



УДК 39(=161.2):664.64(477.81/.82-17)

Сергій ЦИПИШЕВ

ТРАДИЦІЙНА ХЛБОПЕКАРСЬКА СИРОВИНА ПОЛІЩУКІВ

Зроблений огляд традиційної для Полісся хлібопекарської сировини, яка й дотепер використовується автохтонами. Аналізуються процеси, в яких використовували цю сировину, особливу увагу закладено на їх значенні, розглянуто пов'язані технологічні та біологічні моменти. Частково описано звичаєвість, що безпосередньо чи опосередковано стосується процесу хлібопечення та продуктів, які у ньому використовують.

Ключові слова: хлібопекарська сировина, Полісся, хліб, ферментація, вода, дріжджі, тісто, звичаєвість.

© С. ЦИПИШЕВ, 2017

ISSN 1028-5091. Народознавчі зошити. № 5 (137), 2017

Терени Полісся, як частина українських земель, традиційно були загосподарьовані передовсім аграрно. Однак географічно-кліматичні умови окресленої території суттєво впливали на можливості культивування певних видів хлібних культур. Далеко не всі з них добре росли та плодоносили на перезволожених, часто бідних поживними речовинами піщаних ґрунтах. Саме згадані фактори були вирішальними при виборі селянами видового складу рослин, які традиційно культивували на Поліссі. Це, у свою чергу, значно звужувало сировинну базу, якою могли послуговуватися автохтони при повсякденному хлібопеченні. Якщо приготування святкових чи обрядових хлібних виробів відбувалось часто із використанням купованих продуктів, то хліб, що пікся у будень, був виключно продуктом натурального господарства того чи іншого господаря.

У свою чергу можливості для культивування певних культур були основним фактором, що визначав те, із чого, в який спосіб, а навіть коли відбувався випік хлібних виробів. Зрозуміло, що найурожайніший і, найчастіше, найпоширеніший у певній місцевості злак відповідно ставав також і основною сировиною для виробництва борошна, а відтак і для хлібопечення. Як ми уже згадували раніше, специфіка географічно-кліматичних умов суттєво звужувала перелік придатних для масового вирощування, а головне, врожайних видів рослин, насіння яких надавалося для виготовлення борошна. Суттєвим є і смаковий фактор, який, однак, не є абсолютним та безумовним, а часто визначається традицією, складеними впродовж століть харчовими вподобаннями, а також харчовими регламентаціями. До прикладу, не надто вибагливий до ґрунтів та умов вирощування і достатньо поширений на теренах Полісся овес, ніколи не відігравав скільки-небудь важливої ролі як хлібна культура, хоча широко застосовувався у домонгольській Русі для приготування надзвичайно поширеної страви — *толокна* (вівсяної каші. — С. Ц.) [14, с. 35]. Разом із тим у іншій частині України, а саме на теренах Бойківщини, той же овес аж до 60-х рр. ХХ ст. був саме тією рослиною, що забезпечувала місцевих жителів сировиною для приготування повсякденного хліба, так званих *ощипків*, *паленят* тощо [15, с. 59]. В контексті смакових уподобань, як наслідок звички, треба згадати часті ностальгійні спогади бойків-старожилів про звичний для їхнього дитинства хліб як про продукт смачний та поживний. Разом із тим один із найзнаніших українців — Іван Франко, що виріс на підгір'ї, про ці ж хлібні вироби, побутування яких було поширеним уже в якомусь десятку кілометрів від його рідного села, писав так:

«Спечений з погано змеленої муки, переважно твердий, як камінь, цей бойківський хліб для мешканців долин є синонімом убогої їжі, треба хіба що гострого гірського повітря та рухливого способу життя бойків, щоб перетравити цей хліб» [23, с. 84].

