

Оглавление

От автора.....	3
ЧТО ВАРЯТ РУССКИЕ ЛЮДИ.....	7
Каша.....	7
Кисель.....	29
Суп.....	35
Рассольник.....	46
Уха.....	52
Щи.....	61
Студень.....	68
ЧТО ПЕКУТ РУССКИЕ ЛЮДИ.....	75
Блин.....	75
Хлеб.....	82
Пирог.....	114
Каравай.....	133
Курник.....	141
Шанежка.....	147
ЧТО РУССКИЕ ЛЮДИ ГОТОВЯТ	
ПОВСЕДНЕВНО.....	155
Простокваша.....	155
Сыр.....	159
Тюря.....	166
ЧТО РУССКИЕ ЛЮДИ ГОТОВЯТ (ПЕКУТ)	
ДЛЯ РИТУАЛОВ.....	171
Кулич и пасха.....	171
Кутья.....	179
Сыта.....	193

ЧТО ПЬЮТ РУССКИЕ ЛЮДИ	199
Квас	199
Мёд	205
ЧТО ДАЕТ ПРИРОДА ДЛЯ ПИЩИ РУССКИХ ЛЮДЕЙ	215
Клюква	215
Яблоко	221
Яйцо	236
Рис	245
Апельсин	257
Заключение	265
Источники и литература	274
Указатель слов и словосочетаний	276