

ЧТО ЗА ОБЕД, КОЛИ КАШИ НЕТ

Злата Бредова

Фотографии из архива клуба «Лейб-гвардии Преображенский полк, 1709»

С самого зарождения мореплавания и появления военных кораблей было ясно: для успешного похода в тяжелых погодных условиях или победы в морском бою матрос должен быть сыт.

Петр I, создавая регулярный флот на Азовском и Балтийском морях, детально изучил обустройство жизни чужеземных флотов, в первую очередь голландского и британского. Безусловно, учитывался и многовековой опыт поморов, совершавших дальние плавания в суровых северных морях.

Великий реформатор сделал нормы питания матросов частью главного регламентирующего документа: провианту посвящена третья глава четвертой книги «Устава морского о всем, что касается к доброму управлению в бытность флота на море». Этот регламент окончательно утвердили в 1720 г., но первые варианты документов, регулирующих жизнь флота, в том числе питание, появились, конечно, гораздо раньше. Нормы и состав продуктов в течение первых 25 лет существования флота менялись значительно.

В Уставе 1720 г. закреплены количество и виды продуктов, которые были проверены практикой плаваний молодого российского военного флота. Эти нормы практически не пересматривали следующие 130 лет, до середины XIX в. Рацион кажется вполне сбалансированным: в день каждый моряк должен был получать от 50 до 180 г чистого белка, 80–120 г жиров и огромное количество углеводов. Общая калорийность пайка составляла более 5000 ккал.

«Суша, мой друг, теория...»

Дабы не превращать рассказ в перечисление цифр и архивных фактов, расскажу об опыте реконструкции питания петровской эпохи морской командой клуба «Лейб-гвардии Преображенский полк, 1709», экипажем «Петроматросы». В 2023–2025 гг. мы анализировали главу о провианте из Устава 1720 г.,

КНИГА
УСТАВЪ
МОРСКОЙ.
О ВСЕМЪ что касается доброму управлению
въ бытности флота на морѣ.
НАПЕЧАТАНА ПОВЕЛѢНІЕМЪ
ЦАРСКАГО
ВЕЛИЧЕСТВА
ВЪ САНКТЪПІТЕРБУРГСКОЙ ТИПОГРАФІИ
ЛѢТА Господня 1720.
Апрѣля въ 13 день.

восстанавливали упомянутые в ней продукты, собирали комплекты провианта и проводили шлюпочные походы по Финскому заливу. Участники отправлялись в плавания на реплике шлюпки с корабля «Полтава», одетые как матросы петровской эпохи. Реконструкция, которую часто называют живой историей, — это почти машина времени, но погружение в любую эпоху было бы неполным без соответствующего питания. Что же у нас получилось?

После трех небольших походов, проведенных на петровском рационе, мы сделали несколько выводов. Во-первых, питание матроса было полноценным и сытным. Во-вторых, каши, сухари, квас и топленое масло — это достаточно вкусная еда даже для избалованных современных людей. В-третьих, солонина — исключительно питательный продукт. Ниже — немного о наших экспериментах.

Сухари

Корабельные сухари российского флота состояли из тех же ингредиентов, что и современный ржаной обдирной хлеб: муки ржаной обдирной, воды, дрожжей и соли. Главное отличие русского корабельного хлеба от европейского — в ржаной муке и дрожжевом тесте.

Знаменитые английские галеты представляют собой пресный хлеб из цельнозерновой пшеничной муки. Это прекрасный источник углеводов и пищевых волокон, но нам больше по вкусу сухари из ржаного хлеба.

И те и другие одинаково твердые. Дополнительные указания к организации питания матросов строго запрещали грызть цельные сухари: от этого портились зубы. Обычно сухари измельчали (для этого была предусмотрена специальная колотушка) или замачивали.

Что касается количества, в ходе практических экспериментов мы отчетливо поняли, что употребить за сутки 1,6 фунта (660 г) ржаных сухарей нам не под силу. Если учесть, что именно столько полагалось ежедневно, одновременно с приличной порцией крупы, то станет очевидно: уставная норма весьма условна. Одно мы можем сказать точно: на флоте вчерашний крестьянин хлеба ел вволю.

В Уставе количество сухарей и круп определено указано с избытком. Думается, у этого явления три причины: количество указано с запасом на порчу продуктов во время транспортировки и хранения; составители Устава не исключали фактов воровства и неполных поставок; продукты, не съеденные в период навигации, доставались команде в качестве дополнения к зимнему береговому рациону, который был много скуднее.