Що стосується Полісся, то ситуація із домінуванням певної злакової культури, як сировини для хлібопечення, має тут глибоке історичне коріння, її тяглість можна відслідкувати, як мінімум, з часів Київської Русі. Аналіз літературних джерел та власного польового матеріалу дає змогу засвідчити домінування жита у виготовленні хліба як повсякденного, так і святкового, на заанонсованій нами території [16, с. 129—131]. Якщо ж докладніше розглядати питання із вирощуванням тих чи інших рослин, які могли давати сировину для пекарства, то на кінець ХІХ — поч. ХХ ст. на Поліссі переважаючими серед зернових культур були: жито, ячмінь, овес, а у заможніших господарів зустрічалась і пшениця. Останню більшою мірою висівали навіть пересічні мешканці у південній частині Полісся, що межує із Волинню, Середньою Наддніпрянщиною, Слобожанщиною, оскільки там були кращі ґрунти. Разом із тим на заболочених територіях пшениця у переліку культивованих культур була відсутньою взагалі. Зокрема, саме такою була ситуація на тій частині Західного Полісся, що знаходиться в межах сучасного Ратнівського району Волинської області [13, с. 3]. Хоча загалом саме пшениця, а також ячмінь, посідають друге місце за використанням при виробництві та використанні борошна для хлібопечення. Цікавою є самотутня назва якісного питльованого пшеничного борошна — *марамон*, *маримон*, *марамонська мука*, яка з'являється, мабуть, ще в кінці ХVІІІ — на поч. ХІХ ст., та зустрічається ще й дотепер місцями, зокрема на Західному та Середньому Поліссі [24, с. 112]. Виникнення цієї лексеми пов'язують із назвою польського містечка Маримонту, де ще з ХVІІІ ст. функціонували великі та добрі млини [21, с. 6].

Часом для покращення якості житнього борошна зерно попередньо обтовкали у ступі і лише після цього мололи [27, с. 148]. Спорадично використовували поліщуки і гречане борошно, однак застосовували його швидше при приготуванні млинців, ніж при випіканні хлібних виробів: «...млинці, то я сильно любив і тоже гречані були» [8]. Овес хоча й вирощували, але, як ми уже згадували вище, для випікання хліба не використовували взагалі. Як харч його

вживали хіба для приготування киселів, що були звичною щоденною їжею [13, с. 3].

Окремо слід зазначити, що борошно доволі часто купували. Особливо стосується це сировини для святкових чи оказіональних хлібних виробів, печива: «...колишній коровай разом з житнього хліба не спечеш, а куплялі. Куплялі муку і пекли коровай» [6]. Причин цьому було кілька, зокрема, тут слід згадати і брак земель належної якості та географічно-кліматичні умови, і невеликі площі земельних наділів значної частини селян, і просте бажання спекти якомога краще печиво з нагоди якихось свят чи подій. Доволі часто селяни купували борошно чи зерно для розмелу в своїх заможніших сусідів, місцевої шляхти, поміщиків. Однак основними постачальниками необхідної хлібопекарської сировини, як зрештою й інших потрібних товарів, тут, як це часто було в усій Україні, були *жиди* — місцеві чи мандрівні торгівці-іудеї.

У голодні роки чи у переднівок, як зазначалось раніше, використовували селяни при випіканні хліба ячмінне борошно, а зрідка й гречане [13, с. 3]. У час воєнного лихоліття та при крайній потребі, нужді до тіста підмішували також висівки з гречки або пшона, терту сиру картоплю, розім'яту варену картоплю, картопляні лушпайки, верес, а навіть розмелені жолуді. Слід зазначити, що пшоняна луска робила хліб дуже гірким, зрештою, не набагато смачнішим було й жолудеве борошно, яке ще й забарвлювало м'якуш у синюватий колір. Не мав особливої харчової цінності й випік із вересу [24, с. 112]. Зрідка в особливо важкі періоди під час воєн чи одразу після них поліщуки вимушено підмішували до тіста навіть дрібну тирсу, яка, не володіючи поживними харчовими властивостями для людського організму, була, фактично, лише наповнювачем, що фізично збільшувало об'єм виготовлених хлібних виробів. Гречаний же випік мав спеціальну назву — *грецький хліб* [24, с. 111], *бабка* або, рідше, *гречаник* [13, с. 3], чи й просто *пляцок* [11, с. 3] і був досить поживним та високо цінувався поліщуками за свої смакові властивості. Крім того, ще одним заміном традиційного хліба були пшоняні коржі [24, с. 112]. Окремо зазначимо, що варену картоплю до замісу часто додавали і при доброму стані матеріально-сировинної хлібопекарської бази. Робили це спеціально, оскільки вважали, що тоді хліб буде пухкішим, покращатим його смакові властивості, після випікання скибка буде гнучкішою і не так криши-

тиметься, хліб повільніше черствітиме. Хоча й картопля нерідко була просто наповнювачем.

