

**ГАСТРОНОМІЧНІ  
СКАРБОСЛОВИ  
СЕЛА ОРНИН  
НА КАМ'ЯНЄЧЧИНІ:  
ЗБІРНИК ПРИСЛІВ'ІВ  
І ПРИКАЗОК**

УДК 392.8:821.161.2-84(477.43-22Оринин)

Г 22

ББК 82.3(4УКР–4ХМЕ)–411

*Рекомендується до друку за ухвалою кафедри історії української літератури та компаративістики Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка (протокол № 1 від 26. 01. 2021 р.)*

**Рецензенти:**

**Олена Івановська**, доктор філологічних наук, професор кафедри фольклористики Київського національного університету імені Тараса Шевченка;

**Людмила Марчук**, доктор філологічних наук, професор, завідувач кафедри української мови Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка.

**Гастрономічні скарбослови села Оринин на Кам'яничині** : збірник прислів'їв і приказок / уклад.: Валерій Щегельський, Софія Рарицька. Кам'янець-Подільський : Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2021. 60 с.

До тематичного збірника ввійшли прислів'я, приказки та рецепти народних страв, записані в с. Оринин Кам'янець-Подільського р-ну Хмельницької обл., які є виразниками життєвих ситуацій, пов'язаних із культурою кулінарного комунікування (використанням продуктів харчування, натуральних спецій), пріоритетністю національної їжі, а також презентують фольклорний стиль через західноподільську говірку початку ХХІ століття.

Для учнів, студентів, викладачів, усіх, хто цікавиться народним мудрослів'ям.

УДК 392.8:821.161.2-84(477.43-22Оринин)

Г 22

ББК 82.3(4УКР–4ХМЕ)–411

© В. Щегельський,  
С. Рарицька, 2021

## **ПЕРЕДМОВА**

У комунікативній лексиці узагальненою пам'яттю народу є прислів'я та приказки, які влучно дають авторитетну, ствердну відповідь на будь-які прояви людської поведінки. Використання у мовленні прислів'їв та приказок «сприяє зібраності думки, робить висловлювання легким, гнучким, рухливим. ....ними можна, не руйнуючи образу, замінити цілі абзаци і навіть сторінки з довгим описом»<sup>1</sup>. Приповідка не терпить багатослів'я і є вербальним підсумком виконаної справи або ж провісником результативного завершення людського життя, переслідуючи повчальну ціль. Влучно дібране висловлювання відображає поетичну повноту розуму та вказує на багатство думки, мудрість сприйняття світу та слугує дипломатичним кур'єром комунікативного дару особи.

Прислів'я та приказки допомагають людині зреалізувати себе у колективі, вдома, або ж у будь-яких життєвих ситуаціях, передбачуваних і непередбачуваних. І хоча прислів'я – це рецепт, готовий підсумок того чи того життєвого відтинку, воно не є завершеним висновкуванням, а потребує глибинного осмислення, нового бачення, сприйняття, що відповідно вимагає й нових аспектів розгляду.

У буденній комунікації ми не помічаємо, скільки разів уживаємо раніше почуті вислови, які влучно (у звичайній чи алегоричній формах), замінюють те, що в іншому випадку треба було б довго пояснювати. Якщо вдумливо вслуховуватися у повсякденні наші розмови, то розмаїті приповідки чи просто цікаві вислови досить-таки продуктивні. Вони різні за змістом і смисловою наповненістю, тому й виражають глибину народної мудрості й дотепності. Велика комунікативна мережа жителів села Оринин сприяє поширенню та усному засвоєнню народних паремій, що й призводить до творення цілих «гнізд» їх варіантів. Немає, напевно, в Україні такої людини, яка б свідомо чи

---

<sup>1</sup> Прислів'я та приказки шістьма мовами: близько 2200 одиниць / уклад Г. Бігун. 2-е вид., випр. і доп. Київ : Тандем, 2003. с. 8.

підсвідомо не користувалася у своєму мовленні «цими образними поетичними шедеврами, створеними народом, перевіреними життєвим досвідом багатьох поколінь і відшліфованими протягом віків»<sup>1</sup>.

Опрацьовуючи зібраний у польових умовах матеріал, ми визначили такі тематичні групи паремій із акцентом на опорне слово: «Злакові культури», «Вироби з борошна», «Молочні продукти, яйця», «Овочі, фрукти», «М'ясні продукти», «Втамування голоду, апетит», «Процес приготування їжі», «Складники приготування страв», «Напої», «Предмети сервісу». Опираючись на ключове слово, ми виокремили паремії, які підкреслюють продуктову пріоритетність та гастрономічні вподобання жителів села Оринин, а саме: «Борщ», «Каша», «Сало», «Гриби», «Горіхи», «Мед».

Традиційна українська народна кулінарія як мистецтво приготування та споживання страв є частиною культури українського народу, яка має багатовікову історію й відображає найдавнішу галузь діяльності людини. Історики, філософи, етнографи, фольклористи відносять цей вид культури до нематеріальної. Але кулінарія безперечно торкається і певних сторін духовної культури. Про це свідчать фольклорні твори (казки, прислів'я, загадки, прикмети), релігійні обмеження (пости) й обрядові страви, навіть забобони. «Їжа, – зазначає Л. Артюх, – є одним із найбільш стійких, залежних від етнічних традицій компонентів культури»<sup>2</sup>.

Залежно від природних умов, способу господарювання, релігійних та світоглядних переконань, звичаєвого права, традицій, смакових уподобань тощо згодом виокремлювалися й етнічні особливості кухні, зокрема деяких локацій.

Українська кухня має багатовікову історію, пройшла довгий і складний шлях свого формування, тому й славиться розмаїттям страв і рецептів їхнього

---

<sup>1</sup> Прислів'я та приказки шістьма мовами: близько 2200 одиниць / уклад Г. Бігун. 2-е вид., випр. і доп. Київ : Тандем, 2003. с. 3.

<sup>2</sup> Артюх Л. Українська народна кулінарія : історико-етнографічне дослідження. Київ : Наук. думка, 1977. с. 14.

приготування. Повсякчас організм людини має отримувати у процесі харчування різноманітні інгредієнти, тому до харчового раціону будь-якої кухні входять овочі, коренеплоди, фрукти, ягоди, гриби, м'ясо, молоко, мед, риба, жири, яйця, злаки, прянощі тощо.

За розповідями старожилів, кухня українського хлібороба, незважаючи на важкість праці, не була перенасичена продуктами м'ясного виробництва. У другій половині XIX – початку XX ст. в українського селянства переважав рослинний характер харчування, адже продукти тваринництва були надто дорогими. Страви зі свинини готували два рази на рік – на Різдвяні та Великодні свята, тому у пріоритеті були продукти борошняно-круп'яного складу, оскільки зернові рослини посідали значне місце в сільському господарстві. Як свідчать археологи та історики, вирощування злакових культур на території сучасної України існувало ще за кілька тисячоліть до н.е., зокрема з періоду Трипілля. Тому в мові того часу активно побутували й паремії хліборобської тематики. Окрему тематичну групу в нашому дослідженні утворюють прислів'я та приказки про сільськогосподарські культури, зокрема жито, пшеницю, овес, просо, ячмінь, які до сьогодні залишаються важливими агрономічними культурами. Для кожної з них потрібні різні технології вирощування, так стверджує коментар: «Овес каже: сій мене в грязь – буду я князь; ячмінь каже: сій мене в болото – буду я золото, а гречка каже: сій мене хоч у воду, аби тільки впору»<sup>1</sup>. Зазначимо, що низка агрономічних настанов дійшла до нас у незміненому вираженні, однак через кліматичні зміни та привнесення новітніх технологій у землеробство сутність деяких із них губиться. Наприклад, з часів натурального ведення господарства збереглася паремія: «Клади гній густо, на току не буде пусто»<sup>2</sup>, яка підтверджує просту істину про потребу відновлення сили родючості ґрунту шляхом унесення

<sup>1</sup> Рукописний фонд навчально-наукової лабораторії етнології Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка.

<sup>2</sup> Там само.

поживних речовин органічного походження на противагу вдобрювачам, до складу яких уходять компоненти штучного виготовлення. Значна кількість висловів втратила свою справжню сутність і набула переносного значення: «На бороді вже гречка цвіте, а в голові ще і на зяб не орано» – людина доросла, але поведінка дитяча<sup>1</sup>; «Не пхай свого носа до чужого проса» – не втручайся в чужі справи, якщо тебе про це не просять<sup>2</sup>; «Скочив в гречку» – про подружню зраду<sup>3</sup> тощо.

З-поміж злакових культур особливою шаную були наділені жито та пшениця, з борошна яких випікали хліб. З далекого історичного минулого і до сьогодні хліб є основою харчування українців. Усе це висловлено і в прислів'ях: «Хліб – всьому голова»<sup>4</sup>. Навіть такий важливий продукт, як сало, без житньої крайки хліба не годиться: «Дурне сало без хліба» – хліб – основа української кухні<sup>5</sup>, натомість: «Хто знав біду, той сало їсть без хліба» – з гумором про пережиті негаразди<sup>6</sup>. Хліб постав нарижним каменем у матеріальній та духовній культурі українського етносу. З діда-прадіда в народі виховувалась повага до праці хлібороба й шана до Хліба-годувальника, тому й існує так багато висловлювань, крилатих фраз, прислів'їв, приказок щодо хліба.

Християнська етика повчає, що про хліб потрібно говорити тільки добре або зовсім нічого, щоб не гнівити Бога, однак про погану якість хліба, його гливкість місцеві жителі говорять: «Хліб, хоч коники ліпи»<sup>7</sup>, при цьому застерігаючи, що крім матеріальної потреби людина прагне і духовної: «Не єдиним хлібом людина живе»<sup>8</sup>.

---

<sup>1</sup> Рукописний фонд навчально-наукової лабораторії етнології Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка.

<sup>2</sup> Там само.

<sup>3</sup> Там само.

<sup>4</sup> Там само.

<sup>5</sup> Там само.

<sup>6</sup> Там само.

<sup>7</sup> Там само.

<sup>8</sup> Там само.

Основою батьківського повчання завжди залишається у пам'яті дітей слова, що «Лежачого хліба ніде немає» – кожна скибка хліба – це праця<sup>1</sup>, а ще прагнення батьків, щоб їхні діти вивчилися і заробляли на хліб не так важко, як вони: «Хто що знає, тим і хліб заробляє» – хороший фахівець має гарний заробіток<sup>2</sup>; «Хто вчений – їсть хліб печений, а хто дурний – їсть хліб сирий»<sup>3</sup>. Про ледачих говорили, що він «Межи хлібами вмре»<sup>4</sup> або ж «Хто пізно встає, тому хліба не стає» – пізно прокинувся – спізнився на сніданок; нічого не встиг зробити<sup>5</sup>.