Солонина

На первый взгляд, на российском флоте давали меньше мяса, чем, например, на британском. Сыны Альбиона получали до фунта мяса в день, тогда как русским матросам полагалось лишь полфунта. Существенный момент, который неочевиден из основной таблицы, но особо оговорен в Уставе, — это состав: говядины и свинины должно быть пополам, по пять фунтов на месяц.

Для современного человека солонина — совершенно непонятный продукт. За три года реконструкции этого способа хранения мяса мы сделали множество интересных открытий. Например, засоленная свинина гораздо вкуснее говядины. Свинина не твердеет со временем, ее нежно-розовый цвет не меняется. Говядина при засолке становится ярко-красной, со временем цвет становится все более насыщенным, а волокна приобретают большую жесткость.



После тестового хранения в течение года мы вскрыли банку с говяжьей солониной, и стало ясно, откуда брались эпитеты «ярко-красная и жесткая», «коричневая, как красное дерево, и такая же твердая», «жесткая, как каболка от старого каната» в описаниях морской жизни прежних времен. Скажем честно, до состояния красного дерева мы ее не довели, поскольку такой, судя по всему, она становится на третий год хранения. Но то,

что получилось, попробовали прожевать. После такого мяса соленая свинина воспринимается как настоящий деликатес.

Триста лет назад свинина ценилась гораздо выше, чем говядина, и свиная солонина стоила дороже. Поэтому европейский матрос получал свинину примерно раз в пять дней, а у российского матроса она составляла половину мясного рациона. Кстати, «русская» солонина была

Таблица из третьей главы Морского устава 1720 г. (меры переведены в современный вид):

Как надлежит в который день давать вина, и варить пищу людям									
	Вс	Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Неделя	Месяц
Сухарей	660 г	660 г	660 г	660 г	660 г	660 г	660 г	4,6 кг	18,5 кг
Пива/Кваса	2,5 л	2,5 л	2,5 л	2,5 л	2,5 л	2,5 л	2,5 л	17,5 л	70 л
Мяса	255 г	—	255 г	—	255 г	—	255 г	1,02 кг	4,1 кг
Рыбы	—	—	—	—	—	410 г	—	410 г	1,65 кг
Круп овсяных	205 г	—	205 г	—	205 г	205 г	205 г	1,025 кг	4,1 кг
Круп гречневых	—	255 г	—	255 г	—	—	—	510 кг	2,05 кг
Гороха	—	510 г	—	510 г	—	—	—	1,02 кг	4,1 кг
Масла коровьего	88 г	88 г	88 г	88 г	88 г	88 г	88 г	615 г	2,46 кг
Вина	125 мл	—	—	125 мл	—	125 мл	125 мл	0,5 л	2,0 л
Соли	—	—	—	—	—	—	—	153 г	0,6 кг
Уксуса	—	—	—	—	—	—	—	153 мл	0,6 л
Как в который день что варить									
	Мясо с кашей	Каша густая поутру, в вечер горох	Мясо с кашей	Каша густая поутру, в вечер горох	Мясо с кашей	Рыба с кашей	Мясо с кашей		

в полтора-два раза менее соленой, чем «голландская» или «английская». Можно предположить, что это связано с особенностями климата. При сравнении условий долгих плаваний в тропиках и короткой навигации, к примеру, в Балтийском море становится понятно, что на российском флоте мясо хранилось в более благоприятных условиях. Поэтому при засолке считалось достаточным использовать 200 г соли на килограмм мяса (в голландской солонине было 300–350 г/кг, в английской — 400 г/кг и более).

Рыба являлась важным продуктом питания для русского простолюдина. Мясо обычно было недоступно крестьянину, а вот озерная и речная рыба водилась в нашей стране в изобилии. Проблема снабжения морских служителей этим продуктом упиралась в вопрос хранения. Солено-сушеная рыба была широко распространена и стоила очень дешево, но в корабельном трюме быстро покрывалась плесенью и портилась.

В течение 20 лет предпринимались попытки снабжать корабельный флот сушеной треской — по образцу многих европейских стран, где «стокфиш» был важным продуктом питания со времен Средневековья. При Петре несколько раз порывались учредить специальные промыслы по изготовлению сушеной трески на Кольском п-ове. Но и при самых благоприятных условиях стоимость такой рыбы была в три-пять раз выше, чем пресноводной. Сушеная треска так и не смогла вытеснить вяленую речную рыбу, которой и снабжали в итоге морской флот. Рыбу выдавали раз в неделю, по пятницам, по одному фунту (410 г) на человека.