Надзвичайно важливою сировиною, що використовується при виготовленні хліба, є і розчинники, на яких відбувався заміс тих чи інших видів печива. Зазвичай селяни використовували три види рідин для приготування тіста, а саме: воду, сироватку та молоко. Від того, чим розводили закваску, розчину та що доливали при замішуванні тіста, залежали не лише смакові та поживні якості хліба, а і його фізичні властивості (в'язкість, густина, крихкість, еластичність, колір, запах). Разом із тим, найчастіше користувалися лише водою, як найдоступнішим універсальним розчинником. Як виняток можна назвати лише обрядові та оказіональні хлібні вироби та інші види печива, смажені, значно меншою мірою варені борошняні вироби. Під час приготування щойно згаданого ряду найменувань господині часто послуговувались і сироваткою, і молоком. Абсолютно всі рідини перед додаванням до опари чи тіста підігрівали, оскільки хлібні дріжджі (*Saccharomyces cerevisiae*) є мезофілами, тобто оптимальна температура для їх життєдіяльності знаходиться в межах від 25 до 30°C [17, с. 278].

Повне домінування води є абсолютно логічним, оскільки вона на Поліссі повсюдно є легкодоступною, не вимагає якихось особливих затрат та зусиль для її набуття. Зрештою, такий стан речей є притаманним для українців, разом із тим забір води часто супроводжується певними віруваннями та звичаями [19, с. 251]. Доволі часто мешканці поліських сіл користувалися водою із джерел, потічків, річок, рідше — стоячих природних водойм. Якщо навіть потрібно було копати колодязь, то робота ця на півночі України не була надто важкою і не вимагала якихось надзвичайних вмінь та навиків через значне заболочення території та високий рівень ґрунтових вод. Однак перезволоження ґрунтів має і свій негативний момент важливий для хлібопекарства. Йдеться про застій води, в наслідок чого у ній починають розмножуватися мікроскопічні та звичайні водорості, бактерії, що спричиняє специфічний болотний запах та присмак. Хоча, зрештою, автохтони є звичними до нього з дитинства та майже його не відчують. Разом із тим надлишковий розвиток мікроскопічних організмів може викликати небезпеку харчових отруєнь та інфекцій [18, с. 79]. Саме тому, не маючи достатніх біологічних знань, але володіючи багатотисячолітнім емпіричним досвідом, селяни намагалися

користуватися водою із якомога чистіших джерел. З другої половини ХХ ст. автохтони все частіше послуговуються лише попередньо перекип'яченою водою. Хоча хліб у процесі свого випікання проходить достатньо часу під дією високих температур, щоб знищити хвороботворні мікроорганізми, зрештою — при виході з печі поверхня буханця практично стерильна, і лише у м'якуші зберігається якась кількість спор [17, с. 282]. Однак подвійна термічна обробка дає змогу знешкодити не лише мікроорганізми як такі, а й продукти їх життєдіяльності, що часто є токсичними. Доречним є використання кип'яченої води і з огляду на те, що питна вода на Поліссі містить багато біогенних елементів, які потрапляють з ґрунту із поверхневими стоками, тим більше, що глибина залягання ґрунтових вод невелика, і ґрунт недостатньо фільтрує органіку [28, с. 161].

Заболочення значних площ (у Волинській області, більша частина якої відноситься до Західного або ж Волинського Полісся, площа заболочених та перезвожених земель становить 845 тис. га, а це — 42 відсотки від загальної території [18, с. 79]) провокує ще одне явище — перенасичення води, в тому числі, звичайно ж, і питної, водними оксидами та гідрооксидами заліза ($Fe_2O_3 \cdot x nH_2O$). Походять ці забруднюючі домішки із болотних руд, що утворилися в зонах залягання залізної руди [29], оскільки води підземного походження мають відносно високу корозійну активність [28, с. 161]. Як результат — вода дістає металевий присмак, до якого, зрештою, теж можна звикнути.

Втім, специфічні смакові відчуття — не найгірше, що може спричинити надлишок заліза у воді, яку використовують у якості хлібопекарської сировини. Далеко більшу загрозу здоров'ю людини може спричинити надлишок заліза, а особливо у біодоступній формі. Ось що пише про це Інна Шумигай, к. с.-г. н., старший науковий співробітник Інституту агроєкології і природокористування НААН: «При високому вмісті у питній воді заліза порушується процес кровотворення, можливі цироз печінки, гострі отруєння дітей, рак прямої кишки, цукровий діабет. Відноситься до III класу небезпечності. Саме тому надлишок заліза у питній воді є небезпечною домішкою» [28, с. 162]¹.