У зібраних пареміях досить яскраво відображено ментальність нацменшин, які споконвіку проживають на території Орининської ОТГ, у ставленні до роботи в полі, вирощування хліба. Як зазначено в коментарі, до середини ХХ ст. щовівторка в Оринині ярмаркували, коли селяни-українці приходили на ринок, то євреї запитували в них про урожай, що зріє: «Як там наш хліб на вашому полі»<sup>6</sup>; «Не робив жид на хліб, тай циган не буде» – в кожній нації свої традиції, звичаї й види діяльності<sup>7</sup> або ж про людину, котра не любить фізичної праці: «Мужик поле обробляє, а жид хліб продає»<sup>8</sup>. Підтвердженням цьому є фразеологічний вислів «єврейський колгосп». Жителі старшого віку пригадують, як «важелі впливу» радянської влади намагалися зламати цей стереотип і таки у першій половині 30-х років ХХ ст. місцевих євреїв «загнали» до колгоспу, де були тільки євреї. Однак через рік там працювали мужики, а євреї залишилися на керівних посадах.

---

<sup>1</sup> Рукописний фонд навчально-наукової лабораторії етнології Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка.

<sup>2</sup> Там само.

<sup>3</sup> Там само.

<sup>4</sup> Там само.

<sup>5</sup> Там само.

<sup>6</sup> Там само.

<sup>7</sup> Там само.

<sup>8</sup> Там само.

Особливе значення в кулінарній традиції мають паремії з опорними словами назв страв – борщ, каша, вареники, галушки: «Борщ і каша – їда наша» – традиційна їжа українців<sup>1</sup>; «Дурниці вареники й варениці, друга справа борщ – хоч поганий, та до дідька» – про страву, яка не калорійна, проте її досхочу<sup>2</sup>.

Своєрідним маркером української традиційної кулінарії є борщ, рецептів якого відомо безліч. Невипадково культуру приготування страви внесли до Національного переліку елементів нематеріальної культурної спадщини України. На підтвердження цього факту наведемо прислів'я: «Кожна господиня по-своєму борщ варить»<sup>3</sup>; «У кожній хаті по-своєму борщ варять» – у кожній сім'ї свої традиції, звичаї<sup>4</sup>. Проте в основі традиційного українського борщу, як вважають орининці, обов'язковими складниками мають бути м'ясо, сало (затірка), гриби, що відображено в комунікативній паремійній лексиці, яка згодом набула порівняльного, іноді жартівливого значення: «Борщ без мнєса – то зупа, хлоп без вусів – то дупа», – жарт вусатих чоловіків про безвусих<sup>5</sup>; «Хоч «Хоч борщ без сала, аби душа пристала» – про пісню, але смачну їжу<sup>6</sup>; «Травневий дощ як з грибами борщ – цілющий<sup>7</sup>, або ж іноді щось несумісне: «Тинди-ринди, з маком борщ» – нісенітниця<sup>8</sup>. Кожна страва, як і борщ, стає ще смачнішою, коли вона приготовлена з любов'ю і в сімейній гармонії, але: «Як жінка нелюба, то чоловікові й борщ дома смердить»<sup>9</sup>.

---

<sup>1</sup> Рукописний фонд навчально-наукової лабораторії етнології Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка.

<sup>2</sup> Там само.

<sup>3</sup> Там само.

<sup>4</sup> Там само.

<sup>5</sup> Там само.

<sup>6</sup> Там само.

<sup>7</sup> Там само.

<sup>8</sup> Там само.

<sup>9</sup> Там само.



Від іменника «борщ» утворено дієслово «переборщити». Це слово вказує на перебільшення в будь-якій справі, надмірну дію, щось зайве тощо.

Другою стравою за частотністю вживання (крім борошняних) в українській кухні можна вважати різноманітні каші та інші страви з круп. Однак у визначенні пріоритетності можна й посперечатися, тому що каша в різні моменти життя виправдано займала гастрономічну першість, а її відсутність робила харчування неповноцінним: «Без каші обід – сирота»<sup>1</sup>.

На особливу повагу серед страв із круп заслуговують приготування з пшона, про що переконують паремії: «Аби пшоно – каша буде»<sup>2</sup>. Каші з пшона, пшениці, проса, вівса, ячменю українці варили як буденну страву, приправивши її салом із підсмаженою цибулею, шкварками, олією тощо. Така їда була ситною та висококалорійною. Каші на цій основі готували й на вихідні дні, але тільки заправляли їх маслом із коров'ячого молока; і чим його додавали більше, тим смачнішою вони були. Недаремно при дозуванні масла до каші відповідали, що «Кашу маслом не спортиш» – добре й корисне добром не зіпсуєш<sup>3</sup>; «Маслом каші не зіпсуєш» – не скупись<sup>4</sup> або «Вариш кашу – не шкодуй масла» – їжа має бути смачною<sup>5</sup>. Тваринне масло в багатьох висловах стає індикатором заможності, комфорту: «Як пиріг в маслі плаває» – веде безтурботне життя<sup>6</sup>; «Як вареник в маслі/сметані» – хтось перебуває в дуже комфортних умовах<sup>7</sup>, що іноді не цінується людською натурою.

Медоносна гречка та крупи з неї шанувалися господинями – і кашу звариш, і голубці начиниш, і кишку (кров'янку) заправиш. «Гречана каша

---

<sup>1</sup> Рукописний фонд навчально-наукової лабораторії етнології Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка.

<sup>2</sup> Там само.

<sup>3</sup> Там само.

<sup>4</sup> Там само.

<sup>5</sup> Там само.

<sup>6</sup> Там само.

<sup>7</sup> Там само.

сама себе хвалить», – гречана каша – наша традиційна їжа<sup>1</sup>.

Часто-густо статок у сім'ї визначався наявністю в коморі запасів збіжжя, з якого виготовляли крупу для приготування різних каш. Таку ситуацію ми спостерігаємо у горепам'ятні часи голодоморів або бідності в сім'ї, коли про кашу, яка варилася, говорили: «Каша – одна вода»<sup>2</sup>; вода кипить, а в ній «Каша – крупа крупу доганяє»<sup>3</sup>.

Деякі паремії у своєму потрактуванні мають історичне підґрунтя, що відображає давні закони та звичаї: «наварити каші» (в часи Київської України-Руси на знак укладання мирного договору два ворожі табори сходились і разом варили в одному котлі і їли кашу; а на деяких територіях подібний звичай існував під час укладання шлюбного договору). У сучасному сприйнятті ці вислови означають якусь проблему, ситуацію, що може мати неприємні наслідки. Ймовірно, звідси пішла приказка: «З ним каші не звариш»<sup>4</sup>, тобто не домовишся»<sup>5</sup>. Відстояти свою честь, захистити себе, сім'ю, родину означав вислів: «Не дав в кашу наплювати»<sup>6</sup>; «Сей не дасть собі в борщ/кашу наплювати» – про людину, котра вміє захистити свої інтереси<sup>7</sup>.

Ганна Віват у своєму дослідженні наводить приклад розуміння ще однієї паремії «Наварив каші – сам розхльобуй»<sup>8</sup>, «Заварив кашу – сам їж»<sup>9</sup>, яке, з її слів, досить банальне. «У давні часи [...], якщо каша не вдалася кухареві, її все одно треба було з'їдати, оскільки викидати харчі не годилося. Доїдати, як

<sup>1</sup> Рукописний фонд навчально-наукової лабораторії етнології Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка.

<sup>2</sup> Там само.

<sup>3</sup> Там само.

<sup>4</sup> Там само.

<sup>5</sup> Мицик В. Каша – мати наша : етнологічні нариси. Київ : Україна, 2002. с. 4.

<sup>6</sup> Рукописний фонд навчально-наукової лабораторії етнології Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка.

<sup>7</sup> Там само.

<sup>8</sup> Там само.

<sup>9</sup> Там само.

правило, заставляли того, хто зварив, тобто кухаря»<sup>1</sup>. У коментарі до цієї паремії йдеться про відповідальність та самостійність у вирішенні проблеми, яку сам створив. Цікавим є обряд варіння каші, який стосується шкільного навчання часів Київської Русі, коли на знак завершення навчання у церковно-приходських школах «батьки варили великий горщик каші й пригощали учнів, які успішно закінчили певний етап навчання. Діти (однокласники) веселились і гуртом поїдали кашу. Звідси й термін «однокашник»<sup>2</sup>. Натомість для дітей, котрі були непослушними, погано навчалися, було покарання у формі биття по сідницях березовою різкою, про що говорили: «Дали / Всипали березової каші»<sup>3</sup>.

Тваринний світ у пареміях ще з давніх часів набув метафоричності. На противагу пареміям із опорним словом «свиня» з негативним відтінком та переносним значенням (наприклад, «Пусти свиню під стіл, то вона й на стіл вилізе» – про нахабну людину<sup>4</sup> або некомпетентну «Розбирається як свиня в апельсинах»<sup>5</sup>, вислови про продукт, похідний від тварини – «сало», в українській харчовій культурі мають позитивне сприйняття. Наприклад, «Маєш сало в торбі, то сядеш на горбі» – якщо маєш їжу, то подолаєш будь-який складний шлях<sup>6</sup> або варіант «Хто має сало в торбі, сяде на горбі» – в дорозі потрібна їжа, щоб мати сили подорожувати<sup>7</sup>; «Після обіду полежати часок, то зав'яжеться сала кусок» – якщо після обіду поспати, то вага тіла зростає<sup>8</sup>. Водночас прислів'я з опорним словом «сало» та переносним значенням символізують

---

<sup>1</sup> Віват Г. Їжа в пареміях: на перетині культур. Одеса : ВМВ, 2017. с. 120.

<sup>2</sup> Там само, с. 106-107.

<sup>3</sup> Рукописний фонд навчально-наукової лабораторії етнології Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка.

<sup>4</sup> Там само.

<sup>5</sup> Там само.

<sup>6</sup> Там само.

<sup>7</sup> Там само.

<sup>8</sup> Там само.

негативні прояви рис характеру, які завжди засуджувалися громадою: «Залив за шкіру/комір сала» – близька людина зробила комусь підлість<sup>1</sup>; «Виліз кіт на сало, тай кричить, що мало» – про ненаситність людської натури<sup>2</sup>; «Знає кіт, чие сало з'їв»<sup>3</sup>. Остання паремія вказує на шкоду, заподіяну кимось, хто посмакував без дозволу чужими харчами, що символізує нахабність та скритність характеру, присвоєння чийхось плодів праці й досягнень. Як продукт від термічного перетоплення сала – «шкварки» набули в народі сороміцького потрактування: «Шукати в ср...ці шкварки» – дошкуляти комусь<sup>4</sup>.

