

**«Капустный разгуляй»
Капустные посиделки**

***Внимание! Внимание! Внимание!
Открывается весёлое гуляние!
Торопись, честной народ,
Тебя “Капустница” зовёт...***

***Мы 5 раз в ладоши хлопнем
И 5 раз ногами топнем.
Капусту в гости позовём
И “Капустник” наш начнём.***

В Киевской Руси первые упоминания о капусте относятся к 9 веку. Тогда она не была ещё так известна. Смоленский князь Ростислав Мстиславович как дорогой и особенный подарок преподнес своему другу целый огород капусты, который назывался тогда капустником. С 17 века у православных на Руси появилась своя покровительница капусты Арина-рассадница. Крестьяне старались на Арину-рассадницу, 18 мая высадить капусту. Это обещало хороший урожай.

“Капустником” в старые времена на Руси называли огород, где выращивали капусту. Это был самый любимый овощ на Руси, недаром капусту величали “первой барыней на деревне”. Изобилие капусты на Руси удивляло даже издавших виды иностранцев. Так, в XIII веке некий Корнилий де Буин писал: “В Московии произрастает обыкновенная белая капуста, которой русские заготавливают большие запасы и которую простолюдины едят по 2 раза в день”.

Заготовка капусты на зиму в России шла поздней осенью, когда при первых слабых морозах капустные вилки “свёртываются круче” и становятся более твёрдыми. Имелись общие правила, обычаи и приметы. Например, капуста, собранная в октябре, сахаристее той, что убрана в сентябре, а рубить капусту лучше на “молодой месяц”, она тогда будет крепче и вкуснее. С Воздвиженья (27 сентября) в деревнях начинали рубить капусту.

Они продолжались две недели. Молодёжь с нетерпением ожидала капустниц. Весело они проводились, с разговорами, шутками-прибаутками. Девушки ходили с песнями из дома в дом рубить капусту. Кадки во всех семьях доверху наполнялись капустой. В каждом доме накрывались столы с закусками. Входя в дом, гости поздравляли хозяев с хорошим урожаем. Девушки наряжались на капустницы и старались показать своё трудолюбие, а хозяйки присматривались, которая невеста удалая. Поселяне говорили: “Смекай, баба, капусту на Воздвиженьев день”, или “У доброго мужика на Воздвиженьев день и пирог с капустой”.

Зимние запасы считались не фунтами и килограммами, а вёдрами и бочками. Такие большие запасы трудно сделать в одиночку. А потому рубили и солили капусту женщины сообща для всей деревни, переходя из одного дома в другой. Приглашение на капустные вечерки были знаком расположения.

Выходите, красны девицы, умение своё показать,
Не пригожим лицом, а руками золотыми.
Ведь без капусты и щи-то будут не густы!

К нам приехали капустные вечера
На конях, на соболях, на лисицах, горностаях.
Уж вы, кумушки, подруженьки мои,
Вы придите поработать у меня.
Пособите мне капусту порубить,
Пособите-ка её мне усолить!
Слышен стук, входят девушки.

Девушки (*с поклоном*). Здравствуйте, Хозяин с Хозяйкой!
Вот пришли вам пособить,
Да капусту порубить.

Хозяйка. Для дорогих гостей и ворота настежь!
Дорогие гости, будьте как дома.
Наш уют домашний каждому виден:
В тесноте, быть может, да не в обиде!
Ведь изба любая, знаете сами,
Не красна углами, красна пирогами!
Всем, чем богаты, тем и рады.

Сначала – дело, затем – пироги да веселье. Ну-ка, девчата, надевайте фартуки, чтобы наряды свои не испачкать, и за работу принимайтесь.

Вот это *корыто*, а это *сечка*. Для рубки капусты в каждом доме имелось особое корыто, которое ни для чего иного не употреблялось. Вот другое приспособление – *шинковка* – специальный станок для шинкования, т.е. нарезки капусты в виде стружки, а вот это – *деревянный пест*.

Взрослые и девушки начинают рубить капусту.

Хозяйка. Рубка капусты была истинным праздником для деревенских мальчишек. Ведь известно, что дети очень любят грызть кочерыжки. Во время рубки капусты ребята по целым дням не отходили от матерей. Сначала кочаны необходимо обмыть и зачистить от испорченных и вялых листьев. Вырезав кочерыжку, кочаны нужно изрубить сечкой или нашинковать на специальной шинковке. Нашинкованную капусту тщательно перемешать с солью и шинкованной морковью в деревянной или эмалированной ёмкости.

Подготовленную капусту уложить в кадку, бочонок или стеклянную банку, трамбуя каждую новую порцию деревянным пестом или другим тупым предметом до тех пор, пока не выступит обильный сок.