¹ Мусимо окремо пояснити, чому ми згадуємо власне про біодоступну форму заліза. Справа у тому, що конче необхідною частиною хлібопекарського процесу на Поліссі є використання дріжджів та продуктів їх життєдіяльності. Вживання питної води із високим вмістом згадуваних

Продовжуючи огляд рідин, що використовувались у якості хлібопекарської сировини, слід згадати, звичайно ж, сироватку та молоко, про які ми вже писали вище. Їх використання, на відміну від води, було і є спорадичним. Для повсякденного хліба, як ми уже зазначали, використовували лише воду. Навіть у заможних сім'ях під час приготування звичайного хліба господині не користувались молоком і лише зрідка сироваткою. Застосовували їх, у якості хлібопекарської сировини, здебільшого лише, як уже було зазначено, у процесі виготовлення обрядового чи okazійного хліба. Причиною такого стану речей є, здебільшого, банальна економія харчових продуктів, їх брак. Окрім того сироватка ще й змінювала смак хліба, вносила в опару молочнокислі бактерії, закислювала середовище, що впливало на розвиток хлібних дріжджів. Взагалі весь процес ферментації спрямований на забезпечення оптимальних умов саме для останніх мікроорганізмів, оскільки продукти їх життєдіяльності — діоксид вуглецю (CO_2) та етиловий спирт ($\text{H}_2\text{C}_5\text{OH}$) [17, с. 63] розпушують тісто, надають йому смаку. Зважаючи на це, внесення сироватки у хлібну масу позитивно впливає на розвиток дріжджів, оскільки вони, як і всі гриби, тяжіють до слабкокислого середовища [17, с. 100]. Сучасні дослідження показують, що значне прискорення ферментації тіста відбувається при рН 2,8 [22, с. 11]. Окрім того саме від реакції рН залежить обмін речовин клітин мікроорганізмів. Саме у кислому середовищі дріжджі продукують велику кількість діоксиду вуглецю та етилового спирту, але мало гліцерину [17, с. 102]. Як наслідок — ферментація тіста при додаванні сироватки пришвидшується і покращується, що потрібно враху-

водних оксидів та гідрооксидів заліза як таких становлять певну загрозу, яка, втім, не є аж надто великою, через низьку розчинність у воді згаданих сполук, завдяки чому значна їх частина виводиться з організму через кишківник. Дріжджі, однак, суттєво змінюють ситуацію, оскільки активно поглинають залізо із води в процесі своєї життєдіяльності й за нормальних умов є одним із важливих джерел заліза для людського організму, оскільки за допомогою спеціальних низькомолекулярних сполук — сидерофорів, які мають високу спорідненість до Fe(III) та переводять його у розчинний стан [30]. В умовах Полісся при надлишку заліза у воді, його додаткове асимілювання дріжджами та ще й переведення у біодоступну форму створює серйозну загрозу здоров'ю мешканців. Адаже у високих концентраціях і Fe(II) , і Fe(III) , за наявності кисню, можуть бути токсичними для клітини, внаслідок утворення високореактивних вільних радикалів [30].

вати як при замішуванні опари, так і при визріванні тіста безпосередньо перед випіканням. Цікаво, що господині ніколи не вливали сироватку разом із грибово-бактеріальною плівкою, що утворюється на її поверхні при тривалому зберіганні. З емпіричного досвіду вони знали, що це може негативно вплинути на процес бродіння, інфікувати майбутній хліб патогенними мікроорганізмами, які спричиняють картопляну хворобу хліба, крейдяну хворобу хліба, його сплісняєння.

Використання молока у якості хлібопекарської сировини також має цілий ряд особливостей. Так, молоко, ще рідше ніж сироватку, використовували у хлібопекарстві, вважаючи його надто цінним харчовим продуктом. Додавали його лише у виняткових випадках, при випіканні особливо значущих хлібних виробів, як то: коровай, паска, великодня бабка тощо. Автотони говорять, що використовували практично завжди лише молоко, яке пройшло термічну обробку. Це й не дивно, адже у молоці завжди містяться молочнокислі та гнильні бактерії, кишкова паличка, часто присутні і патогенні мікроби [17, с. 291]. Висока температура гарантувала мінімізацію привнесення сторонньої мікрофлори у хлібну масу. В свою чергу, наявність у опарі та тісті додатково ще й лактози або молочного цукру ($\text{C}_{12}\text{H}_{22}\text{O}_{11}$) із молока забезпечувала дріжджі додатковими поживними речовинами, що уможливило отримати особливо пухкий та смачний хліб. Для додаткового захисту від бактеріального забруднення та елементарного попадання бруду, господині, перед доїнням, мили вим'я, а також вимивали руки. Посуд для доїння, що його на Поліссі називають дойонка, дойниця, дійниця [25, с. 323], також утримували у належному санітарному стані.