Ще одним гастрономічним делікатесом залишаються вироби, які виготовляли з тонких свинячих кишок, начинених м'ясом із салом, заправлених часником та різними спеціями – ковбаси. Для довшого збереження їх кільцями вкладали у полив'яні макітри і заливали смальцем. На основі стрижневого слова «ковбаса» в народній мові витворилися розширені паремійні гнізда, наприклад: «За кавалок ковбаси чортові душу продасть» – про надзвичайно корисливу людину<sup>5</sup>; «Кіт до ковбаси ласий» – у кожного є своє слабке місце<sup>6</sup>; «Не для пса ковбаса» – коли щось комусь приписується помилково<sup>7</sup>; «Якби ковбасі крила, то кращої птиці не було б» – приповідка людей, котрі дуже люблять ковбасу<sup>8</sup>; «Минула пса ковбаса» – обставини згодом змінюються<sup>9</sup>. Зараз через різні комерційні обставини, бажання збагатитися, недотримання технології виробництва м'ясної продукції, звісно, смакові властивості

---

<sup>1</sup> Рукописний фонд навчально-наукової лабораторії етнології Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка.

<sup>2</sup> Там само.

<sup>3</sup> Там само.

<sup>4</sup> Там само.

<sup>5</sup> Там само.

<sup>6</sup> Там само.

<sup>7</sup> Там само.

<sup>8</sup> Там само.

<sup>9</sup> Там само.

прадідівської ковбаси змінилися. Низька ціна свідчить і про низьку якість продукту: «Дешеве м'ясо/ковбасу пси не їдять» – усе дешеве переважно не якісне<sup>1</sup>.

Товсті кишки начиняли кров'ю з гречаною кашею та запікали в «п'єцу». Про неабиякі смакові якості такої страви (кров'янки або просто кишки) свідчить вислів «За кусок кишки сім верств пішки»<sup>2</sup>, який характеризує «дуже корисливу й безсоромну людину». На окремих приказках позначились і деякі міжнаціональні взаємини і впливи. Наприклад, вислів «підсунути свиню» походить з часів історичних зв'язків українців із мусульманами, яким Коран забороняє їсти свинину (їм жартома підсували свиняче м'ясо чи продукти з нього).

У ХІХ ст. до давніх олійних культур України – льону, коноплі, додається ще й соняшник, який поступово витісняє попередників та займає значні площі вирощування. Однак сільське населення ще довго вживало конопляну (сім'яну) олію, до якої звикли смакові рецептори та витворилася кулінарна традиція харчування з її використанням. Олія як приправа використовувалася в українській кулінарії досить часто, однак вона цінувалася набагато нижче від сала чи вершкового масла і була продуктом біднішої верстви населення: «Трошки надії, трошки олії, і животію»<sup>3</sup>. Нестача такого компонента створювала дискомфорт не тільки в харчуванні. На цій основі пізніше витворилася фраза, яка характеризувала й розумові вади людини: «В тебе шо олії в голові не вистачає?»<sup>4</sup>; «Як нема олію (олії) в голові, то й не доляєш»<sup>5</sup>.

Ми записали ще один ряд паремій, які відображають заняття, що приносять невеликий дохід та урізноманітнюють систему харчування місцевих

---

<sup>1</sup> Рукописний фонд навчально-наукової лабораторії етнології Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка.

<sup>2</sup> Там само.

<sup>3</sup> Там само.

<sup>4</sup> Там само.

<sup>5</sup> Там само.

жителів. Наявність лісу та річки Жванчик сприяло поширенню збиральництва та рибальства. Навіть сучасні рибалки жартують: «Добра справа карасі: якщо сам не з'їш, то продаси»<sup>1</sup>. Своєрідною заклиальною магією на початку рибалки є декількаразове повторювання слів «Ловись, рибко, велика й маленька»<sup>2</sup>, яке набуло на сьогодні трактування, що «в господарстві все пригодиться».

Досить-таки поширена структура приказок у формі дилеми – двох взаємовиключних компонентів: «Або рибку з'їсти, або на дно сісти»<sup>3</sup>. В українському фольклорі побутує ще один вислів, побудований на подвійному запереченні предмета: «Ні риба ні м'ясо»<sup>4</sup>; «Ні риба ні м'ясо, а щось ніби гриб» – про щось зовсім незрозуміле<sup>5</sup>; «Ні риба ні м'ясо, і в раки не годиться» – про щось зовсім незрозуміле<sup>6</sup>; «Ні риба ні м'ясо, ні кафтан ні ряса» – про щось незрозуміле<sup>7</sup>. Українці здавна навчилися визначати не тільки смакові, а й якісні властивості дарів природи, даючи їм порівняльну характеристику: «Від дешевої рибки не побіжиш вистрибки» – малокалорійна їжа не дає повноцінної енергії людському організмові<sup>8</sup>; «Нема над рибу ленини, над м'ясо свинини, над ягоду сливки, над дівку попівни» – з гумором про найвищу якість<sup>9</sup>; «Дешева юшка – то смердяча рибка» – все дешеве переважно не якісне<sup>10</sup>; «На безрибії і рак риба» – про спробу щось замінити<sup>11</sup> і, нарешті, сучасна імпровізація: «Найкраща риба – ковбаса» – для багатьох ковбаса смачніша за

<sup>1</sup> Рукописний фонд навчально-наукової лабораторії етнології Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка.

<sup>2</sup> Там само.

<sup>3</sup> Там само.

<sup>4</sup> Там само.

<sup>5</sup> Там само.

<sup>6</sup> Там само.

<sup>7</sup> Там само.

<sup>8</sup> Там само.

<sup>9</sup> Там само.

<sup>10</sup> Там само.

<sup>11</sup> Там само.

рибу<sup>1</sup>. Досить чітко простежується в паремійній тематичній групі з ключовим словом «риба» поведінка людини, яка застерігає бути обережним у стосунках: «В каламутній воді рибу ловить» – про людину, котра наживається на людській біді<sup>2</sup>; «Знов за рибу гроші» – повернення до старих гріхів<sup>3</sup>; «Мовчить, як риба в воді» – про мовчазну, неговірку людину<sup>4</sup>; «Носиться як кіт з оселедцем» – про про надокучливу людину<sup>5</sup>; «Риба гниє з голови» – всі негаразди в колективі через нефаховість керівника<sup>6</sup>; «Риба не без кісток, а чоловік не без злості» – виправдання своїх негативних емоцій і вчинків<sup>7</sup>; «Риба шукає, де глибше, а людина, – де краще» – виправдання корисливої поведінки<sup>8</sup>; «Як риб'яча кістка в горлі» – надзвичайно боляче, неприємно і навіть небезпечно<sup>9</sup>; «Печених раків раків продавати» – перебувати в дуже незручній ситуації<sup>10</sup>; «Ще риби не зловили, а юшку вже варять» – справи ще не розпочали, а за майбутній прибуток уже посварилися<sup>11</sup>; риси характеру, зовнішність: «Червоний як рак печений» – почервонів від сорому<sup>12</sup>; «Суха як таранька» – худа людина<sup>13</sup> тощо.

Спостерігаючи за явищами природи, місцяни помічали, що після дощу та теплого клімату в лісі з'являється багато різноманітних грибів, з яких готували різні смачні страви, солили, сушили і т. інше. В подальших буденних справах

---

<sup>1</sup> Рукописний фонд навчально-наукової лабораторії етнології Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка.

<sup>2</sup> Там само.

<sup>3</sup> Там само.

<sup>4</sup> Там само.

<sup>5</sup> Там само.

<sup>6</sup> Там само.

<sup>7</sup> Там само.

<sup>8</sup> Там само.

<sup>9</sup> Там само.

<sup>10</sup> Там само.

<sup>11</sup> Там само.

<sup>12</sup> Там само.

<sup>13</sup> Там само.

вони вербалізували своє спостереження, говорячи: «Росте, як гриби після дощу»<sup>1</sup>. Однак за умови хорошого врожаю грибів люди піклуються й про основний харч – хліб; їхня турбота конденсується в прикметі: «Багато грибів – мало хліба»<sup>2</sup>. Для лінивих людей, котрі хочуть щось мати, але при цьому не докладати зусиль, знайдеться відповідь: «Ех, якби та й в роті росли гриби, до лісу не ходив би»<sup>3</sup> або «Якби в роті/ср...ці росли гриби, то в ліс не ходив би»<sup>4</sup>.

Про напої, особливо спиртні, як і про справи кепкувальні, бешкетливі, інколи з грубувато зниженою лексикою не вартувало б мовити ні слова, але «нерідко серед почутих і записаних прислів'їв і приказок трапляються паремії сороміцького характеру, які ми свідомо не вилучали з контексту, оскільки вони вражають образністю, римою, збагачують український словник, несуть таку інформацію, яку неможливо почерпнути більше ніде»<sup>5</sup>. Торкнувшись глибинних пластів народної звичаєвості, можемо помітити досить високу культуру традиційного українського застілля, коли «за давніми звичаями під час гостин на столах не було окремих чарок для кожного гостя, а тим паче спиртних напоїв, які гості могли б наливати самі собі стільки, скільки кому забагнеться. У давнину горілкою (вином, медом, варенухою) не поїли, а частували, і чарка була одна на всіх. Гості їли страви, співали, спілкувалися і чекали, поки до них дійде «колія» – черга частування»<sup>6</sup>. За весь час гостин кожному дорослому чоловікові та жінці тричі підносили чарку, припрошуючи

---

<sup>1</sup> Рукописний фонд навчально-наукової лабораторії етнології Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка.

<sup>2</sup> Там само.

<sup>3</sup> Там само.

<sup>4</sup> Там само.

<sup>5</sup> Мудрослови села Оринин на Кам'яничині : збірник прислів'їв і приказок / уклад. В. Щегельський, С. Рарицька. Кам'янець-Подільський : Кам'янець-Поділ. нац. ун-т ім. І. Огієнка, 2020. с. 4.

<sup>6</sup> Творун С. Практична етнологія для ділових людей : навч. посіб. Вінниця : Книга-Вега, 2005. с. 143.



випити: «Навіть у бідній хаті п'ють три чарки»<sup>1</sup>. На сьогодні ми зафіксували ще один вислів: «Після третьої не припрошують»<sup>2</sup>. Мудрі люди говорять, що ще жодна пісня чи гарне слово під час застілля не зробили ні з кого алкоголіка, навіть якщо в них говориться про пияцтво, а, навпаки, висміюючи окремі людські вади, спонукали її замислитися. Пиятика завжди засуджувалася мораллю: «Горілка – не дівка, здоров'ю злодійка» – про алкоголізм<sup>3</sup>; «Горілочка – кума, хоч кого зведе з ума» – алкоголь затуманює мозок<sup>4</sup>; «Немає негарних жінок, а просто мало випито горілки» – в стані алкогольного сп'яніння чоловікам важко контролювати свої вчинки<sup>5</sup>; «Господи, за що Ти мене караєш: чи я горілки не п'ю, чи я жінки не б'ю, чи я церкви не минаю, чи я в кафе не бухаю?» – сповідь «ділової» людини<sup>6</sup>. Вживання хмільних напоїв є буденним і сьогодні. Пригадаємо заложену фразу в повсякденному побуті: «Якби знаття, що у кума пиття, то й до магазину не ходили б»<sup>7</sup>. А хто відмовиться випити, та ще й «надурняка»?

