



Путешествуйте по Латвии
и узнайте, **какой путь**
проходит ржаное зернышко,
чтобы попасть с поля на стол!

С картой для путешествий "Путь ржи"

О "Дороге ржи" в Латвии

Это история о ржаном зёрнышке – хранителе латышской идентичности с давних времён и до наших дней. Нам хорошо знакомы полезные свойства ржи, и мы чаще едим ржаной хлеб, пробуем новые рецепты – от каш и блинов до имбирных пряников и пророщенных семян. Мы выпекаем ржаной хлеб по традиционным рецептам, доставшихся нам от предков. Этот хлеб придаёт нам сил: мы берём его с собой в дорогу и привозим в качестве гостинца. Латыши ставят хлеб на стол во время каждой трапезы – это неизменное дополнение к супу. В кафе и ресторанах его обычно подают и к основному блюду. А в гостевых домах и местах организации традиционных трапез хлеб часто выпекают на месте.

Эта брошюра познакомит вас с уникальными свойствами ржаного зерна, а также с традиционными блюдами, которые предлагают пекари, сельские подворья и кафе по всей Латвии. Шесть латвийских хозяйств объединились и разработали проект "Ржаной Путь", который адресован всем, кто ценит натуральное и здоровое питание. Всем, кто следит за энергетической и питательной ценностью блюд, интересуется кулинарной историей, а также хочет изучить традиции приготовления ржи, будет интересен новый туристический маршрут. Основоположники "Ржаного Пути" не только сами выпекают ржаной хлеб, но и готовят вкусные блюда из ржи. Хозяйства – участники проекта продолжают старинные традиции, делая их неотъемлемой частью повседневной жизни и знакомя с ними всех желающих.

Чтобы понять латыша, нужно понять историю его хлеба

Оярс Калниньш (Ojārs Kalniņš),
латышский дипломат и политик



Содержание

История и традиции выращивания ржи в Латвии	2
Сорта и свойства ржи	6
7 причин употреблять в пищу ржаной хлеб	7
Ржаной хлеб	9
Что нужно для выпечки традиционного ржаного хлеба	10
Разновидности ржаной муки	12
Разновидности и сорта ржаного хлеба	13
Блюда из ржаных зерен и муки	14
Блюда и закуски из ржаного хлеба	19
Праздники и мероприятия	21
В гостях у пекарей, изготавливающих ржаной хлеб	24
О проекте "Дороге ржи"	32



История и традиции разведения ржи в Латвии

Рожь. История злака

В далекой древности рожь считали сорняком. Но со временем земледельцы обнаружили, что рожь более зимостойкая и успешнее выдерживает неблагоприятные погодные условия, чем пшеница и ячмень. Первые свидетельства выращивания ржи в Северной Европе относятся к первому тысячелетию нашей эры, а с рубежа VIII–IX веков озимая рожь становится ведущей сельскохозяйственной культурой. Проведенные в Арайском озерном замке археологические исследования показали, что и на территории Латвии рожь (*Secale cereale*) возделывали и употребляли в пищу еще в VIII–IX веках. В археологическом музее под открытым небом Арайского озерного замка посетителям показывают, как в древности выпекали хлеб и готовили блюда из зерновых в глиняных горшках на костре.

В качестве культурного растения рожь в Латвии начали повсеместно выращивать в XVIII–XIX веках, и понемногу она стала одним из важнейших видов зерновых. Рожь – озимая культура: ее сеют осенью, зимой ростки переживают период покоя, а с наступлением весеннего тепла возобновляют рост.

Традиции и поверья

Летом ржаное поле две недели цветет, две – созревает, две – высыхает, после чего рожь готова к жатве.

Перед жатвой, когда рожь уже созрела, латыши отправлялись к ржаному полю собирать стебельки на шляпы, в которых на следующую Масленицу ходили ряженными. Этот ритуал связан с повышением плодородия и пробуждением весны.

Если во время покоса доводилось найти юмис (двойной колос), согласно поверьям, косца ожидало богатство, удача в любви, плодовитость. После окончания жатвы обычно плели венок из колосьев, который относили хозяйке дома. Традиционный праздник латышей – День Якова, день нового ржаного хлеба, когда на стол ставили карафай, испеченный из зерен нового урожая.