Зрідка, для досягнення особливого смаку, консистенції, крихкості, в'язкості, еластичності борошняних виробів, при їх приготуванні використовували й інші рідини, як то: рослинна олія, сметана, горілка тощо. Однак їх вживання, зважаючи на матеріальні статки населення та поширення дрібного випіку лише у період після Другої світової війни, має дуже спорадичний характер. Перелічені рідини були інгредієнтами, знову ж таки, обрядового та okazійного печива. Подібним чином при продукуванні хлібних виробів та пов'язаних із ними борошняних виробів використовували і свинячий смалець чи інші види тваринних жирів, цукор, фруктові повидла та варення. Навіть використання відвару цукрового буряка, для підсолодження випіч-

ки, є відносно новим явищем, оскільки широкого розповсюдження згадана технічна культура набула вже за розповсюдження колгоспної системи господарювання: «*Колись мало бурака, мо' через те, що сіяли і пшеницю, і жито, і овес, і ячмінь, і все це, то на бурака мало оставалося*» [9]. Дещо частіше, у якості хлібопекарської сировини для святкового та обрядового печива, використовували горіхи, мак, мед, яйця як продукти, що питомо притаманні узвичаєному натуральному поліському господарству.

Окремо, продовжуючи ряд смакових додатків, слід згадати сіль, яку на землі Чорної Русі традиційно завозили з Галичини. Зважаючи на відсутність місцевих соляних копалень та криниць, цей продукт доводилось купувати, а тому його споживали економно і обмежено [20, с. 376]. Проте, розуміючи його конечну необхідність для людського організму, сіль була навіть у найбідніших хатах. Сіль широко використовують як консервуючий агент при зберіганні харчових продуктів, однак такі її властивості виявляються лише при концентрації 3% і вище, до цієї межі вона мало впливає на життєві процеси мікроорганізмів [17, с. 102]. Звична ж концентрація кухонної солі у традиційних хлібних виробках є близькою до 1%, оскільки концентрація натрію хлориду (NaCl) у біологічних рідинах (кров, лімфа тощо) є близькою і дорівнює 0,9%. Все, що солоніше цього показника, здається людині засоленим, і навпаки. Зважаючи на написане, сіль не слід вважати консервантом або речовиною, що суттєво впливає на ферментацію тіста.

Цікаво, що існували певні види хлібних виробів, які, згідно зі звичаєм, не солили. Найчастіше чинили так при випіканні традиційного весільного хліба — короваю, який не солили з огляду на те, щоб забезпечити молоді пару від солоного (важкого. — С. Ц.) життя: «*Коровай не солять у нас, тільки сахар сиплють*» [2]; «*Коровай не солять. Ну, значить, не положено. Цукор, таке сиплють і всяке... Грішно видно коровай... Шоб були солодкі молодята, а не солоні*» [5]. З огляду на останній факт цікавим є те, що своєрідним антагоністом солі виступала горілка, яку додавали у коровайне тісто, нібито для того, щоб забезпечити легке і веселе життя: «*А коровай не солять, а сто грам водкіллют*» [1]; «*О, горілку, то лють у коровай*» [4].

Закінчуючи огляд найважливіших компонентів майбутнього хліба, треба особливу увагу приділити так званій заквасці. Під цим терміном поліщуки найчастіше

розуміють умисно залишену грудочку тіста від попереднього замісу, яку найчастіше йменували *закваска*, *квас*, *розквас*, *запарка*, *крищини*, а іноді *пошкрібтушка*, *пошкребуха* [27, с. 148] чи просто *пошкрібки* [26, с. 100], *вишкрібки* [24, с. 112]. У якості активатора бродіння використовують також спеціально заквашене борошно, що вкисало протягом визначеного багаторічним досвідом часу. Для його означення послуговувалися лексемами *квас* або *квасок* [27, с. 148]. Деінде для прискорення процесу ферментації використовували також відвар або настій шишок хмелю, який теж значно прискорював процес вкисання.