Найбільший відсоток у нашому дослідженні становлять паремії, які відображають процеси приготування / споживання страви та вміння її подати. Із дотепом говорять про господиню та її кулінарні здібності: «Видно Гапу, що пекла папу, бо ср...ка в тісті» – про дуже неакуратну господиню<sup>8</sup>; «Вміла готувати, та не вміла подавати» – жарт про кухарку, котра подає найсмачніші страви в кінці застілля<sup>9</sup>; «Варила, не варила, аби гарно говорила» – про жінку,

---

<sup>1</sup> Рукописний фонд навчально-наукової лабораторії етнології Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка.

<sup>2</sup> Там само.

<sup>3</sup> Там само.

<sup>4</sup> Там само.

<sup>5</sup> Там само.

<sup>6</sup> Там само.

<sup>7</sup> Там само.

<sup>8</sup> Там само.

<sup>9</sup> Там само.

котра не нагодує, але гарно говоритиме<sup>1</sup>; «Вари, ср...ко, борщ, а я піду на солдатів дивитися» – коли щось робиться абияк<sup>2</sup>.

Існує безліч інших паремій про різні харчові продукти та страви, що здавна були популярними в українській кухні. Українські паремії, що належать до харчового сегмента побутової культури не тільки репрезентують традиційні продукти харчування та страви, а й бажання сімейного добробуту, щасливого та забезпеченого життя, впевненості в безбідному майбутті своїх дітей і внуків, що притаманне й сподіванням та бажанням інших людей у всьому світі. Дослідження паремійного корпусу, що стосується харчового сегмента побутової культури, – тема перспективна, яка ще чекає на своїх дослідників, оскільки є вагомою, але малодослідженою часткою побутової культури українського етносу.

Отже, прислів'я та приказки – це складова частина культури народу, його неоціненний скарб, яким він володіє з давніх часів і яким збагачує теперішні та збагачуватиме майбутні покоління людства. Всі види словесного мистецтва пов'язані з народним афористичним словом, яке робить наше мовлення влучним, точним, дотепним. Народні вислови проникають у мову публіцистики, науки і навіть міжнародної дипломатії.

Дослідження прислів'їв зараз активно проводиться в усіх країнах світу, створюються численні фундаментальні й популярні збірки, видаються наукові праці, здійснюються спроби міжнародних класифікацій паремій.

Кожну паремійну одиницю можна визначити як мистецький твір, певним чином організовану, естетично заряджену й стилістично оформлену. В ній простежується нерозривна єдність змісту та художньої форми, а її надзвичайна експресивність досягається різними способами.

Отож досліджені нами народні паремії дозволяють стверджувати, що базисною основою українських традицій харчування є все ж таки селянська їжа,

---

<sup>1</sup> Рукописний фонд навчально-наукової лабораторії етнології Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка.

<sup>2</sup> Там само.

наповнена компонентами природного походження, що репрезентують смакові вподобання жителів окремого регіону в проєкції на виокремлену нами, як об'єкт дослідження, локацію – село Оринин Кам'янець-Подільського району Хмельницької області.

Ми з'ясували ще один чинник, що визначає стійкість української кулінарної традиції, яка пов'язана з сімейним побутом, де приготування їжі – «справа жінок, а жіноцтво в минулому вважалось найбільш консервативним носієм культурно-побутових традицій»<sup>1</sup>, берегинями домашнього вогнища.

Важливими є проблеми дослідження внутрішнього змісту паремій (пошуки джерел походження, еволюція форми і змісту, вивчення історичного підґрунтя, тематична характеристика, семантика, визначення жанрових різновидів та ін.). Не менш важливе питання форми (композиція прислів'їв, поетика). Мало вивчена й проблема варіантності приказок (їх розгалуження і зміна значення на різних територіях, утворення тематичних гнізд і т. ін.), полісемантичності значень, міжнаціональних запозичень (етнічні, типологічні зіставлення) та ін.

Своєю унікальністю вирізняються кулінарні книги господинь с. Оринин, які містять найрізноманітнішу інформацію про назви страв, складники та способи їх приготування. Невербальною особливістю таких записів є коментар у назві страви, де зазначено ім'я, прізвище, а іноді й прізвисько особи, від котрої почуто / записано власником книги рецепторну інформацію. Володіючи такою базою даних, легко можна визначити комунікаційну кулінарну культуру респондента та його вподобання, а також межі поширення, межі популярності певного продукту та похідної від нього їжі.

Отже, наше дослідження на часі і є важливим джерелом вивчення малих форм українського фольклору не тільки на етнорегіональному рівні, а й у проєкції на загальнодержавне узагальнення.

---

<sup>1</sup> Лук'яненко Г. Українська кулінарія як складова культури народу. *Трудове навчання*. 2008. № 3.

## ПРИСЛІВ'Я ТА ПРИКАЗКИ ПРО ХАРЧОВІ ТРАДИЦІЇ С. ОРІНИН КАМ'ЯНЕЦЬ-ПОДІЛЬСЬКОГО Р-НУ ХМЕЛЬНИЦЬКОЇ ОБЛ. З КОМЕНТАРЯМИ

### **Р**иба

*Б'ється як риба об лід – про людину, котра потрапила в скруту і з усіх сил намагається щось змінити*

*Від дешевої рибки не побіжиш вистрибки – малокалорійна їжа не дає повноцінної енергії людському організмові*

*В каламутній воді рибу ловить – про людину, котра наживається на людській біді*

*Дешева юшка, то смердяча рибка – все дешеве переважно не якісне*

*Добра справа карасі: якщо сам не з'їш, то продаси – рибальський жарт*

*Знов за рибу гроші – повернення до старих гріхів*

*Ловись, рибко, велика й маленька – в господарстві все пригодиться*

*Мовчить, як риба в воді – про мовчазну, неговірку людину*

*На безрибії і рак риба – про спробу щось замінити*

*На те в ставі щука, щоб карась не дрімав – керівник контролює виконання підлеглими своїх обов'язків*

*Найкраща риба – ковбаса – для багатьох ковбаса смачніша за рибу*

*Не вчи орла літати, а рибу плавати – не навчай спеціаліста його ж ремесла*

*Не вчи рибу плавати – не втручайся не в свої справи*

*Нема над рибу ленини, над м'ясо свинини, над ягоду сливки, над дівку попівни – з гумором про найвищу якість*

*Ні риба ні м'ясо – безхарактерна людина*

*Ні риба ні м'ясо, а щось ніби гриб – про щось зовсім незрозуміле*

*Ні риба ні м'ясо, і в раки не годиться – про щось зовсім незрозуміле*

*Ні риба ні м'ясо, ні кафтан ні ряса – про щось незрозуміле*

*Носиться як кіт з оселедцем – про надокучливу людину*

*Печених раків продавати – перебувати в дуже незручній ситуації*

*Риба гниє з голови – всі негаразди в колективі через нефаховість керівника*

*Риба не без кісток, а чоловік не без злості – виправдання своїх негативних емоцій і вчинків*

*Риба шукає, де глибше, а людина, – де краще – виправдання корисливої поведінки*

*Суха як таранька – худорлява людина*

*Червоний як рак печений – почервонів від сорому*

*Ще риби не зловили, а юшку вже варять – справи ще не розпочали, а за майбутній прибуток уже посварилися*

*Я з тобою як риба з водою – про життєдайний зв'язок*

*Як риб'яча кістка в горлі – надзвичайно боляче, неприємно і навіть небезпечно*

## **Вироби з борошна**

*Багато снігу – багато хліба – весною сніг розстане, земля наповниться вологою, гарний буде урожай*

*Вареників сметаною не зіпсуєш – добротою добре не зіпсуєш*

*Говорить, ніби три дні хліба не їв – дуже тихо говорить*

*Досталося на бублики – моральне покарання*

*Дурне сало без хліба – хліб – основа української кухні*

*Добру ріллю ори плугом, а хліб буде – хто працює, той має хліб*

*Запишився як ячмінний пиріг – про пихату людину*

*Зароблений сухар смачніший за вкрадений бублик – усе зароблене власноруч  
цінніше за інше*

*Заставить біда коржі з салом їсти – невелика та біда, коли є коржі і сало; хоч  
вередливий, але голодний їстиме будь-що*

*Зима без снігу – літо без хліба – мало снігу зимою – мало вологи в ґрунті  
весною – поганий урожай літом*

*З чужої торби хліба не жалко – чуже не шкода роздавати*

*Ламається, як гречаний вареник – намагання людини показатися перед іншими  
кращою, ніж вона є насправді*

*Лісу – хоч бійся, води – хоч мийся, а хліба – хоч плач – про матеріальну скруту*

*Лежачого хліба ніде немає – кожна скибка хліба – це праця*

*Мати межі хлібами вмерла – зерно останнього врожаю закінчилося, а наступне  
ще не дозріло*

*Межі хлібами вмере – про ледачу людину*

*Млин меле – мука буде, язик меле – біда буде – погані розмови призводять до  
чвар*

*Мужик поле обробляє, а жид хліб продає – про людину, котра не любить  
фізичної праці*

*Напекла пирогів, що й пес не перескочить – дуже багато наготувала*

*На чужий каравай рота не роззявляй – не прагни чужого майна*

*Не біда. Аби діти вдавалися, а хліб можна й перепекти – з гумором про якусь  
невдало виконану роботу*

*Не єдиним хлібом людина живе – крім матеріального, ще є духовне*

Не робив жид на хліб, тай циган не буде – *в кожній нації свої традиції, звичаї й види діяльності*

Не щипи в муку і не роби порохи – *ніколи не роби того, за що буде соромно*

Одежі – що на ньому, а хліба – що в ньому – *про скруту*

Ото, мамцю, хлібець вдався. Попід шкіру котик грався, сім раз котик цапки став, а до шкіри не дістав – *про невміло спечений хліб*

Перемелеться – мука буде – *все минеться*

Пес тікає не від колача, а від меча – *людина намагається уникнути неприємностей*

Поганому животу й пироги на шкоду – *кожне захворювання має особливе лікування*

Поки діда, доти хліба – *чоловіки споконвіку намагаються забезпечити сім'ю матеріально*

Розбирається як теля в пирогах – *про людську некомпетентність*

У старій печі пече чортик калачі – *про літню людину, котра вдає з себе молоду*

Хліб, хоч коники ліпи – *про гливкий хліб*

Хліб на хліб не помішає – *примноження матеріальних благ ніколи не зашкодить*

Хто вчений – їсть хліб печений, а хто дурний, їсть хліб сирий – *повчання батьків дітям*

