



«Кулінарна дифузія: як польська та єврейська кухні збагатили традиційний стіл мешканців Рівненщини».

Автор: Трофімчук Вікторія Сергіївна, учениця 9-Б класу, Обласного наукового ліцею в м.Рівне.

Керівник: Омельчак Т.А., методист, вчителька історії Обласного наукового ліцею в м.Рівне.

Рівненська Мала академія наук учнівської молоді.

Мета дослідження: виявити та проаналізувати механізми взаємовпливу польської, єврейської та української кухонь на території Рівненщини, а також дослідити, які саме елементи запозичених традицій стали невід'ємною частиною сучасної локальної гастрономії.

Завдання дослідження:

- Дослідити історичний контекст співіснування громад на Рівненщині.**
 - Виокремити ключові страви та кулінарні техніки, що мають польське чи єврейське походження**
-

ЩО ТАКЕ КУЛІНАРНА ДИФУЗІЯ?

Це не просто копіювання,
а обмін. Кухня – це
найшвидший спосіб
зрозуміти сусіда. Дифузія
відбувалася через ринки,
спільні свята та змішані
шлюби.



Ярмарок у Василькові (Київщина)

ПОЛЬСЬКИЙ ВПЛИВ:КУЛЬТУРА “ПЛЯЦКІВ” ТА “МАЗУРИКІВ”

Польська кухня принесла складну випічку. Рівненські «пляцки» (багатошарові пироги) та великодні «мазурки» – це пряма спадщина польських кондитерів.



Пляцок “Сирна Вишиванка”

ПОЛЬСЬКИЙ СЛІД У М'ЯСНИХ СТРАВАХ

**БІГОС, КОВБАСИ ТА КУЛЬТУРА
ВИКОРИСТАННЯ ДИЧИННИ.**

**АДАПТАЦІЯ: ЗАМІНА РІДКІСНИХ
СПЕЦІЙ НА МІСЦЕВІ (КРІП,
ЧАСНИК), ЩО ЗРОБИЛО СТРАВИ
«НАРОДНИМИ».**



БІГОС

Єврейський вплив: Секрети «Гефілте фіш»

Фарширована риба (короп) – королева рівненських весіль. Хоча страва єврейська, вона настільки прижилася, що тепер вважається традиційно волинською