Зважаючи на те, що, як згадують інформатори, найпоширенішим повсякденним випіком був *руханий* (заквашений. — С. Ц.) житній хліб [11, с. 2; 12, с. 3; 13, с. 3], то роль *закваски*, як вкрай необхідного компонента хлібопекарського процесу, переоцінити неможливо. Переважно до свят випікали і пшеничний хліб, який на Західному Поліссі йменували *пальонки*, який теж був вчиненням. Тобто і в цьому випадку потрібним був якийсь спеціальний додаток, який або привносив необхідні мікроорганізми у хлібну масу, або створював умови для розвитку тих дріжджів, що природно містилися на зерні, а відтак і у борошні. В останньому випадку правильного проведення технологічного процесу було надзвичайно важливим, оскільки у якісному складі мікрофлори зерна значно переважають бактерії, їх кількість є близькою до 90% і лише 5—7% складають плісеневі гриби і невелика кількість дріжджів [17, с. 278].

Докладніше зупинимося на способах приготування активаторів ферментації хлібної маси. *Закваска*, як ми уже писали, була грудочкою тіста від попереднього замісу: «*Всегда тісто остається трошки і тоди знов, на том кисломтесте, розчіняли*» [7]. Найчастіше формували таку грудочку, обшкрябуючи стінки *пікної діжки* (діжки для замісу хліба. — С. Ц.) за допомогою ножа або, не так ефективно, рукою. З опису цього процесу стає зрозумілим походження термінів *пошкрібтушка*, *пошкребуха*, якими номінували *закваску* на Зарічненщині. Щоб залишене тісто не псувалося, щоб на ньому не розвивалися патогенні та гнильні мікроорганізми, його скачували у щільну кульку, а поверхню обсипали борошном, сіллю. Цільність утвору запобігала зайвій втраті вологи та зупиняла *аеробне* (те, що відбувається при доступі кисню. — С. Ц.) бродіння, цьому ж сприяло і обкачування в борошні. Тут слід нагадати, що дріжджі бродять у *ана-*

еробних (без кисневих) умовах, а за доступу кисню вони лише активно розмножуються [17, с. 122]. Сіль, у даному випадку, виступала у ролі консерванта. Різновидом закваски могли бути і змивки з рештками тіста із стінок хлібної діжки [24, с. 112].

Квас або *квасок*, *опара* — розведене теплою водою, іноді запарене окропом борошно, що вкисало протягом 1—3 діб у теплому місці, при вільному доступі повітря, аж поки воно діставало приємний кислий запах: «...муки розробімо в теплій воді, да й воно так кісне дньов два, трі. Да вкісне трохи, да й так вже він на тому квасу...» [3]. За цей час хлібні дріжджі встигали достатньо розмножитися, щоб в подальшому спричинити активну та швидку ферментацію у хлібній масі. Цікаво, що готуючи *квасок* використовували житнє борошно, яке саме по собі володіє кислою реакцією, а з літератури відомо, що дріжджі розмножуються при температурі 30°C та рН 4,5—5,5 за безперервної аерації [17, с. 122]. Подекуди до цієї суміші додавали також розім'яту варену картоплю: «...Варіли картошкі, потовкли її. Трошки туди всипали цієї муки. Так уже поставили її, вона так-о почала..., як ото вже подходить, як дрозде. А тоді вже замішували, ставили, поставили да його вляли туди, да воно стоїть, да вже подійшов тей слід, да й так уже пе-кли такий хліб» [10].

Відвар, а значно частіше настій шишок хмелю, не часто, але практично повсюдно згадується респондентами як один із засобів, що значно прискорюють та полегшують процес бродіння в опарі, а відтак і в тісті. Зазвичай шишки згаданої рослини заливали окропом, а після того, як рідина достатньо остигала, її збіджували у посудину, в якій відбувався заміс, змішували із залишками старого тіста або ж *закваскою* [27, с. 148]. «Хмельробили..., з хмелю... Ну настоїца да цей (хміль. — С. Ц.) запарували» [8]. Окремо слід звернути увагу на два суттєвих моменти: перший — у цьому випадку достатньо остудженим господині вважають настій, що трошки холодніший за температуру тіла; другий — рідину змішували із тістом, залишеним від попереднього замісу. Наш додатковий акцент не випадковий, оскільки хміль, як такий, не привносить у реакційне середовище дріжджів, зрештою, це навіть і неможливо, з огляду на те, що його запарюють окропом або заварюють, тобто — практично стерилізують. Важливим в даному випадку є те, що речовини хмелю во-

лодіють антибактеріальною дією, а отже очищують середовище для розвитку дріжджів [17, с. 120].