Хто дав зуби, той дасть і хліб до губи – *невиправдана безтурботність щодо забезпеченості*

Хто з язиком, той з пирогом – *про вміння комунікувати*

Хто пізно встає, тому хліба не стає – *пізно прокинувся – спізнився на сніданок*

Хто що знає, тим і хліб заробляє – *хороший фахівець має гарний зарібок*

Чого ти ламаєшся як гречаний вареник – *про надмірну манірність*

Як вареник в маслі/сметані – *хтось перебуває в дуже комфортних умовах*

*Якщо не пиріг, то і не пирожиння; коли не тямш, то й не берися –  
застереження не братися за незнайому справу*

*Як пиріг в маслі плаває – веде безтурботне життя*

*Як там наш хліб на вашому полі – до середини ХХ ст., щовівторка, в Оринині,  
ярмаркували, коли селяни-українці приходили на ринок, то євреї  
запитували в них про урожай, що зріє*

*Яка пшениця, така й паляниця – про естафету поколінь благополуччя й  
добробуту*

## **Борщ**

*Борщ без мнєса – то зупа, хлоп без вусів – то дупа – жарт вусатих чоловіків  
про безвусих*

*Борщ і каша – їда наша – традиційна їжа українців*

*Дурниці вареники й варениці, друга справа борщ – хоч поганий, та до дідька –  
про страву, яка не калорійна, проте її досхочу*

*Їжте борщ – добрий борщ. Мама їли, тато їли, псам давали, ті не хтіли. Їжте  
борщ – добрий борщ – про несмачну їжу*

*Кожна господиня по-своєму борщ варить – у кожній сім'ї свій лад*

*Назвався грибом, то лізь у борщ – якщо похвалився чимось, пообіцяв, то вже  
виконуй*

*Сей не дасть собі в борщ/кашу наплювати – про людину, котра вмє захистити  
свої інтереси*

*Тинди-ринди, з маком борщ – нісенітниця*

*Травневий дощ як з грибами борщ – цілющий*

*У кожній хаті по-своєму борщ варять – у кожній сім'ї свої традиції, звичаї*

*Хоч борщ без сала, аби душа пристала – про пісну, але смачну їжу*



*Хоч грибом назви, тільки в борщ не кидай – про байдужу людину*

*Як у борщ нас...ав – про підлість*

*Як жінка нелюба, то чоловікові й борщ дома смердить – у сім'ї гармонія має бути у всьому*

## **Каша**

*Аби пшоно – каша буде – без нічого й нічого не буває*

*Без каші обід – сирота – харчування має бути повноцінним*

*Гречана каша сама себе хвалить – гречана каша – наша традиційна їжа*

*Кашу маслом не спортиш – добре й корисне добром не зіпсуєш*

*Каша – одна вода – каша у невмілої господині; свідчення бідності у сім'ї*

*Каша – крупа крупу доганяє – приготування каші у бідній сім'ї*

*Маслом каші не зіпсуєш – не скупись*

*Не дав в кашу наплювати – відстояв свою честь*

*Якої каші наварив, то мусиш її з'їсти – сам зіпсував стосунки з кимось – сам і виправляй, змінюй ситуацію*

## **Мед**

*Бджола носить мед не для себе, вівця носить шерсть не для себе, старий женеться не для себе – все відбувається згідно з законами природи*

*З однієї квітки змія бере яд, а бджола – мед – про поєднання позитивного і негативного*

*Коли вели медведя до меду, то вуха пообривали, а як тягли від меду, то хвіст відірвали – про надзвичайно вперту людину*

*Ложка дьогтю в бочці меду – один неправильний учинок може зіпсувати все*

*Меду, квасу, капервасу, зимної води, перднути туди – нема кращої масти, щоб прикласти – про неякісні ліки чи знахарські поради*

*Передав куті меду – перестарався*

*Хто вперед, тому мед – найбільший вибір, звісно, у першого*

*Як мед – то ложкою – доброго й смачного хочеться багато*

*Щоб вам коти меду наносили – прокльон-жарт*

### **Молочні продукти / Яйця**

*Балакають як ср...ка з квасним молоком – про безглузду, безмістовну бесіду*

*Бігають як біля розбитого яйця – про надмірну опіку над кимось*

*Білий як молоко – сивина у волоссі*

*В корови молоко на язиці – як корову нагодують такий удій молока отримають*

*Дується як молоко – про сердиту людину*

*Є в глечику молоко та голова не влізе – про відсутність здорового глузду в голові*

*Йде як по маслу – щось легко і без зайвих зусиль робиться*

*Кип'яченим молоком обпікся, а тепер на холодну воду дує – про людину, котра через пережиту невдачу виявляє надмірну обережність*

*Лице як перепелине яйце – рябе обличчя*

*На завтра тільки сир відкладають – не зволікати, а негайно братися до роботи*

*Немає тої курки, щоб несла золоті яйця – немає сторонньої матеріальної підтримки*

*Не масти мені голову сметаною – про викриття обману, брехні*

*Сивий як молоко – повністю сивий*

*Сонце світить, дощик йде, наша відьма масло б'є – про дощ сонячного літнього дня; колись люди вірили, що саме за такої погоди відьми роблять масло з краденого молока від чужих корів*

*У ялової корови молока не випросиш – якщо в людини чогось немає, то вона тобі не дасть*

*Як подивиться, то молоко скисне – людина з дуже непривітним, незадоволеним поглядом*

*Як нема щастя на молоці, то не буде на сирватці – долю не обманиш і не обманиш*

*Як молоко звурдився – скривився, демонструє незадоволення*

*Як гляне, то молоко скисає – про людину, котра все сприймає негативно*

*Якби щитав сир і сметану, то пирогів не їв би – про людську скнарість*

*Яйці курей вчать – значно молодший за віком підказує, як діяти старшому*

## **Сало**

*Виліз кіт на сало тай кричить, що мало – про ненаситність людської натури*

*Воші сало з'їли, а гниди на поселю сіли – про педикульоз*

*Залив за шкіру/комір сала – близька людина зробила комусь підлість*

*Знає кіт, чиє сало з'їв – відчуття провини за скоєне*

*Маєш сало в торбі, то сядеш на горбі – якщо маєш їжу, то подолаєш будь-який складний шлях*

*Після обіду полежати часок, то зав'яжеться сала кусок – якщо після обіду поспати, то вага тіла зростає*

*Хто має сало в торбі, сяде на горбі – в дорозі потрібна їжа, щоб мати сили подорожувати*

Хто знав біду, той сало їсть без хліба – з гумором про пережиті негаразди

Шукати в ср...ці шкварки – дошкуляти комусь

## Олія

В тебе шо олії в голові не вистачає? – дорікання комусь за необдумані вчинки

Нудний як фляки з олієм – про дуже нудну людину

Трошки надії, трошки олії, і животію – життя неможливої людини

Як нема олію (олії) в голові, то й не доляєш – дорікання комусь за необдумані вчинки

## Гриби

Багато грибів мало хліба – про дощове літо

Ех, якби та й в роті росли гриби, до лісу не ходив би – про щось неможливе

Не всяка губа печериця – про добірність, вишуканість, вищу якість

Підпеньки з'явилися – літо закінчилося – опеньки – символ осені

Росте, як гриби після дощу – про швидкий ріст дитини

Сидить як гриб – непорушний; впертий

Сидить як печериця під плотом – про непорушність, домосідство, пасивність

Старий як гриб – про дуже літню людину

Тоди по гриби ходят, коли вони родят – про своєчасність

Якби в роті/ср...ці росли гриби, то в ліс не ходив би – щоб отримати щось, потрібно чимало працювати

Якщо ти мені муж, то будь мені дуж, а як не гриб, у кошик не лізь – про подружні інтимні стосунки

## **О**вочі / **Ф**рукти

Адам з'їв кислицю, а в нас оскома на зубах – *хтось грішить, а хтось цей гріх спокутує*

Високий як тополя, а дурний як фасоля – *хоч доросла людина, але недоумкувата*

Влюбився як чорт в суху грушу – *про надзвичайне захоплення*

Гарбуз-диня – ср...ка синя, гарбуз-масло – ср...ка красна – *йдеться про життєві моменти, коли труднощі з харчами*

Горох на ньому молотили – *про вражене віспою обличчя*

Досталося на кабачки – *моральне покарання*

Дуже ласа їда – з часником лобода – *про малокалорійну їжу*

Душа з перцем, а думка з часником – *про внутрішні протиріччя*

Живу як хробак у хріні – *про надзвичайно важке життя*

Жовтий, як диня – *хворий на вигляд чоловік*

Забудь ласощі – паслін і цибулю, а за тяжку свою працю отримай під ніс дулю – *з іронією про „приємне“*

Злидні та ще й з перцем – *про претензійних людей*

Їмо бараболі і не клянемо долі – картопля – *найчастіше використовуваний овоч у селі для їжі*

Й між доброю капустою бувають гнилі качани – *про лукаву, підлу, погану людину*

Квашений огірок вже не буде свіжим – *літня людина ніколи не стане юною*

Коби цвіт, а ягоди будуть – *добрий початок – гарний результат*

Коли є горох, капуста, то хата не пуста – *про безбідне життя; з гумором про харчі від, яких посилюється газовиділення*

Моркву стругати/шкрябати – *тобто сваритися*

Надоїв як гіркий хрін/редька – *про надокучливу людину*

На вербі грушки ростуть – *про якусь небилицю*

На неї вже давно вовки часник товчуть – *про хвору свійську тварину*

Печеним гарбузом пригостили – *отримав відмову*

Раз пішла така вже п'янка – ріж останній огірок – *жарт про використання того, чого не передбачалося*

Розбирається як свиня в апельсинах – *про людську некомпетентність*

Сидить як морква в грядці – *непорушний, впертий, незворушний*

Сухий як перець – *дуже сухий*

Терен грушок не родить – *розповідь про небилиці*

Ти йому про образи, а він тобі про гарбузи – *непорозуміння між комунікантами*

Ти йому про цибулю, а він тобі про часник – *непорозуміння між комунікантами*

Шкрябти редьку – *докоряти комусь, ганьбити когось*

Яблуко від яблуні далеко не відкотиться – *загалом діти повторюють поведінку своїх батьків*

Яка яблунька, такі і яблука – *діти подібні до своїх батьків*

Не вартий і печеної цибулі – *про маловартісність*

Ось тобі, Гапко, й червоне япко – *так говорять тому, хто мав надію на якесь добро, а натомість отримав клопіт; до дівчини вперше залицявся парубок, а потім відвернувся*

Получиш на кабачки – *попередження дитині про покарання за непослух*

Серце з перцем, а душа з часником – *про надзвичайно емоційну, не завжди врівноважену людину*

Скік-скік через попів тік, та до Гапки в горох, ой як гарно удвох – *про подружню зраду*