Фото: Jānis Jasjukevičs

Знаки на буханке хлеба

Перед выпечкой хозяйка пальцами или ребром ладони выдавливала на каждой буханке знак. Чаще всего это был прямой крест, косой крест или полосы. Этнограф Индра Чекстере (Indra Čekstere), изучавшая традиции выпечки хлеба в разных регионах Латвии, составила карту хлебных знаков.

Для Курземе характерен "крест крестов" – знак Мары, жительницы Видземе рисовали в тесте "елочку" или колосок, который также называли знаком огня. В Земгале популярен простой косой крест, в Латгале – прямой крест. Рисуя знаки, мастерица декламировала заговор: "Вдоволь семье, вдоволь детям, вдоволь бедным, вдоволь нам самим!".



Пузурсы из ржаной соломы

Из ржаной соломы делают пузурсы – сложные, филигранные украшения, известные на протяжении многих веков не только в Латвии, но и во всей Северной Европе. Древние латыши считали, что пузурсы освобождают жилье от всего плохого, а мысли приводят в порядок. Пузурсы подвешивают к потолку на льняной или шерстяной нити, чтобы они медленно вращались. Если пузурс вращается, значит потоки воздуха хорошо проветривают жилище.





Сорта и свойства ржи

Больше всего ржи выращивают именно в северных странах, потому что ей не нужно так много солнца, как другим зерновым. Пекари знают, что вкус и консистенцию настоящего ржаного хлеба может обеспечить только мука, полученная из давно выращиваемых в Латвии сортов ржи. Самые популярные местные сорта – Каиро, Amilo, Waleit и Matador. Они менее урожайны и более капризны, поэтому крестьяне мало их выращивают, однако пекари, выпекающие хлеб традиционными способами, высоко ценят качество такой муки. По мнению селекционеров, чем урожайнее сорт растения, тем меньше полезных свойств остается в готовом продукте. Традиционные сорта ржи являются национальной ценностью, поэтому латышам так важно поддерживать их выращивание, чтобы сохранить семена и не утратить возможность наслаждаться любимым вкусом ржаного хлеба.



7 преимуществ ржаного хлеба:

Ржаное зерно богато веществами, необходимыми человеческому организму. Оболочка зерна содержит клетчатку и минеральные вещества, зародыш – белки, витамины В и Е, растительные масла. Средняя часть зерна является источником энергии, содержит крахмал, белки и углеводы.

Информация подготовлена
Латвийской ассоциацией пекарей

- ◆ **ВИТАМИНЫ** повышают сопротивляемость организма заболеваниям;
- ◆ **УГЛЕВОДЫ** обеспечивают выносливость и силу;
- ◆ **КЛЕТЧАТКА** очищает организм и улучшает кровообращение;
- ◆ **БЕЛКИ** укрепляют мышцы и нервные клетки;
- ◆ Комплекс **АНТИОКСИДАНТОВ, ВИТАМИНОВ и БЕЛКОВ** улучшает обмен веществ;
- ◆ **РОЖЬ УСВАИВАЕТ ИЗ ПОЧВЫ МЕНЬШЕ ВРЕДНЫХ ВЕЩЕСТВ** (например, ртути и свинца);
- ◆ **БИОЛОГИЧЕСКИ АКТИВНЫЕ СОЕДИНЕНИЯ** укрепляют иммунитет.

Ржаной хлеб

Ржаной хлеб всегда был одним из основных блюд в домах латышей, поэтому и наши дни он считается символом латышской идентичности.

Латышский ржаной хлеб изготавливается из муки, полученной из зерна традиционных местных сортов, заквашивается на натуральной опаре, замешивается вручную и выпекается в дровяной печи на поду (в нижней части печи).

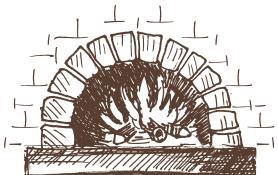
В результате ошпаривания муки горячей водой. Чаще всего старинное слово *salināt* (подслащивать) используется в Курземе, где ржаной хлеб называли подслащенным, или длинным хлебом (*salinātā maize*).