Нечасто, але все ж трапляються згадки про те, що мешканці Полісся для швидшого проведення ферментації тіста користувались питним хлібним квасом [12, с. 4]. Дія ця є логічною, адже бродіння у цьому напої викликають саме хлібні дріжджі. Як наслідок, отримуємо замкнутий процес — збродження квасу житнім хлібом і наступний зворотний перенос мікробіологічної культури.

Як бачимо, із наведеного матеріалу, все, що стосується хлібопекарської сировини, було продиктоване географічно-кліматичними, соціально-побутовими умовами, а також міркуваннями простої доцільності та практичності. Хочемо зацентувати увагу на невідчуженій ролі, яку відіграв емпіричний досвід при виборі то обробці компонентів майбутнього хліба. Накопичені віками народні знання цілком задовільно забезпечували автохтонів інформацією, необхідною для того, щоб із наявної сировинної бази, яка була, зазвичай, продуктом натурального господарства, отримати хлібні вироби якомога кращої якості. Людська винахідливість, яку спонукали непрості життєві обставини, давала змогу експериментувати із компонентами хлібної маси, використовувати часами нетипові продукти, які, не покращуючи органолептичні властивості хліба, все ж сприяли тому, щоб виживати мешканцям Полісся у неврожайні роки чи в час Голодомору 1932—1933 рр.

1. АА ДНЦЗКСТК. — Ф. Березне-(VII—VIII)-2013. — Од. зб. С. Ципишев, АФ-ДЗ.С.5/6.
2. АА ДНЦЗКСТК. — Ф. Березне-(VII—VIII)-2013. — Од. зб. С. Ципишев, АФ-Д4.С.3/11.
3. АА ДНЦЗКСТК. — Ф. Березне-(VII—VIII)-2013. — Од. зб. С. Ципишев, АФ-Д7.С.6/2.
4. АА ДНЦЗКСТК. — Ф. Березне-(VII—VIII)-2013. — Од. зб. С. Ципишев, АФ-Д13.С.1/26.
5. АА ДНЦЗКСТК. — Ф. Березне-(VII—VIII)-2013. — Од. зб. С. Ципишев, АФ-Д15.С.3/7.
6. АА ДНЦЗКСТК. — Ф. Володарка-(VI)-2012. — Од. зб. С. Ципишев, АФ-Д2.С.2/04.
7. АА ДНЦЗКСТК. — Ф. Володарка-(VI)-2012. — Од. зб. С. Ципишев, АФ-ДЗ.С.1/22.
8. АА ДНЦЗКСТК. — Ф. Ємільчине-(VII—VIII)-2011. — Од. зб. С. Ципишев, АФ-Д1.С.1/20.
9. АА ДНЦЗКСТК. — Ф. Ємільчине-(VII—VIII)-2011. — Од. зб. С. Ципишев, АФ-ДЗ.С.1/20.
10. АА ДНЦЗКСТК. — Ф. Ємільчине-(VII—VIII)-2011. — Од. зб. С. Ципишев, АФ-Д4.С.1/19.