*Файне ябко свинка з'їла – про гарну дівчину, котра невдало вийшла заміж*

*Часник на кого-небудь гризти – замислити щось зле*

*Червоне яблуко, а хробашливе – гарна дівчина, проте хвороблива*

*Чуже лихо за ласощі, своє за хрін – про підлу, злорадну людину*

*Шкрябнув редьку, що аж з хати втікай – зробив зауваження дружині*

*Як грушка достигне, то сама з дерева впаде – все має своє призначення,  
місце, час*

*Як бачилися в горосі, то й досі – про розпусту*

*Як в стіну горохом – безрезультатно*

*Як горохом об стіну – без жодних позитивних змін*

## **Напої**

*Горілка – не дівка, здоров'ю злодійка – про алкоголізм*

*Горілочка – кума, хоч кого зведе з ума – алкоголь затуманює мозок*

*Господи, за що Ти мене караєш: чи я горілки не п'ю, чи я жінки не б'ю, чи я  
церкви не минаю, чи я в кафе не бухаю? – сповідь “ділової” людини*

*З цього пива не буде дива – безперспективне вирішення проблеми*

*Навіть у бідній хаті п'ють три чарки – запрошення налити і випити*

*Немає негарних жінок, а просто мало випито горілки – в стані алкогольного  
сп'яніння чоловіки не контролюють свої вчинки*

*Після третьої не припрошують – слова господаря, якому надокучило доглядати  
гостей*

*Пішов Панас по горілочку для нас, зачепився за пень й проспав цілий день –  
про вкрай безвідповідальну людину*

*Чай водою запивай – про низьку калорійність їжі*

*Якого зварив пива, то і пий його – твої вчинки – то й наслідки твої*

*Як горілку п'ють, то мене минають, а коли б'ють, то з мене починають – жарт*

## **Влакові культури**

*Дід каже „ячмінь“, баба каже „гречка“ – про суперечку*

*Коли сниться гречка буде суперечка – про непорозуміння*

*Лобода панська їда, а мужицька біда – негативно про страву з малокалорійних рослин*

*На бороді вже гречка цвіте, а в голові ще і на зяб не орано – людина доросла, але поведінка дитяча*

*На покуті як не піп, то кутя або дурень без путя – почесне місце в кімнаті стараються зайняти хамовиті люди*

*Не пхай свого носа до чужого проса – не втручайся в чужі справи, якщо тебе про це не просять*

*Нехай буде гречка, аби не сперечка – можливо, сказане не відповідає дійсності, але сперечатися не варто*

*Овес каже: сій мене в грязь – буду я князь; ячмінь каже: сій мене в болото – буду я золото, а гречка каже: сій мене хоч у воду, аби тільки впору – для кожної культури потрібні різні агрономічні технології*

*Сійся, родися, жито, пшениця, всіляка пашниця. На щастя, на здоров'я, на цей Новий рік, щоб було ліпше як торік – вітання з Новим роком*

*Скочив в гречку – про подружню зраду*

*Трафілося як сліпій курці бобове зерно, – тим ся й вдавила – про невміння скористатися щасливим випадком*

*Трафілося як сліпій курці просо – пощастило, але не таланить*



## **Горіхи**

Горіхи не летят зо стріхи – *зауваження людині, котра намагається легко чогось досягти*

Горіхи – то така штука, що коли б хтось їх товк, то я б їх їв – *про ліниву людину*

Дістанеш від мене на горіхи – *попередження про можливе покарання*

Досталося на горіхи – *моральне покарання*

Налущив йому горіхів – *хтось комусь надавав тумаків*

Порожній горіх – *про безглузду людину*

Твердий горіх – *складна справа; цілеспрямована й наполеглива, або вперта людина*

## **М'ясні продукти**

В дорозі і хрущ м'ясо – *мандрівник у їжі не перебирає*

В чужій стороні й хрущ м'ясо і баба молодиця – *в складних обставинах людина задовільняється малим*

Дешеве м'ясо/ковбасу пси не їдять – *усе дешеве переважно не якісне*

З нього користі, як з чорта смальцю – *жодної користі*

За кавалок ковбаси чортові душу продасть – *про надзвичайно корисливу людину*

За кусок кишки сім верств пішки – *про дуже корисливу й безсоромну людину*

Кіт до ковбаси ласий – *у кожного є своє слабке місце*

Минула пса ковбаса – *обставини з часом змінюються*

Не для пса ковбаса – *коли щось комусь приписується помилково*

Якби ковбасі крила, то кращої птиці не було б – *приповідка любителів ковбаси*

## **Процес споживання страв**

Або рибу їсти, або на дно сісти – *про великий ризик виграти чи програти*

А чого ж це мені не можна? Я що в Бога теля з'їв, чи що! – *чому всім можна, а мені ні*

Багач дивується: з чого бідний годується – *про заздрість*

Багачі їдять калачі, але не сплять ні вдень, ні вночі, а бідний борщу хлибне та й дньом засне – *багатий більше переживає за свої гроші, ніж бідний про їх відсутність*

Бачили очі, що купували, а тепер їжте, хоч повилазьте – *потрібно завжди добре думати перед тим, як щось зробити*

В гостях добре їсти й пити, а дома спати – *мрія скупого ледаря*

В компанії й каша добре їсться – *в гарному товаристві добре працюється і гарно відпочивається*

В нас по-циганськи: не хоче робити – не силуй, їсти не хоче – бий – *жарт навпаки*

В цій справі собаку з'їв – *спеціаліст у своїй справі*

Вже пережнякав йому, а він лигнути не годен – *про людину, котрій не один раз усе пояснили, а вона все одно не може зрозуміти*

Гарно їсти, добре спати, Бог здоров'я мусить дати – *жартівлива застільна приповідка – запрошення гостей до частування*

Гірко заробив, солодко з'їв – *щоб солодко їсти, потрібно наполегливо працювати*

Дай Бог нашому теляті вовка з'їсти – *побажання, щоб відбулося щось неймовірне*

Дайте, добрі люди, води напитися, бо так хочу їсти, що аж не маю, де переночувати – *жартівливе прохання*

*Де варять на двох – і третій наїється – у справжній сім'ї зайвих ротів не буває*

*Де п'ють, там і ллють – виправдання безгосподарного й марнотратного ставлення до майна*

*Дома не наїшся через діти, а на базарі – через діди – і перші, й другі просять їсти*

*Дорога ложка до обіду – річ має цінність, коли вона необхідна*

*Дорога ложка до обіду, і після обіду ложка пригодиться – будь-яка річ має свою цінність*

*Дякую за обід, що наївся дармоїд – жартівлива подяка за частування*

*За сидіння – нема їдження, за спання – нема коня, за фляки – нема дяки – працюючи, людина забезпечує себе харчами, одягом, іншим необхідним*

*Їж, поки рот свіж – поки молодий і здоровий, їси те, що тобі подобається*

*Їли воші, а тепер й гниди стали – про несприятливі обставини*

*Їсти – не ср...ти, можна й почекати – доведеться зачекати, коли немає, чого їсти*

*Їсти – справа свиняча, а от пити – благородна – аргумент любителів зеленого змія*

*Їсть аж за вухами лящить – про людину, котра жадібно їсть*

*Їсть – впріває, працює – мерзне, на ходу потрошки спить – про раціонального дармоїда*

*Їсть коза лозу, коли сіна немає – людина змушена пристосовуватися до обставин*

*Їсть як віл, а робить як комар – про людину, котра краще їсть, ніж працює*

*Їсть як іржа залізо – когось дуже „допикати“*

*Їсть, ніби з голодного краю приїхав – жадібно їсть*

*Коли йдеш в гості, не забудь пообідати дома – треба завжди бути завбачливим*

Краще їсти хліб з водою, як жити з жінкою лихою – *традиційно жінка є берегинею сім'ї; лиха руйнує сімейні стосунки*

Лежит в гарячці й без пам'яті хліб їст – *про людину, котра хвора, коли є робота, і здорова, коли треба їсти*

Ліпше полин їсти, ніж з нелюбом за стіл сісти – *сім'ю об'єднує любов*

Людину пізнаєш, коли з нею пуд солі з'їш – *для того, щоб вивчити і зрозуміти людину, потрібен певний час*

Ми їмо, щоб жити, а не живемо, щоб їсти – *не треба переїдати*

На чужий роток не накинеш платок – *неможливо заставити всіх мовчати*

Надіявся дід на обід, та й, не ївши, спати ліг – *невиправдані сподівання*

Найміть мене обідати, я буду старатися – *жартівлива пропозиція тому, хто скаржиться на відсутність апетиту*

Наївся по саму зав'язку – *дуже наївся*

Наївся – аж лоб твердий – *ще нічого не їв*

Не будь солодкий, бо злижуть; не будь гіркий, бо заплюють – *будеш самим собою – будеш особистістю*

Не вчи вченого, як з'їсти хліба печеного – *роздавати примітивні поради*

Не з одного п'єца хліб їв – *про чоловіка-гультая*

Не їсть, коли спить, але коли їсть, то не дрімає – *про людину, котра любить поїсти за чужий рахунок*

Не плюй в криницю, бо ще прийдеться води напиться – *ніколи не ображай людей*

Не роби сьогодні то, що можна зробити завтра, і не відкладай на завтра то, що можна з'їсти сьогодні – *приповідка-жарт про життєві ситуації*

Не шкодуй багача, їж картоплі з лупинов – *з гумором про картоплю, зварену в „мундирах“*

Нема пий – нема грай – *жарт музикантів про те, що їх треба частувати*

Пани перевернуть, що й пес не схоче з'їсти – *про невихованих, перебірливих гостей*

Полову їсть, а марку тримає – *труднощі переживає, але гідності не втрачає*

Роби до поту, їж в охоту – *хоч важка праця, все одно не переїдайся*

Свиня як не виваляє, то не з'їсть – *про нерозторопну людину*

Се...и, мели, їж – *про необхідність швидкого виконання великого обсягу роботи*

Скупий, якби міг, то по два рази одне і те ж їв – *людська жадібність*

Сніданок з'їж сам, обід розділи з другом, а вечерю віддай ворогу – *правильне харчування – запорука здоров'я*

Спочатку з'їмо твоє, а потім будемо їсти кожен своє – *жарт про студентське життя*

Ср...ка горіла: маку не їла – *нісенітниця або надмірний поспіх*

Ср...ка горіла, маку не їла, а як ся наїла, то аж ся розсіла – *про якесь безглуздя*

Сьогодні їмо твоє, а завтра кожен своє – *про хитру пропозицію*

Сьогодні хоч вола з'їж, а завтра все одно знов захочеш – *їсти хочеться щодня*

Таке скупе, що гі...но з-під себе з'їло б, якби не смерділо б – *надзвичайно скупа людина*