Каша — мать наша

Основу матросского рациона составляла крупа. Кашу было положено варить дважды в день: перед полуднем и в седьмом или восьмом часу пополудни. Пять дней в неделю следовало варить овес, в понедельник и в среду на столе появлялись горох и гречка.

О ценности овса человечеству известно с незапамятных времен. И сейчас одним из лучших, дешевых и полезных завтраков считается каша из овсяных хлопьев. Цельное зерно овса отличается от хлопьев тем, что очень долго варится и не так уж легко жует. В остальном по вкусу оно очень похоже на геркулес, а по пищевой ценности превосходит его, например, за счет сохранения пищевых волокон.



В ходе нашей реконструкции мы дисциплинированно пытались соблюдать рекомендации Устава и варить овсяную крупу два раза в день. Но оказалось, что эта пища нам не по зубам: матросы в экипаже роптали, и уже во втором походе мы стали чаще варить гречку и горох, даже в «неуставные» дни. Кстати, норма гороха на постный день — 510 г, более фунта на человека — дана явно с запасом. Скажите, вы могли бы сварить и съесть столько гороха, если учесть, что в этот же день употребили 250 г гречки и мешок сухарей?

У нас нет сведений, насколько строго повара на кораблях соблюдали очередность варки крупы, но в результате практических экспериментов можем предположить, что из 14 варок на неделе овес готовили явно меньше предписанных десяти раз. А уж гречневая каша на фоне бесконечного вареного овса с солониной воспринимается как деликатес, даже без добавления мяса или рыбы. Кстати, а вы знаете, что в горохе больше белка,

чем, скажем, в свинине? А в гречке количество белка сравнимо с мясом?

Основным источником жиров в меню русского матроса было сливочное масло. Норма его выдачи — 88 г в день. Когда мы только взялись за воспроизведение на практике, эта цифра показалась нам огромной, поэтому в поход мы взяли только треть указанного количества. Но выяснилось, что в «постный» день, когда гречка или горох варятся без мяса, добавление в котел вкусного ароматного масла было настолько уместным, что все просили добавки. Остается уточнить, что флот снабжался так называемым русским маслом — топленым сливочным маслом, смешанным с солью (такой продукт прекрасно хранился). Для сравнения: на английском флоте матросам давали свежее сливочное масло, тоже смешанное с солью. Оно хранилось гораздо меньше, чем «русское».

Растительное масло не входило ни в рацион русского простолюдина, ни в снабжение корабельной поварни. До появления на полях подсолнечника было доступно только льняное или конопляное масло; первое быстро приходит в негодность, второе достаточно дорого стоит. В рацион офицеров корабля включали «деревянное», то есть оливковое масло, но матросы получали жиры только в составе солонины или с топленым маслом.

Главной вкусовой приправой на столе матроса был уксус. Мы пока не поняли, зачем нужно в раскладке

такое его количество (153 мл в неделю). Наше предположение таково: столько уксуса требовалось не только для употребления в пищу, но и для гигиенических целей, в том числе дезинфекции.

Также в провиантское снабжение входила соль. Учитывая количество видов пищи, которая консервировалась с ее помощью, это тоже может показаться странным. Однако стоит напомнить, что некоторые продукты приходилось пересаливать, а еще соль использовали для чистки и дезинфекции.

На камбузе пусто, раз нет там капусты

Не знаю, откуда появился миф о квашеной капусте как средстве борьбы с цингой, но на русском флоте XVIII в. квашеной капусты не было! Смотрите сами:

- навигация длилась с апреля по сентябрь;
- квашеная капуста заготавливается в октябреноябре и хранится до марта;
- квашеная капуста хранится только в холоде и при повышении температуры даже до +10 градусов стремительно портится;
- испорченная квашеная капуста провоцирует тяжелые пищевые расстройства.

Так что появление этого скоропортящегося продукта на судах без холодильника — утопия. Ни один капитан не пойдет на риск отравить всю команду.



последовать опыту Кука, но потерпел неудачу.