11. Ципишев С.І. Звіт про відрядження у Камінь-Каширський, Любешівський та Маневидський райони Волинської області / Сергій Іванович Ципишев. — Львів, 2011. — С. 4. — (Архів МНАП у Львові ; Зв-109).
12. Ципишев С.І. Звіт про відрядження у Ковельський, Старовижівський та Турійський райони Волинської області / Сергій Іванович Ципишев. — Львів, 2012. — С. 5. — (Архів МНАП у Львові ; Зв-111).
13. Ципишев С.І. Звіт про відрядження у Любомльський, Шацький та Ратнівський райони Волинської області / Сергій Іванович Ципишев. — Львів, 2010. — 11 с. — (Архів МНАП у Львові ; Зв-106).
14. Артюх Л.Ф. Українська народна кулінарія (Історико-етнографічне дослідження) / Лідія Федорівна Артюх. — Київ : Наукова думка, 1977. — 156 с.
15. Гонтар Т.О. Народне харчування українців Карпат / Таїсія Олександрівна Гонтар. — Київ : Наукова думка, 1979. — 138 с.
16. Довженок В.Й. Землеробство древньої Русі / Василь Йосипович Довженок. — Київ : Видавництво АН УРСР, 1961. — 267 с.
17. Жарикова Г.Г. Микробиологія продовольствених товарів. Санітарія і гігієна / Галина Григорівна Жарикова. — Москва : Академія, 2005. — 298 с.
18. Зусько І. Підтоплення земель та населених пунктів у Волинській області та екологічні наслідки / Іван Зусько // Екологія і природокористування в системі оптимізації відносин природи і суспільства : матеріали III міжнар. наук.-практ. конф. 24—25 березня 2016 р. — Ч. 1. — Тернопіль : Крок, 2016. — С. 79—80.
19. Зюбровський А. Випікання повсякденного хліба українців південно-західного історико-етнографічного регіону у кінці XIX — на початку XXI століть / Андрій Зюбровський // Народознавчі зошити. — 2014. — № 2 (116). — С. 250—263.
20. Полесьє. Матеріальна культура / В.К. Бондарчик, І.Н. Браїм, Н.І. Бураковська і др. — Київ : Наукова думка, 1988. — 448 с.
21. Свидницький А. Люборацькі. Сімейна хроніка / Анатоль Свидницький. — Київ ; Ляйпціг : Українська накладка. — 303 с.
22. Своєволіна Г.В. Удосконалення технології заварних пряників : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. техн. наук: спец. 05.18.01 «Технологія хлібопекарських продуктів та харчових концентратів» / Своєволіна Галина Василівна. — Київ, 2006. — 17 с.
23. Франко І. Етнографічна експедиція на Бойківщину / Іван Франко // Франко І. Зібрання творів : у 50-ти т. — Т. 36. — Київ, 1982. — С. 68—99.
24. Ципишев С. Різновиди хліба у побуті та обрядах / Сергій Ципишев // Етнокультура Рівненського Полісся / упоряд. В.П. Ковальчук. — Рівне : ПП ДМ, 2009. — 376 с. : з іл., нот.
25. Ципишев С. Традиційне землеробство й тваринництво Рівненського Полісся / Сергій Ципишев // Збірник наукових праць Державного наукового центру захисту культурної спадщини від техногенних катастроф: зб. наук. праць. — Київ : ДНЦЗКСТК, 2012. — Вип. 1. — С. 308—324.
26. Ципишев С. Традиційні хлібні вироби Рівненського Полісся початку XX століття (За польовими матеріалами із Дубровицького та Сарненського районів Рівненської області) / Сергій Ципишев // Поліссезнавство у фольклорно-етнографічних і літературно-мистецьких дослідженнях: Наукове видання. — Рівне, 2009. — С. 99—107.
27. Ципишев С. Хлібні вироби в традиційній культурі поліщуків Зарічненщини: традиція і сучасність / Сергій Ципишев // Матеріали до української етнології: щорічник. Збірник наукових праць. — Вип. 10 (13) / НАНУ; ІМФЕ ім. М.Т. Рильського ; голов. ред. Г. Скрипник. — Київ, 2011. — С. 147—153.
28. Шумиґай І. Якість питної води та її вплив на здоров'я населення / Інна Шумиґай // Екологія і природокористування в системі оптимізації відносин природи і суспільства : матеріали II міжнар. наук.-практ. Інтернет-конф. 19—20 березня 2015 р. — Тернопіль : Крок, 2015. — С. 161—163.
29. Радзивілл В.Я. Енциклопедія сучасної України [Електронний ресурс] / В.Я. Радзивілл. — Режим доступу до ресурсу: http://esu.com.ua/search_articles.php?id=36758.
30. Федорович Д. Транспорт заліза та його регуляція у дріжджів [Електронний ресурс] / Д. Федорович. — Режим доступу до ресурсу: <http://old.lnu.edu.ua/faculty/biologh/wis/25/microbio/02/02/index.htm>.

Serhii Tsypyshev

TRADITIONAL BREAD MAKER RAW MATERIALS OF POLISCHUKS

The paper deals with the issues concerned to the bread maker raw materials of Polissia inhabitants. Processes in which these raw materials are used are described. The special attention the author calls to the technological aspects of bread baking process. Customs and beliefs related to bakery are partly observed separately.

Keywords: breadmaker raw materials, Polissia, bread, fermentation, water, yeast, customs, beliefs.

Сергій Цыпышев

ТРАДИЦИОННОЕ ХЛЕБОПЕКАРНОЕ СЫРЬЕ ПОЛЕЩУКОВ

Сделан обзор традиционного для Полесья хлебопекарного сырья, которое и до сих пор используется автохтонами. Анализируются процессы, в которых использовали это сырье, особое внимание акцентировано на их значении, рассмотрены связанные технологические и биологические моменты. Частично описана обычайность, непосредственно или косвенно касающаяся процесса хлебопечения и продуктов, которые в нем используются.

Ключевые слова: хлебопекарное сырье, Полесье, хлеб, ферментация, вода, дрожжи, тесто, обычайность.