. Чернігів.**

Пам'ятаю бабусин борщ у печі. Той самий, з грушами, – **Ксенія, 31 р., м. Чернігів**

Щоби зафіксувати сучасні особливості приготування страви і дослідити, як гастрономічні уподобання змінюються з часом, ми просили опитуваних ділитися своїми фірмовими рецептами. Нижче наводимо частину зібраних рецептів з різних областей України.

Чернівецька область:

Буряк маринується заздалегідь, ріжеться обов'язково соломкою. Квасоля замочується і також відварюється заздалегідь. Робиться засмажка: морква, цибуля. Потім все змішується, перчитья, солиться...

У нас борщ подається з бабкою. Бабка капронова: молоко, яйце, палений цукор, мука, сода, олія. Готується в печі (простіший варіант – духовка), – **Надія, 44 р., м. Заставна.**

Черкаська область:

Квасолю варю окремо (бажано з кісткою або кусочком сала). Потім на основі м'ясного бульйону варю картоплю, додаю підсмажену моркву, капусту, цибулю. Коли картопля готова, додаю варену квасолю та протушений на сковороді з томатним соком буряк. Кипить 5 хвилин. Укінці – часник і чорний перець, – **Валентина, 46 р., м. Сміла.**

Відварюємо м'ясо. Чистимо картоплю, цибулю, нарізаємо перець, капусту... Складаємо в кастрюлю, додаємо мінімум води і доводимо до кипіння. Попередньо вже зварені буряк та квасоля. Коли закипить, добавляємо квасолю та нарізаний соломкою буряк, томатний сік, спеції. Заправляємо товченим часником з салом, солимо, додаємо гриби. Доводимо до кипіння і чекаємо, щоби “протомився” на слабкому вогні, – **Ярослав, 45 р., м. Сміла.**

М. Бучач, Тернопільська область



Кіровоградська область:

М'ясо і квасолу відварити в підсоленій воді. Потім додати борщовий буряк і картоплю. У цей час зробити зажарку на рослинній олії з цибулі і моркви, додати томат і ½ столової ложки муки. Тушкувати 10 хв. і додати все до каструлі. Покласти салатний перець, капусту, дрібно порізаний корінь петрушки. Влітку стебло кропу, яке потім виймається з борщу. Зелень додати окремо, – **Віра, 67 р., смт Нова Прага.**



Івано-Франківська обл:

1) Обсмажити брусочки буряка (попередньо замочивши трошки оцтом, щоби колір зберігся).
2) Зробити зажарку цибулини на шкварочках.
Попередньо проварити картопельку з капустою й м'ясцем на кісточці й туди закинути буряк та зажарку.
Трішки все проварити, додати спеції за смаком й дати настоятися! Адже борщ смачний на другий день, – **Світлана 39 р., м. Бурштин**

Готую без капусти. Склад: картопля, морква, цибуля, буряк, свинина, сметана, боршно, зелень. Все кидаю разом і лише в кінці сметану з мукою (як заправка) і зелень. Влітку буряк готується швидко, бо молодий. Зимом варю буряк окремо, а вже потім тру, – **Маріанка, 28 р., с. Дем'янів, Івано-Франківська область.**

Варю м'ясо і фасоль. Буряк помитий готую в мікрохвильовій. Коли м'ясо вже готове, додаю картоплю, потім капусту. Окремо тушкую цибулю та моркву. Потім змішую цибулю та тертий буряк. У тарілку додаю сметану і часник. Смачного, – **Світлана, 39 р., м. Бурштин., Івано-Франківська область.**

Тернопільська область:

Варю бульон на кістках свинини, курятини чи іншого м'яса з квасолею. Тушу в сковороді бурячки, цибулю, моркву, перець та помідори. Додавляю картоплю у бульйон, а згодом тушені овочі. В кінці розтираю у макітрі пшоно із салом і підбиваю борщ. Листочок, перчик, суцвіття кропу і готово, – **Леся, 63 р., смт Підволочиськ.**

Готуємо закрутки з буряка – натертий буряк консервують (закручують) в банках. Картопля, буряк, морква, цибуля, м'ясо, петрушка, вода. Листок з дерева вишні замість лаврового, – **Вікторія, 13 р., м. Бучач.**