Капуста квасилась с тмином, сельдереем, укропом, можжевельными ягодами. При желании в капусту можно было добавить приправы, душистый перец, лавровый лист, клюкву. Вместе с рубленой капустой заквашивали целые белые кочаны, а также огурцы последнего сбора и яблоки.

На дно бочки и поверх капусты хорошо постелить зелёные капустные листья. Накрывать капусту белой хлопчатобумажной тканью, а на неё положить деревянный кружок с гнётом, под пресс. Для гнёта лучше подобрать большие округлые камни, какие встречаются по берегам рек.

Через некоторое время под тяжестью гнёта капуста осядет и покроется рассолом. Если рассол не выступил, груз следует увеличить. Процесс брожения длится примерно неделю при температуре 18–20°.

Как только на поверхности начнут показываться пенящиеся пузырьки, капусту необходимо проткнуть в нескольких местах острой длинной палкой – острым берёзовым колом (до дна). Через эти проколы будут выходить газы, образующиеся при брожении. Через пару дней нужно сделать новые проколы. Когда капуста приобретёт белый цвет (а это бывает обычно через неделю после засолки), её следует из тёплого помещения перенести в погреб, а стеклянные банки – в холодильник. На этом процесс приготовления капусты можно считать законченным.

А какие у вас есть секреты засолки капусты?

Гости делятся своими секретами

Факты о капусте

- Место происхождения капусты до сих пор неизвестно. Вероятнее всего, появился этот овощ где-то в Азии, но точнее учёные сказать пока не могут.
- Кочерыжка является самой вредной частью капусты, потому что именно в ней скапливаются разнообразные нитраты.
- Капуста обладает полезными свойствами, которые помогают бороться с лишним весом.
- Археологические раскопки свидетельствуют о том, что капусту люди стали выращивать со времён каменного и бронзового веков.
- Способы выращивания капусты подробно описаны еще в «Домострое» — литературном памятнике России XVI века. Наши предки были уверены, что высаживать капустную рассаду необходимо 18 мая, в день Арины-рассадницы.
- Уже в XV-X веках до нашей эры капусту широко возделывали в Древнем Египте (интересные факты о Древнем Египте).
- Древние греки и римляне выращивали не более десятка сортов капусты. В девятнадцатом веке их было уже около тридцати, а в настоящее время – более сотни.
- На Руси капусту стали выращивать в IX веке.
- В квашеном виде капуста полезнее, чем в свежем. Полезные качества квашеной капусты сохраняются около 10 месяцев, поэтому есть ее можно почти весь год.
- Слово «капуста» произошло от древнегреческого «капутум» (голова), что подчеркивает своеобразную форму этого овоща. Ну а что — определённое сходство, согласитесь, есть.
- Сок капусты в народной медицине используется как антимикробное и противовоспалительное средство.
- Капуста была введена в научную медицину после обнаружения противоязвенного фактора, названного витамином U. Сок из листьев рекомендован для лечения язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, гастритов и колитов.
- Древнегреческий философ и математик Пифагор весьма ценил лечебные свойства капусты, и лично занимался её селекцией (интересные факты о Пифагоре).
- В свое время в СССР был очень популярен напиток с необычным названием — кислые щи, причём к кислым щам в современном понимании он не имел никакого отношения. Этот острый и в то же время газированный напиток готовили из капусты, разливая в бутылки из-под шампанского и давая ему немного настояться.
- Листья свежей капусты способствуют выведению из организма холестерина.
- Сок капусты – косметическое средство. Он обладает омолаживающим эффектом, поэтому его используют для ополаскивания лица и приготовления различных косметических масок.
- Капуста на 91% состоит из воды. Для сравнения, в огурцах воды 95-97% (интересные факты об огурцах).
- Капустный кочан – это огромная почка, способная перезимовать и приносящая на следующий год после прорастания плоды-стручки, в которых находятся семена.
- В квашеной капусте содержится молочная кислота, благодаря которой в кишечнике сохраняются полезные бактерии.
- 100 г сырой капусты обеспечивают более 60% суточной потребности взрослого человека в витамине С.
- В 1873 году на Венской выставке овощей овощевод Ефим Грачёв из Петербурга продемонстрировал зрителям самый крупный на тот момент кочан капусты, диаметром целых 71 см.
- Кислую капусту придумали в Древнем Китае, причём её вымачивали в вине. Известно, что еще III веке до н.э. капустой, квашеной на рисовом вине, кормили строителей Великой китайской стены (интересные факты о Древнем Китае).

Сказка про Капусту

Действующие лица: Ведущий, Зайцы – 2 чел., Капуста, Еж, Дуб.

Ведущий: Как-то осенью, чуть свет

Пригласили на обед

Зайцы модницу Капусту.

Заяц 1: Что сидеть одной и грустной?

Суп готовится у нас,

Стол накроем мы для вас!

Ведущий: Капуста ручками всплеснула,

На приглашенье улыбнулась...