Выпечка ржаного хлеба по традиционному рецепту занимает два дня. Вначале муку ошпаривают кипящей водой, замешивают тесто в деревянной квашне, или торвиле, с опарой, добавляя солод и тмин. В тесто добавляют также сахар. Он усиливает брожение и придает хлебу характерный кисло-сладкий вкус, который отличает его от ржаного хлеба любой другой страны. Чтобы тесто хорошо взошло, его нужно долго месить руками. Растяжка занимает несколько часов, после чего хлеб выпекают в горячей дровяной печи, выложенной кленовыми листьями, а зимой – отрубями. Ржаной хлеб по традициям предков выпекают большими караваями, и он может храниться вплоть до двух недель. Во время выпечки ржаной хлеб не теряет свою питательную ценность, содержание клетчатки не меняется, а витамины группы В устойчивы к высокой температуре. В корочке хлеба содержится много ценных биологически активных соединений.

Подслащенный латвийский ржаной хлеб включен в список охраняемых качественных продуктов ЕС и удостоен специальной маркировкой "Гарантированная традиционная специализация" (Регламент ЕС № 12/2014).



Что нужно для выпечки традиционного ржаного хлеба



КВАШНЯ

Иногда квашню называют творилом. Это большой деревянный лоток, в котором тесто месят вручную, пока оно не перестанет липнуть к рукам, что означает готовность к выпечке. Чаще всего квашню изготавливают из осины или ясеня, потому что древесина этих пород не придает тесту никаких посторонних привкусов. Квашню не моют, а лишь вытряхивают из нее остатки теста, чтобы сохранить полезные бактерии до следующей выпечки.



САЖАЛЬНАЯ ЛОПАТА

Это деревянная лопата на длинном черенке. На лопату укладывают караави хлеба, которые затем помещают в печь. Лопатой также вынимают готовый хлеб из печи.



ХЛЕБНАЯ ПЕЧЬ

Основа успеха – хлебная печь, сложенная умелым мастером. Печь растапливают, уголь выгребают, пепел выметают и в горячее устье печи ставят хлеб.



ОПАРА

Опара, или закваска, – это небольшой кусочек теста, который не выпекают. Она содержит клетки хлебных дрожжей и молочнокислые бактерии. Опару используют во время следующей выпечки, смешивая с теплой водой.





Разновидности ржаной муки

◆ ПЕКЛЕВАННАЯ РЖАНАЯ МУКА

мука самого тонкого помола. Для ее получения зерно отделяют от оболочек, сохраняя лишь ядро, которое перемалывают. Из пеклеванной ржаной муки выпекают кисло-сладкий ржаной хлеб.

◆ ОБДИРНАЯ РЖАНАЯ МУКА

немного более грубого помола, чем пеклеванная, и содержит довольно большое количество наружных частиц и основных частей зерна (эндосперм).

◆ ЦЕЛЬНОЗЕРНОВОЮ РЖАНУЮ

муку получают, измельчая зерно целиком, вместе с оболочкой и зародышем, поэтому такая мука содержит много клетчатки, витаминов группы В, железа и фолиевой кислоты. Цельнозерновая мука хранится всего 2–3 месяца, а потом прогоркает вследствие окисления содержащихся в зародыше зерна масел.



Разновидности и сорта ржаного хлеба

◆ РЖАНОЙ ХЛЕБ,

в составе которого не менее 90 % ржаной муки

◆ ЦЕЛЬНОЗЕРНОВОЙ РЖАНОЙ ХЛЕБ -

для его выпечки используют грубую цельнозерновую ржаную муку, полученную в результате измельчения зерна вместе с оболочкой, ядром и зародышем.

◆ КИСЛО-СЛАДКИЙ РЖАНОЙ ХЛЕБ

выпекают из пеклеванной ржаной муки, обязательно с ошпариванием.

◆ РЖАНОЙ ХЛЕБ С СЕМЕЧКАМИ И ЗЕРНАМИ -

в тесто добавляют цельные, колотые, зрелые зерна и различные семена.

◆ РЖАНОЙ ХЛЕБ С СУХОФРУКТАМИ И ЯГОДАМИ -

в тесто добавляют изюм, чернослив, сушеныю клюкву, морковь и любые другие добавки.

Блюда из ржаных зерен и муки

Следуя принципам здорового питания, мы нередко возвращаемся к блюдам наших предков, которые готовятся из цельнозерновой муки или зерен.