Знайома робить заготовку у банці, яку використовує Юхим. Спершу треба замочити квасолу на 10 годин або більше. Для борщу використовує ребра, додає квасолу, цибулю, лавровий лист, горошину перцю, моркву, зелену капусту, заправку, – **Юхим, 87 р., м. Чортків.**

Беру воду з "Королівської" криниці, вона м'яка, в ній гарно все розварюється. У холодну воду кладу молоденькі реберця, потім квасолу, картоплю, капусту, обов'язково шинкую соломкою бурячок, попередньо запечений у духовці. У ронделі роблю борщову заправку, вижарю сало, смажу цибулю, тушу моркву, додаю сметану і томат, заправляю товченим салом, часником і зеленню. В кінці кидаю розрізане яблуко. Борщ настоїться і смачного!, – **Валентина, 67 р., смт Скала-Подільська**

Спочатку заливаємо холодною водою порізану картоплю, коли картопля трохи покипить, кидаємо пошинковану капусту, цілу цибулю, 6 зубчиків часнику. Окремо зажарюємо цибулю з морквою, кидаємо в каструлю, окремо втушуємо 3 потертих червоних буряки і досипаємо в каструлю, 1 ложку оцту, 1 ложку томатної пасти, сіль, перець, приправи, кріп, петрушку за смаком. Коли борщ зварений, насипаємо у тарілку і даємо ложку сметани. Укінці, коли борщ вариться, можна втовкти три великі зубчики часнику, а також, замість томатної пасти, можна додати помідори. Правда мама, перш за все, варила бульйон на свинячих ребрах, а потім вже давала картоплю і далі по рецепту, – **Леся, 41 р., с. Підлісся, Бучацького району.**

м. Київ:

Трохи пасерую овочі в олії: цибуля, морква, перець, помідори. Замочую, відварюю фасоль. Відварюю картошку, додаю овочі, тру буряк, додаю капусту. Додаю зелень свіжу. Секретний інгредієнт – насіння кропу, – **Марина, 33 р., м.Київ.**



Чернігівська область:

Приготувати м'ясний бульйон зі шматочками м'яса. Додати картоплю, порізану кубиками, перець, лаврове листя. Окремо пасерувати порізану цибулю, потерту моркву, додати натертий буряк, тушкувати 5 хв., за потребою додати бульйон. В кінці тушкування додати перетерті помідори та болгарський солодкий перець, а також сік лимону. Тушковані овочі додати у бульйон з картоплею. Через 5 хв. покласти в борщ хмелі-сунелі, через 3 хв. дрібно потертий (вичавлений) часник і зелень. Виключити. Дати постояти 15-20 хв., – **Марина, 56 р., м. Прилуки.**

Основа класична (м'ясний бульйон), капуста, картопля, буряк, морква, цибуля. Всі компоненти для зміни борщу додаються за власною задумкою. Готую його за кількома рецептами, і все залежить від пори року (наприклад, влітку краще холодний борщ), а також від того, піст зараз чи ні (в піст готую пісний борщ), – **Світлана, с-ще Козелець**