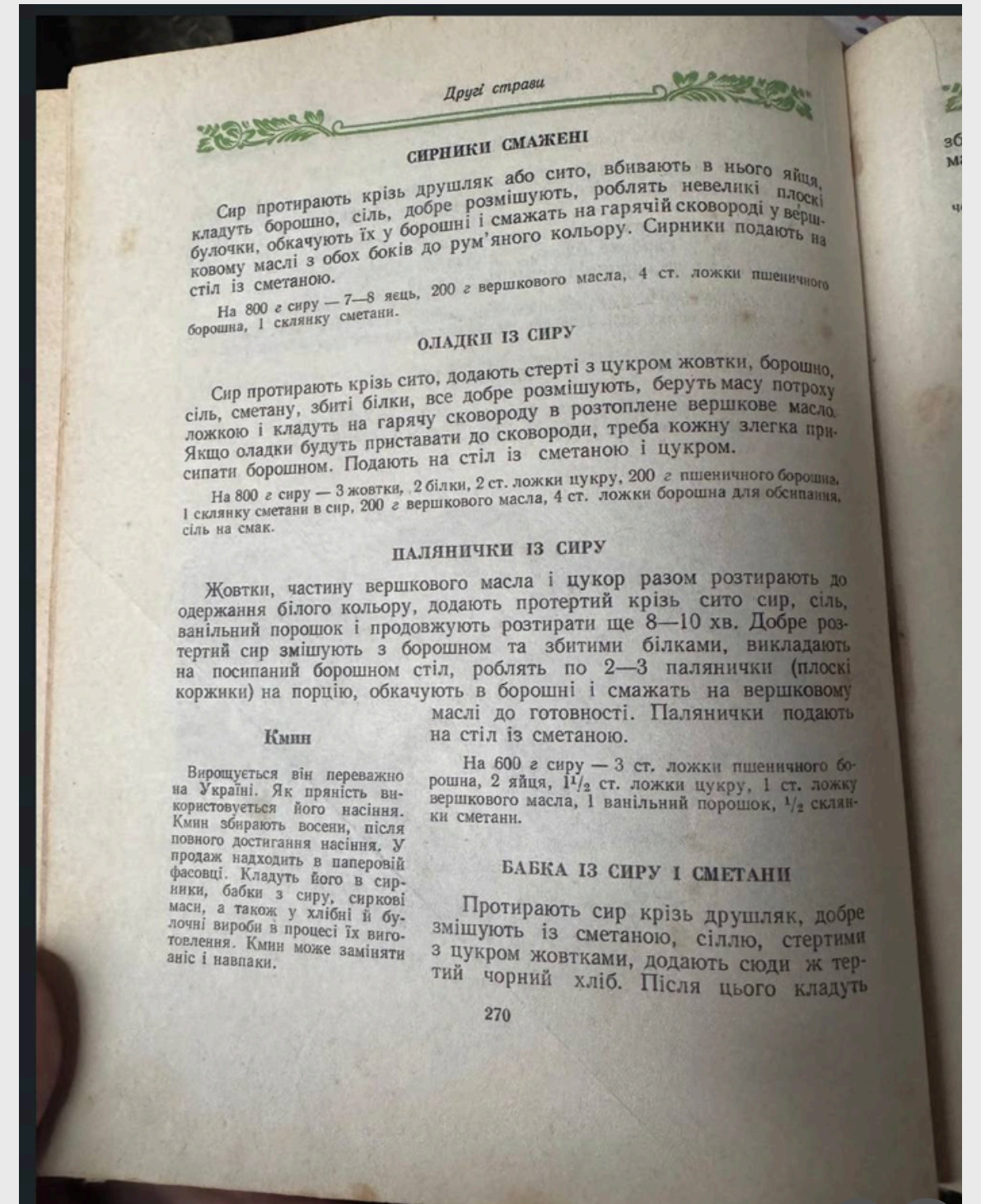


фарширований короп з овочами

ВЛАСНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ: АНАЛІЗ КУЛІНАРНИХ КНИГ

Мною були опрацьовані записи з
домашніх архівів мешканців
Рівненського району (сс. Квасилів,
Колоденка).

старовинна книга
українських рецептів



ЕКСПЕРИМЕНТ: ПОРІВНЯННЯ РЕЦЕПТУР

Порівняння автентичного польського мазурка та рівненського.

Висновок: місцеві господині спростили рецепт, зробивши його доступнішим, але зберегли форму.