Чем же спасались на русском флоте от цинги? С первых лет флота мы встречаем в документах указания капитанам по возможности посылать матросов на берег для сбора щавеля и другой зелени, чтобы варить их с кашей. Если заболевших становилось много, на берегу ставили палатки, свозили их туда и лечили, добавляя в рацион щавель и прочую зелень.

В документах плавания Крузенштерна есть интересный эпизод. Второй корабль экспедиции под командованием капитана Лисянского в ходе экспедиции оказался у берегов Северной Америки. Лисянский перед выходом в море отправил свою команду в лес собирать черемшу, которую потом заквасили в бочках.

Таким образом, мы можем сказать, что для профилактики цинги на русском флоте использовали квашеную зелень, свежую зелень, но не квашеную капусту. И пусть установленный на камбузе «Полтавы» муляж бочки с квашеной капустой останется на совести научных сотрудников музея...

Часом — с квасом, а порой — с водой

Поговорим о напитках. Как и для европейского матроса, основным источником жидкости для русского моряка должно было служить пиво. Однако в России не хватало пивоварен для обеспечения стремительно растущего флота, и его часто заменяли квасом.

Квас и пиво готовятся из кипяченой воды и поэтому изначально представляют меньшую опасность для организма. Кроме того, оба напитка содержат витамины, минеральные вещества, имеют определенную питательную ценность. Пиво готовится с добавлением хмеля, и спирта в нем больше, за счет этого оно хранится достаточно долго. Квас — продукт менее стойкий, зато его можно приготовить прямо на борту.

На российском флоте квас готовили из муки или солода, которые отпускали в дополнение к основному рациону, по специальным нормам. После вечерней

варки пищи большие котлы мыли, кипятили в них воду, из которой делали сусло. Утром квас-сырец переливали в бочки для дальнейшего брожения и употребления.

Во многих документах упоминается еловое пиво и особый концентрат, который брали на корабли, чтобы готовить его на борту. Исследование рецепта и реконструкция этого продукта — в наших планах на следующий год.

Конечно, в перечень матросских напитков обязательно входило «вино» — алкогольный напиток из зерна с содержанием спирта 23–30%. Оно выдавалось чарками — по 123 мл, строго по списку. Матрос мог отказаться от чарки (не разово, а насовсем), и тогда ему компенсировали стоимость «вина» деньгами.

Интересным, исконно русским напитком, который не попал в уставной перечень 1720 г., является сбитень. В нормах снабжения, медицинских рекомендациях, воспоминаниях XVIII в. постоянно встречается морской сбитень. Обычный сбитень — это горячий напиток на основе меда, специй и трав. В кулинарных книгах

XVIII–XIX вв. в перечне ингредиентов мы часто видим также водку и уксус, но здесь нужно учитывать, что сбитень готовится на огне длительное время, в результате чего спирт и уксус испаряются и служат лишь своеобразным фиксатором и усилителем основных вкусов. В рецептах морского сбитня наряду с вином, медом и уксусом фигурирует пиво. В данный момент мы не пришли к однозначному выводу, содержал ли этот напиток алкоголь. Морской сбитень упоминается и в замечательном эпизоде из рассказов Андрея Константиновича Нартова (1693–1756) о Петре Великом. Там, промокший во время тяжелого перехода на шлюпке, царь спрашивает у матросов именно сбитень!

Наше практическое изучение питания моряков XVIII в. продолжается. Благодарю за неоценимую помощь в реализации проекта «Петрoеда» всех матросов клуба «Лейб-гвардии Преображенский полк, 1709» и особенно — кандидата исторических наук Б.В. Мегорского и доктора исторических наук К. Б. Назаренко.

Будем рады услышать о схожем опыте!



«Минуточку, а как же капитан Кук?» — спросит продвинутый читатель. Что ж, а вас не смущает, что первый человек, научно и системно применивший квашеную капусту в питании на флоте, — англичанин? Так вот, Кук заимствовал опыт североевропейских и скандинавских стран, где в консервировании капусты используется уксус. Это своего рода салат из капусты с уксусом, а не привычная нам квашеная капуста. Это sauerkraut (обратите внимание: это немецкое слово, перешедшее в английский язык). И со временем Кук пришел к выводу, что лучшим источником витамина С является не она, а сок лимона или лайма, который и стал на британском флоте основным противцинготным средством.

Интересно, что в первом русском кругосветном плавании Крузенштерн, следивший за всеми научными исследованиями в морской сфере, вознамерился