Ти, чоловіче, їж борщик, а я буду м'ясце, бо мене дитинка сце – *про жінку, котра не шанує свого чоовіка*

То не хробак, що я його з'їв. Хробак той, що мене з'їсть – *так жартують під час споживання грибів чи фруктів, у яких можуть бути черв'яки*

Тримай язик за зубами – будеш їсти борщ з грибами – *про вміння берегти секрети*

Ходить, ніби три дні хліба не їв – *про кволу людину*

*Хочеш їсти калачі – не сиди на печі – будеш працювати – буде в хаті достаток*

*Хто не працює, той не їсть – хто працює, той заробляє кошти на своє проживання*

*Хто смачно їсть, той міцно спить – у ситої людини міцний сон*

*Хто спить – їсти не просить – під час сну люди не їдять*

*Чекай: ще будеш собі лікті кусати – ще жалкуватимеш про вчинки, від яких застерігали*

*Череву не дерево – роздасться – жарт-відповідь людині, котра відмовляється їсти*

*Чорт не видасть, свиня не з'їсть – надія – це завжди позитивне відчуття*

*Чужих злиднів не наситиш – кожен сам має вирішувати свої проблеми*

*Шлях до чоловічого серця лежить через його шлунок – більшість чоловіків любить смачно поїсти*

*Що літом коп, то зимою в рот – завжди треба бути передбачливим*

*Що то за хазяїн, що то за свиня – гості йдуть додому, на коня нема – жарт-нагадування господареві застілля про необхідність наповнити чарки*

*Щоб з тобою говорити, треба гороху наїстися – про дуже говірку людину*

*Я не хочу, дайте ще – дуже чогось хочеться*

*Як вовка не годуй, а він всьо в ліс дивиться – лиха людина рідко змінюється*

*Як єсть, то й дупі честь, а як скупо, терпи, дупо – здорова, смачна їжа корисна кожній людині*

*Як ласувати, то ласувати: бий, жінко, ціле яйце в борщ – про показну щедрість*

*Як не наївся, то і не налижешся – не вистачило цілого – то й часточки буде мало*

*Як хто їсть, так він і робить – гарно людина їсть – гарно й працює*

*Як хтось їсть, то на мене б'є млість – про бажання поїсти*

*Якби не пили та й не їли, то би в золоті ходили – з гумором про скупість*

*Яке мале, а ложку не до вуха несе – захоплення немовлям, котре намагається самостійно їсти*

*Якщо не з'їм, то хоч понадгризаю – про людину, котра любить комусь нашкодити*

*Якщо не наївся, то і не налижешся – якщо не вистачає цілого, то малої частинки і поготів не вистачить*

*Війна війною, а обід за розпорядком – про дотримання розпорядку*

*Гарно їсть – добре працює – якщо добре їсть, то має силу для праці*

*Меле, ніби блекоти об'ївся – несе якусь нісенітницю*

*Наджгався як свиня – випив багато спиртного*

*Нажерся/обжерся як свиня – переїв*

*Наробився, як дурний мила наївся – втомився від виснажливої, фізичної праці*

*Понаїдалися як пани, а перерили як свині – про хамську поведінку за столом*

*Гірко ковтати, та шкода вертати – про жадібність*

*Думає, що чийсь розум з'їв – про пихату людину, котра вважає себе розумнішою за інших*

*І сам не дам, і другому не дам – про людину, котра, маючи щось у своєму розпорядженні, невміючи ним скористатись, іншим не дозволяє*

*Їжте, куме, і Ви, свате! – жартівливе запрошення не соромитися пригоститися*

*Маку наївся – тобто втратив здоровий глузд*

*Поки грубий схудне, то худий здохне – відповідь товстунів на критичне зауваження щодо їхньої зайвої ваги*

*Хробак гризе хрін, бо не знає про моркву – про людину, котра бідує але на шукає собі кращого місця*

*Чужі діти багато їдять – так говорять про прийомних дітей*

*Пісні добре співаються після обіду – сита людина працює енергійніше*

*Плете, ніби блекоти об'ївся – хтось говорить нісенітницю*

*Поки зайця вб'ють, то волом закусять – з гумором про мисливців*

*Як робить, то вмліває, а біля миски впріває – про людину, котра їжу любить більше, ніж працю*

*Як спить, то не їсть, а як їсть, то вже не дримає – про людину, для котрої їжа – найбільше щастя в житті*

### **Втамуння голоду / апетит**

*Апетит приходить під час їжі – прагнення щось зробити зростає під час процесу реалізації мети*

*Весняний день рік годує – своєчасно виконана весною польова робота забезпечує гарний урожай сільськогосподарських культур*

*Вовка ноги/лапи годують – хочеш їсти, хочеш одягнутися – працюй*

*Вовна не вовна, аби кишка була повна – про неперебірливість у їжі*

*Гарбуза наїшся, на вербу подивися, тай зразу знов голодний – про малокалорійну їжу*

*Голод – не тітка, заставить – голод – страшна сила*

*Голодний ситому не товариш – люди, різні за статусом, матеріальним становищем, не завжди розуміють один одного*

*Голодній кумі борщ на умі – людина думає про те, що її найбільше турбує*

*Голодному й опеньок м'ясо – іронічно про харчову цінність чогось*

*Голодний як вовк – дуже голодний*

*Голодний як пес – дуже голодний*

*Дітей годуй і на старість торби готуй – дітей потрібно гарно виховувати – тоді й старість не страшна*



*Жид, коли голодний, співає, а мужик жінку добиває – суб'єктивна характеристика чоловіків різної національності*

*Йому так хочеться їсти, як голодному ср...ти – зовсім немає апетиту*

*На ласий кусочок знайдеться роточок – завжди знайдеться підступна людина, котра спробує заволодіти чужим майном*

*Не будеш мати ворога, поки його своїм хлібом не вигудуєш – іноді трапляється, що людина, котру ти підтримував, вимагає від тебе більшого*

*Один тиждень літа рік годує – своєчасне виконання польових робіт забезпечує врожайність у рослинництві*

*Скільки вовка не годуй, він все в ліс дивиться – про дуже вперту людину, не здатну змінюватися*

*Смачно, що й за вуха не відірвеш – про дуже смачну їжу*

*Ти їсти хочеш? Дай хліба тай скажу – з гумором про життя впроголодь*

*Тримай голову в холоді, ноги в теплі, а живіт у голоді – порада майбутнім довгожителю*

*Хочеться, як голодному ср...ти – зовсім немає охоти*

*Цигани в животі грають – про стан голодної людини, коли бурчить в животі*

*Чого маленько, то криши дрібненько – їжі мало, а сім'я велика*

*Як голодному ср...ти – про щось неможливе*

## **Інше**

*Пушка духу, ложка смальцю – про немічну, хвору людину*

*Росте як на дріжджах – дуже швидко росте*

*Така потрібна, як сіль в оці і колька в боці – щось зайве, абсолютно не потрібне*

*Шукає в гі..ні родзинки – хтось в повністю провальній справі намагається знайти якийсь позитив*

## **Процес приготування їжі**

*Вари ср...ко борщ, а я піду на солдатів дивитися – коли щось робиться абияк*

*Варила, не варила, аби гарно говорила – про жінку, котра не нагодує, але гарно говорить*

*Вариш кашу – не шкодуй масла – їжа має бути смачною*

*Видно Гапу, що пекла папу, бо ср...ка в тісті – про дуже неакуратну господиню*

*Вміла готувати, та не вміла подавати – жарт про кухарку, котра подає найсмачніші страви в кінці застілля; приготовлено смачно, але невдало подано*

## **Лосуд**

*Біда та стиски біля чужої миски – про доживання віку з нерідними людьми*

*Голова як баняк, а розуму на ложку – відмінний фізичний стан не гарантує наявність здорового глузду в людини*

*Ложка дорога до обіду – коли одного разу скориставшись річчю її викидають*

*Не пхай свого писка до мої миски – прохання не втручатися не в свої справи*

*Розходився як холодний самовар – хтось свариться, галасує і не може вгамуватися*

*Чим баняк закипів, тим і буде смердіти – з ким поведешся, того й наберешся*

*Як оженився, так і зажурився: треба горшки, миски і колиски – сімейне життя вимагає вирішення багатьох проблем*

## СПИСОК РЕСПОНДЕНТІВ

**Вернівська** Леоніда Станіславівна, 1935 р.н., освіта середня, українка, с. Ріпинці Кам'янець-Подільського р-ну Хмельницької обл.

**Гайшук** Валерій Петрович, 1949 р.н., освіта вища, сільський голова, українець, с. Оринин Кам'янець-Подільського р-ну Хмельницької обл.

**Гелета** Надія Данилівна, 1951 р.н., освіта середня, кухарка, українка, с. Оринин Кам'янець-Подільського р-ну Хмельницької обл.

**Дурицька** Люба Іванівна, 1929 р.н., освіта 7 кл., ланкова, українка, с. Оринин Кам'янець-Подільського р-ну Хмельницької обл.

**Загородня** Лідія Петрівна, 1957 р.н., освіта середня, українка, с. Теклівка Кам'янець-Подільського р-ну Хмельницької обл.

**Опольська** Надія Василівна, 1932 р.н., освіта 7 кл., колгоспниця, українка, с. Оринин Кам'янець-Подільського р-ну Хмельницької обл.

**Пойдюк** Валентина Йосипівна, 1952 р.н., освіта вища, бухгалтерка, українка, с. Оринин Кам'янець-Подільського р-ну Хмельницької обл.

**Рарицька** Світлана Йосипівна, 1947 р.н., освіта середня спеціальна, майстриня з пошиття жіночого одягу, українка, с. Оринин Кам'янець-Подільського р-ну Хмельницької обл.

**Слюсар** Ольга Іванівна, 1927 р.н., освіта початкова, доярка, українка, с. Оринин Кам'янець-Подільського р-ну Хмельницької обл.

**Хорольська** Валентина Миколаївна, 1960 р.н., освіта вища, бібліотекарка, українка, с. Оринин Кам'янець-Подільського р-ну Хмельницької обл.

## **СПИСОК КОРЕСПОНДЕНТІВ**

**Гайшук** Валерій Петрович

**Грицух** Ірина Ярославівна

**Іскра** Наталія Василівна

**Ковіна** Олена Олександрівна

**Коробчук** Юлія Миколаївна

**Рарицький** Олег Анатолійович

**Рарицька** Софія Олегівна

**Рарицька** Наталія Олександрівна

**Трофимюк** Олеся Юріївна

**Фостата** Оксана Зіновіївна

**Хорольська** Валентина Миколаївна

**Щегельський** Валерій Васильович

## **РЕЦЕПТИ КУЛІНАРНОЇ КОМУНІКАЦІЇ**

### **Капуста квашена (Гиня)**

**Інгредієнти** (на 5 кг капусти):

- 1 кг цибулі;
- 1 кг моркви;
- 1 кг солодкого перцю;
- 0,5 л оцету;
- 200-250 г цукру;
- 0,5 л олії;
- 4 столові ложки солі.