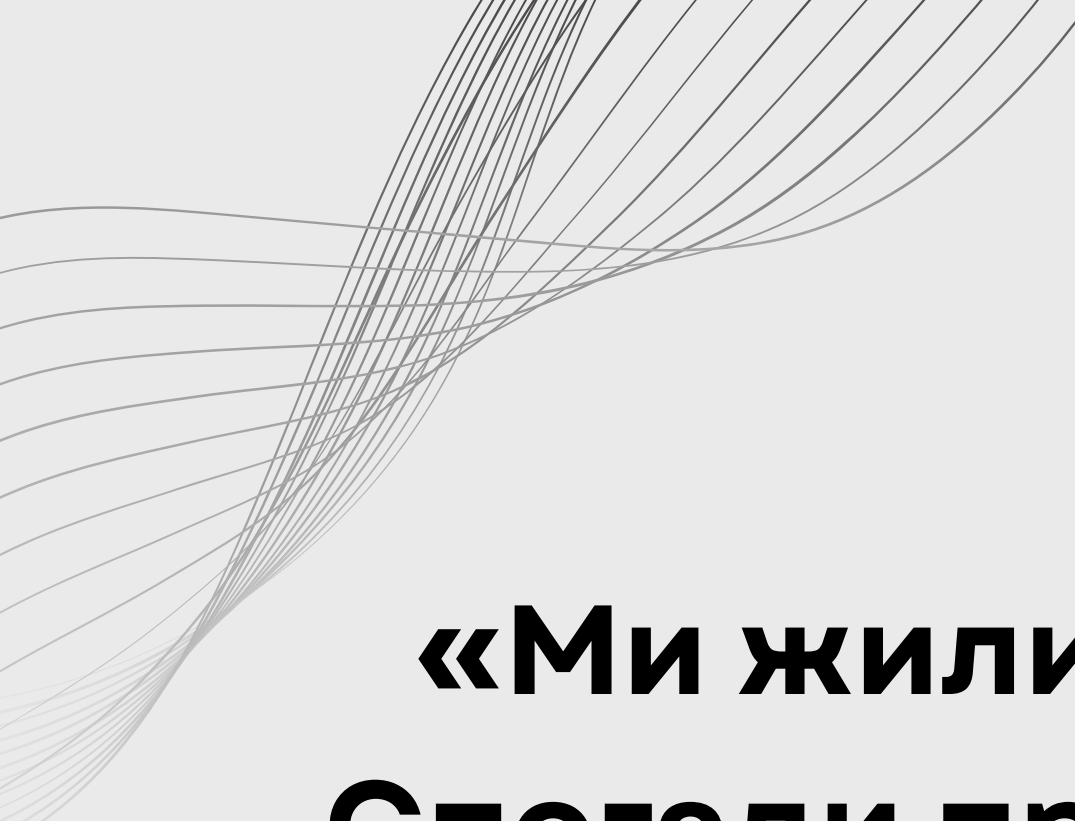
(таблиця на наступному слайді)

Порівняння рецептур:мазурок

параметр	автентичний польський оригінал	рівненська адаптація
основа тіста	тонке пісочне	класичне пісочне
вид жиру	вершкове масло	масло або домашній смалець
начинка	мигдаль, фіги, апельсинові цукати	грецькі горіхи, мак, повидло

Види мазурків





**«Ми жили через паркан і ділилися пасками».
Спогади про те, як українські господині вчилися
пекти у польок, а євреї купували продукти в
українців»**

Цитата бабусі Наталі із Квасилова



Форшмак та Цимес

Форшмак: як економна закуска з оселедця стала делікатесом. Цимес: солодка страва з моркви та сухофруктів, яку адаптували до місцевих смаків.



“форшмак”

Висновок

- Доведено, що традиційний стіл Рівненщини є результатом багатокультурного обміну. Гастрономія – це жива частина нашої історії.
- Мною впорядковано перелік страв-запозичень та зафіксовано усні рецепти, що зникають. Проєкт повертає увагу до багатокультурних коренів нашого побуту.
- Основним результатом є доказ того, що традиційний стіл регіону збагатився завдяки запозиченню технік тривалого тушкування (польський вплив) та культури використання субпродуктів і річкової риби (єврейський вплив).

Використанні джерела інформації

- 1. Артюх Л. Українська народна кулінарія. – К., 1977.**
- 2. Шкурко М. Смак волинської кухні. – Рівне, 2019.**
- 3. Зиман Л. Єврейська кухня. – К., 2005.**
- 4. Державний архів Рівненської області. Фонд 33 (Побут Волині 1921-1939 рр.).**
- 5. Електронні ресурси: yizhakultura.com,
localhistory.org.ua (<https://localhistory.org.ua/>),
(<https://localhistory.org.ua/>) polona.pl**
- 6. Власні дослідження: Інтерв'ю з мешканцями Рівненщини (2026 р.).**

Презентацію завершено

Дякую за увагу!