Капуста. Ах, как славно! Хруп-хруп!

Зайцы мне готовят суп!

Ведущий: Капуста долго наряжалась,

В сто одежек одевалась...

(Капуста надевает халатик, жилет, пиджак, пальто, все зеленое.)

К обеду лишь управилась...

Наконец отправилась!

С настроением хорошим

Шла Капуста по дорожке.

Капуста: Хруп-хруп! Хруп-хруп!

Зайцы мне готовят суп!

Ведущий: А навстречу колюч Ёж.

Ёж: Ты куда это идёшь?

Капуста: Здравствуй, Ёжик! Хруп-хруп!

Зайцы мне готовят суп!

Ёж: К Зайцам на обед идешь?

Ой, а в суп не попадешь?

Капуста: Ты колюч, а глуп, глуп!

Зайцы мне готовят суп!

Ведущий: И пошла своей дорожкой,

Своей, хвастаясь одежкой.

Волк ей серый повстречался,

Всё Капусте удивлялся...

Волк : К Зайцам! Ну, иди, иди.

Сама в суп не попади!

Капуста: Ты могуч, а глуп, глуп!

Зайцы мне готовят суп!

Ведущий: Вот пришла к Зайцам Капуста

И за стол уселась с хрустом.

Капуста: Добрый день вам, хруп-хруп!

Подавайте, Зайцы, суп!

Ведущий: Ну, а Зайцы говорят...

Заяц 1. Покажите свой наряд!

Вы снимайте-ка пальто!

Не возьмет его никто!

(Хватает пальто и с ним убегает.

Заяц 2. У нас тепло, мороза нет.

Вы снимайте и жилет!

(Хватает жилет и с ним убегает.)

Заяц . Нарядились-то вы как! ...

Вы снимайте и пиджак!

(Хватает пиджак и с ним убегает)

Заяц . Располагайтесь, отдыхайте

И халат свой снимайте!

(Хватает халат с ним убегает)

Ведущий: Зря Капуста наряжалась!
С кочерыжкой лишь осталась!
Капуста медленно уходит, опустив голову

И капусту засолили, и народ повеселили! А тем временем пироги поспели!
До чего же вкусны пироги с капустой!

Осень, осень
Погости недель восемь
Со громами сильными
Со дождями, с ливнями
С обмолоченным снопом
И румяным пирогом!

Частушки про капусту

Ставьте ушки на макушке, слушайте внимательно,
Мы капустные частушки споём замечательно.

Ходит Катя между гряд, выдирает всё подряд:
Где капуста, где сорняк – не поймёт она никак.

Лето целое старалась, одевалась, одевалась,
А как осень подошла, все наряды отдала.

Я могу капусту квасить, от безделья не грущу.
Приходите ко мне в гости – всех капустой угощу.

Уродилась я на славу – голова бела, кудрява,
А кто очень любит щи – там меня всегда ищи.

Нарядилась Алена в сарафанчик свой зелёный,
Завила оборки густо. Узнаёшь её? Капуста!

Чтобы печка разгоралась, надо жару поддавать,
Чтоб частушка легче пелась, надо пляской помогать.

Пословицы про капусту

Пословицы про капусту, крупнощёкую барыню наших садов и огородов, появились давно. В них верно подмечены: внешний вид, характерные признаки, полезные свойства этой овощной культуры.

А давайте мы с вами поиграем и заодно вспомним какие пословицы о капусте существуют. Я вам буду называть начало пословицы, а вы завершите ее.

Вырастишь капусту – в закромах не будет..... пусто.

Капусту – детишкам, кочерыжки –..... зайчишкам.

На капустном балуне пусто никому.

Доставай кочан,угощай сельчан.

Капуста не пуста, самалетит в уста.

Капусту да щи — ешь,..... не верещи.

Капуста из куста, густа,да невкусна.

От капусты бежал, да на брюкву..... попал.

Чтоб не было пусто,вдоволь ешь капусту.

Была и капуста, а сталопусто.

Зайцу не грустно, когда естькапуста.
Пироги с капустой – вкусно,не пусто.
До чего же вкусные пирогикапустные.
Здоровье не запустим –будем есть капусту.
Ел, ел капусту, а в брюхевсё пусто.
Щей с капустой поел –..... словно шубу надел.
Капуста лучше, чемпусто.

Игра «Барыня капуста»

Про то, что капуста любит наряжаться в сто одежек – ни для кого не секрет. Как только не называют её в русских пословицах и поговорках, загадках: старик, ребёнок, Ермошка, Матрёшка, Филат, Антипка и т.д. Каждого из этих персонажей наряжают в сто одежек (пелёнок, распашонок). Вот и мы с вами сейчас нарядим нашу Барыню капусту в сто одежек, одевая каждую одежду вам нужно назвать какое-нибудь капустное блюдо.