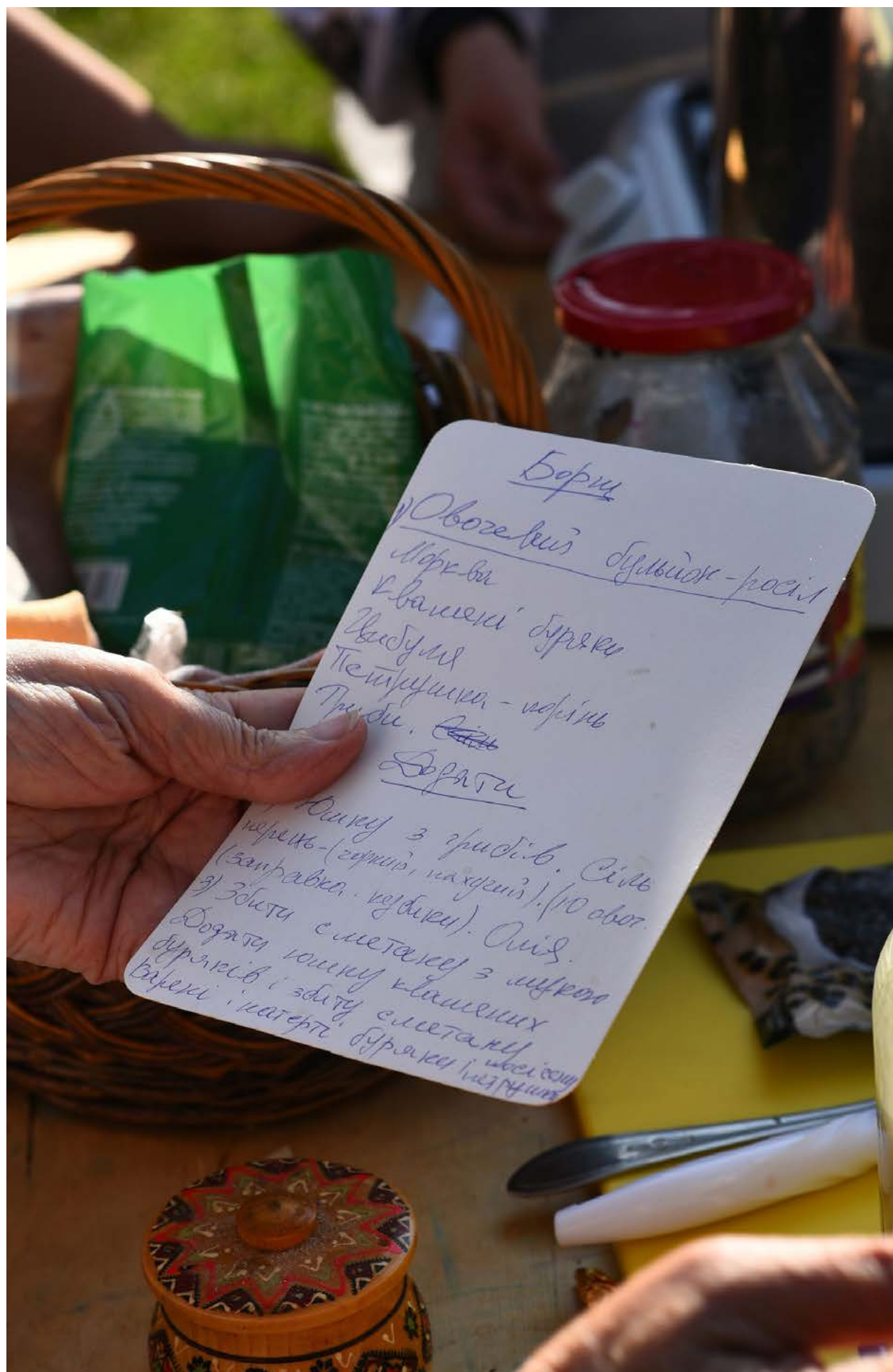
Зараз це найулюбленіша страва у нашій сім'ї. Ми вегетаріанці, тому борщ обов'язково з квасолею і зі свіжого буряка. Я додаю інколи мед або квашену капусту, якщо недостатньо солодкий або кислий. Сімейний рецепт – пісний борщ з грушами. Варити, як завжди, але з буряком додати ще 5-6 сушених у печі груш. Смакує зі свіжою зеленню, – **Ксенія, 31 р., м. Чернігів**

м. Харків

Квасоля вариться окремо, промивається. Будь-які овочі (спаржа, броколі, цвітна капуста, звичайна капуста, болгарський перець, звичайний перець, буряк, морква, цибуля...) обсмажуються на кокосовій олії великими шматками та заливаються водою. Варити треба приблизно 15-20 хвилин та додавати пасту з томатів та зелень/шпинат, щавель, укроп, петрушка та будь-що інше). Це все має закипіти і можна виключати газ та пригощати гостей, – **Марина, 35 р., м. Харків.**

Спочатку треба приготувати бульйон з домашньої курки. Паралельно необхідно зробити зажарку – обсмажити на сковороді цибулю, порізану моркву та тертий буряк. Як овочі обсмажаться, необхідно додати до них томатний сік (густий та бажано домашній) або томатну пасту та трохи протушити. До бульйону треба додати нарізану кубиками картоплю, а коли вона буде вже майже зварена, влити до кастрюлю засмажку. Після цього необхідно поварити борщ ще хвилин 10, додати до нього нашинковану капусту та накрити кришкою, дати йому настоятись. Вживати готовий борщ із сметаною, – **Юлія, 24 р., м. Харків.**