**Приготування :**

Все перемішати, щоб постояло 6 годин, скласти в банку.

### **Налісніки Марії Мусіївни**

**Приготування :**

Крохмал розвести молоком (5 ложок крохмалу, 1 яйце). Трошки солі, соди. Розколотити і пекти налісніки. Тепленькі можна порізати і подати до молока, а можна з сиром.

### **Сирна запіканка (Вєра)**

**Приготування :**

На 0,5 кг сиру, 3-4 яйці збити, кусочок масла (50-60г). 2-3 столові ложки сметани, 2 столові ложки цукру, трішки солі.

## **Салат з капусти з ратундою червоною**

### **Інгредієнти :**

- 10 кг капусти;
- 3 кг моркви;
- 3 кг цибулі;
- 3 кг ратунди;
- 0,5 л олії;
- 0,5 л оцету;
- перець, сіль, листок.

### **Приготування :**

Вимішати, щоб пустило юшку. Стерилізувати 40 хвилин у літрових банках.

## **Кролик в сметані**

### **Приготування :**

Зробити маринад : кусочки кролика залити холодною водою, додати 2-3 ложки яблучного оцету, пів лимона, перець, листя. (Постояло щоб 1 годину). Тоді на олії (оливкова) обжарюємо; на олії, яка залишилася в сковороді, жаримо цибулю, добавляючи 120 г білого вина. Обсмажити цибулю, взяти 4 зубці часнику в шелусі, придавити, і трохи поварити, і вийняти, а потім цибулю.

В каструлю скласти кроля і вилити цибулю. Тушити на малому вогні пів години, тоді в сметану додаємо 2 ложки юшки і заливаємо кроля, добавляємо спеції і ще тушимо 30 хвилин.

Кролика, як маринувати, колотити ложкою.

## **Опеньки з томатом**

**Інгредієнти** (на трилітрову банку відварених опеньок) :

- 1,5 кг цибулі;
- 0,5 л олії;
- 0,5 л томату;
- листя, перець, сіль до смаку.

***Приготування :***

Тушити 45 хвилин і стерилізувати 1 годину. Виходить 5 літрових банок.

### **Кабачки (Добрі)**

**Інгредієнти** (на однілітрову банку) :

- 1 ложка солі;
- 1,5 ложки оцету;
- листя, кріп, перець, часник;
- хрін.

***Приготування :***

Варити 10-20 хвилин.

### **Кабачки (Оксанки)**

***Приготування :***

На дно банки : кріп, хрін, 3-4 зубчики часнику, перець, листя.

Заправка: на 2 літри води 100 г солі, 150 г цукру, 250 г оцету.

Варити 5 хвилин. Вихід 5 банок літрових.

### **Гриби Людвигівської**

**Інгредієнти** (на 1 літр відварених грибів):

- 1 столова ложка солі;
- пів столової ложки цукру;
- 50 г оцету вкінці.

***Приготування :***

Води влити стільки, щоб ложка вільно ходила. Кіп'ятити 40 хвилин. Накласти в стерилізовані банки і закрутити.

**Помідори квашені (Валерія Щегельського)**

**Інгредієнти** (накладаємо повну трилітрову банку помідор) і додаємо:

- 3 столові ложки цукру;
- 2 столові ложки солі;
- 2 столові ложки гірчиці сухої;
- 2 таблетки аспірину.

***Приготування :***

Заливаємо холодною водою і закриваємо пареною кришкою. Перевертаємо банку донизу кришкою.

**Варення з калини (тьотя Маруся)**

***Приготування :***

Після першого морозу калину обірвати, відділити від гілячок, ягоди перетерти на ситі. Рукою перем'яти.

Одержаний сік виміряти і додати цукор (один до одного). Цю суміш довести до кипіння, закрутити.

**Соус Ткемалі (Валерій Щегельський)**

**Інгредієнти :**

- 2,5 кг слив або аличі;
- 2 столові ложки солі;
- 10-12 столових ложок цукру;
- 150 г часнику.



**Приготування :**

1. Якщо сливи, то перекрутити разом з часником через м'ясорубку.

2. Якщо алича, то її проварити і перетерти, а часник через часникодавку.

Додати 20 г приправи карі не гострої і варити 20 хвилин. Стерилізувати 20 хвилин. 1,5-2 л вихід.

## **Безквітний торт (Оксанки Білюк)**

**Інгредієнти (на один корж) :**

- 3 яйця;
- 1 стакан цукру (краще трохи менше);
- 1 стакан муки;
- пів чайної ложки соди і трошки менше кислоти лимонної.

**Приготування :**

Збити 3 яйця, поступово добавляючи цукор, до цього добавляємо муку і легенько помішуємо ложкою. Коли буде збито, добавляємо соди і лимонну кислоту. Виливати на дечко і засунути в добре нагріту духовку.

Крем : пів літри сметани і цукор до смаку.

## **Медівник (Оксанки Білюк)**

**Інгредієнти :**

- 3 яйця;
- стакан цукру;
- стакан меду;
- 5 столових ложок олії;
- 2 стакани кефіру;
- столова ложка соди (розколоти в кефірі);
- 3 стакани муки.

### **Приготування:**

Дивлячись, яка мука, але ця маса і не рідка, і не густа: так, щоб підняти ложку, і вона не текла, додати можна горіхи, ізюм.

## **М'ясо закручене**

### **Приготування :**

На трьох літрову банку води 0,5 л солі. М'яса класти стільки, скільки вміститься на цю воду. М'ясо стерилізувати 15 хвилин. Коли покипить, наложувати в банки стерилізовані, заливати цею водою і закручувати.

## **Пряники**

### **Інгредієнти :**

- 2 жовтки;
- 1 стакани цукру;
- 100 г олії;
- 0,5 л кислого молока;
- 1 столова ложка соди погашеної оцетом;
- муки стільки, щоб не було густе.

### **Приготування :**

Можна в тісто додати какао. Помадка : 2 білки, 200 г цукру. Збити і обмакувати гарячі пряники.

## **Медівник**

### **Інгредієнти :**

- 6 яєць;
- 1 стакан цукру;

- 1 стакан меду;
- 2 столові ложки олії;
- 0,5 л сметани;
- 1 столова ложка соди (негашеної).

***Приготування :***

Муки до густини, щоб було таке, як крем збитий.

## **Сухий струдель (Піна Варик)**

**Інгредієнти :**

- пів пачки маргарину;
- півтора стакана сметани;
- 1 чайна ложка соди (погашеної);
- 4-5 стаканів муки.

***Приготування :***

Замісити, як на вареники.

Начинка : 1 яйце, 1 стакан варення вишневого, 1 стакан мелених горіхів, трошки лимонної кислоти, трошки олії (1-2 ложки).

## **Медівник Ньюсі**

**Інгредієнти :**

- 2 стакани цукру;
- 3 яйця (взбити з цукром на піну);
- 3 ложки олії;
- 1 стакан меду;
- 500 мл солодкого чи кислого молока;
- 1 чайна ложка соди;
- чуть солі;
- ванілін.

***Приготування :*** все добре взбити.

## **Сирний торт**

### **Інгредієнти :**

- 2 стакани сиру;
- 2 яйця;
- 2 стакани цукри;
- 2 столові ложки сметани;
- 2 чайних ложки соди;
- муки стільки, щоб місилося.

### *Крем заварний:*

- 1 л молока;
- 2 яйця;
- 1 стакан цукру;
- 4-5 столових ложок муки (все збити).

## **Сухий струдель (Майя Григорівна)**

### **Інгредієнти :**

- 1 пачка маргарину;
- 200 г масла;
- пів стакана нутрака;
- 0,5 л сметани;
- 1 чайна ложка соди (погасити);
- 1 стакан цукру;
- трошки солі;
- 3 яйця.

## **Запіканка (Віри Яків)**

### **Інгредієнти (на пів кілограма сиру):**

- 3-4 яйця;
- кусочок масла 50-60 г;
- 2-3 столові ложки сметани;
- 100 г цукру;
- чуть солі.

**Приготування :**

Все перемішати. Форму добре змастити жиром. Випікати 40 хвилин.

- Які ще Ви пам'ятаєте назви давніх страв?

- Рулет, м'ясо запечене, кролик тушений, дируни (картопляники). Качку тушили (але це було дуже рідко). Штрудлі, пончики мама пекла. Штрудлі (завиванці) з варенням, сиром, маком. Готували на свята. Ніхто торти не пік. Пончики начиняли маком, повідлом.

Сливове варення варили в мідному котлі (десь на 10 відер). І там була така копістка, така, що мішалось. По череді мішали, палили дровами (вогонь був несильний, щоб не пригорало). Повідло було такої густини, що не лилося, а намащувалось на хліб. Сливи драгливали перед цим. Цукор кидали вкінці, коли повідло загущувалося (бо коли є цукор, то воно підгорає).

Вару борщ з сирваткою (замість томату). На каструльку 8 л даю пів літри сирватки у кінці варіння – це замість кислоти.

**Затиріухи:** замішується тісто (без яйця), щіпається, робиться така затируха і кидається на кип'яток молока (підсолоджене).

**Пизни:** я так роблю тісто, як на бліни, тільки трошки густіше. І кидаю на ложичці маленькій (потрібно, щоб ложка покрилася молоком, ніби сполоснулася) у молоко.

*Перепис. 19. 06. 2019 р. Желізник Марія Михайлівна з рукописної кулінарної книги Рарицької Світлани Йосипівни, 1947 р.н., майстриня з пошиття жіночого одягу, українка, в с. Оринин Кам'янець-Подільського р-ну Хмельницької обл. / Експ. 2017 р.*

**Коментар:** у записах збережено мову респондентів.

## Мапа Хмельницької області







Мапа села Оринин







## **ЗМІСТ**

Передмова .....	3
Прислів'я та приказки про харчові традиції с. Оринин Кам'янець-Подільського р-ну Хмельницької обл. з коментарями .....	20
Список респондентів .....	43
Список кореспондентів .....	44
Рецепти кулінарної комунікації .....	45
Мапа Хмельницької області .....	54
Мапа Кам'янець-Подільського району .....	55
Мапа села Оринин Кам'янець-Подільського району Хмельницької області..	56

Наукове видання

ГАСТРОНОМІЧНІ СКАРБОСЛОВИ  
СЕЛА ОРІНИН  
НА КАМ'ЯНЕЧЧИНІ:  
ЗБІРНИК ПРИСЛІВ'ЇВ  
І ПРИКАЗОК

Укладачі

**Валерій Васильович Щегельський,  
Софія Олегівна Рарицька**

Підписано до друку 04.02.2021 р.

Формат 60x84/16.

Папір офсетний. Друк офсетний.

Ум. друк. арк. 3,48.