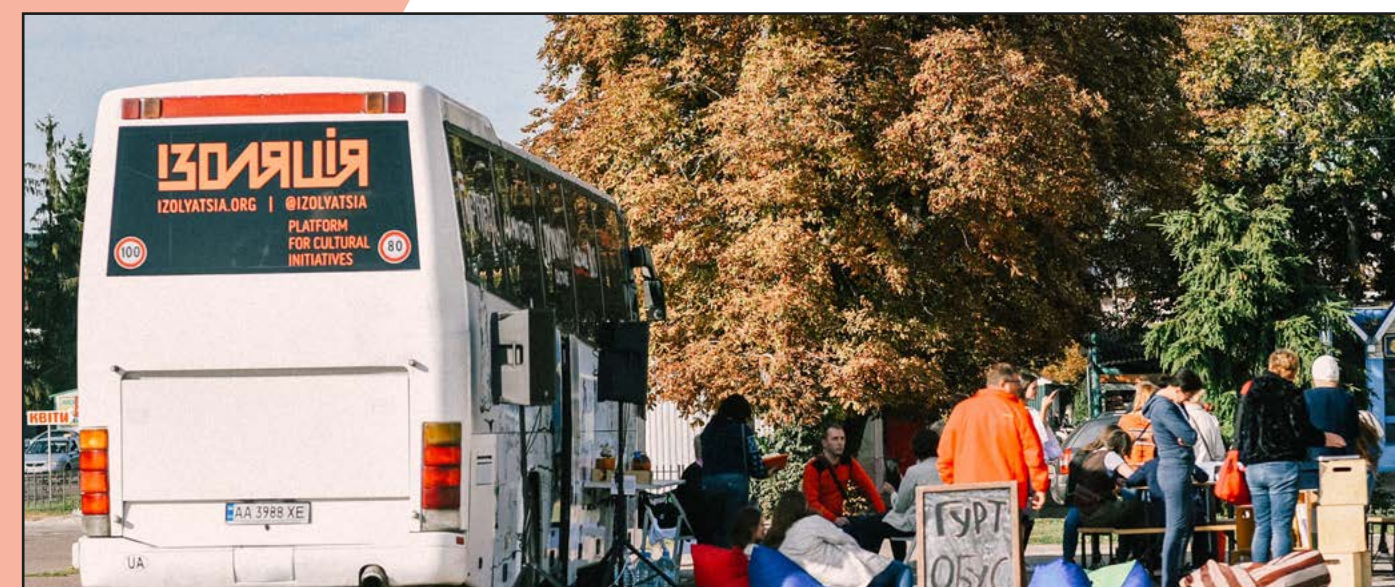




Ми вдячні нашим місцевим партнерам і кухарям, без яких це дослідження було б неможливим.

ГО «Агенція місцевого економічного розвитку Прикарпаття», Бурштин;
 Відділ культури, туризму та з питань діяльності засобів масової інформації
 Підволочиської селищної ради;
 Чортківська міська рада;
 Літературний центр імені Агнона (ГО «Бучач-Арт»);
 ГО «Фортеця добродійності, Скала-Подільська»;
 ГО «КРОКИ ДО МАЙБУТНЬОГО»;
 Відділ культури і туризму Пирятинської міської ради Культурно-громадського центру
 (РБК);
 ГО «Прилуцька Платформа»;
 КЗ «Центр культури та дозвілля молоді, молодіжний клуб MeM», Мена;
 Козелецька селищна рада (ОТГ);
 благодійний фонд Сенсорія, Сміла;
 Громадська організація «Новопразький центр творчих ініціатив»,
 ГО «Творимо активно креативно», Протопопівка;
 Кмитівський музей образотворчого мистецтва імені Й. Д. Буханчука;
 Харківська Школа Архітектури.

Ознайомитись із рецептами борщу, за яким готували у вісьмох відвіданих містах можна [за посиланням](#).



М. Козелець, Чернігівська область



Фото Руслана Сингаєвського