Формовой хлеб на опаре

Латышские хозяйки все чаще выпекают формовой ржаной хлеб на опаре дома. В отличие от настоящего деревенского ржаного хлеба его можно испечь и в обычной электрической духовке. Тесто замешивают из ржаной муки, к которой добавляют натуральную опару, соль, сахар и теплую воду. По желанию можно добавить солодовый экстракт, тминное и другое семя, которое придаст хлебу особый вкус. Месить тесто в этом случае сравнительно легче. Тесто делят на формы, на верхнюю часть наносят узоры. Классический знак ржаного хлеба – крест Мары, но каждая хозяйка может выбрать собственный фирменный знак. Формовой хлеб расставается несколько часов и выпекается немногим дольше часа, после чего его вынимают из форм, накрывают и оставляют остывать до следующего дня, когда его уже можно есть.

Блины из ржаной муки

Из ржаной муки получаются очень вкусные блины – с хрустящими краями и приятной консистенцией. Тесто замешивают на кефире или молоке, добавляют яйца, немного соли и сахара, питьевую соду или пекарский порошок и оставляют подниматься. Выпекают небольшие блины на горячей сковороде, подают со сметаной, вареньем или свежими ягодами. Можно испечь и соленые блины, подать их со сметаной и лососем или сельдью. Соленые блины хорошо сочетаются также с грибным соусом. Чтобы испечь большие тонкие блины, к ржаной муке нужно добавить пшеничную.



Вейстекнис

Вейстекнис – это разновидность ржаного хлеба, который выпекают в Латгале по старинным рецептам. Тесто замешивают как для деревенского ржаного хлеба, обливая ржаную муку горячей водой, затем добавляют соль, сахар, тмин, опару, тщательно вымешивают и долго расстилают в теплом месте. В поднявшееся тесто добавляют мелконарезанное копченое сало, формируют буханки и выпекают в горячей печи. Можно добавить и лук, нарезанный кусочками. Такой хлеб насытит в дальней дороге, во время физического труда или активного отдыха на свежем воздухе. Он сытнее, чем обычный хлеб, дольше остается свежим и очень вкусный сам по себе, без каких-либо добавок. Просто отрежьте краюху – и вкусная, сытная трапеза готова.



Пироги и пирожки

Неотъемлемым атрибутом латышского праздника являются пирожки со шпиком – их можно печь и из ржаной муки, начинив ароматным копченым свиным салом, нарезанным на мелкие кусочки и обжаренным с луком. В регионах существуют интересные традиции выпечки пирожков. В Латгале пекут какорку – ломтики копченого мяса на сковороде, переложенные круглыми основами из ржаного теста, крапавник – на аналогичную основу выкладывают обжаренную с солью в сливочном масле тертыю морковь, а потом ставят в духовку. Какорку и крапавник называют также латгальской пиццей. В Курземе из остатков ржаного теста пекут небольшие пирожки, покрытые сметаной и сахаром, морковью или салом, которые называются пладе. На радость детям, из ржаного теста выпекают небольших уточек. И пироги, и пирожки можно есть сразу после выпечки.



Скландраусис

Скландраусис – традиционное блюдо куршев и ливов. Его выпекают ко дню летнего солнцестояния: красивым оранжевым цветом и круглой формой он напоминает солнце. Основа скландраусиса – прочное, тонко раскатанное бездрожжевое ржаное тесто с загнутыми в виде забора или жердей (лат. *sklandas*) краями, от чего и происходит его название. Начинку делают из картофеля, моркови, сметаны и сахара. Можно слегка посыпать тмином или молотой корицей. В древние времена скландраусис выпекали в пепле костра, а сейчас – в духовке, пока тесто не станет хрустящим, сахар не раастает и все вкусы не соединятся. Скландраусис зарегистрирован в схеме Европейской комиссии "Гарантиированная традиционная специализация" (Регламент ЕС № 978/2013).



Имбирные пряники из ржаной муки

Ржаные имбирные пряники – традиционное хрупкое печенье, которое выпекают ко дню зимнего солнцестояния. Для приготовления теста разогревают мед, сахар и сливочное масло вместе с молотыми пряностями – корицей, гвоздикой, семенами кориандра, душистым и черным перцем, мускатным орехом. В букете вкусов найдется место и для кардамона, имбиря, даже для кориандра или терпкой цедры лимона. Когда сахар растает, добавляют питьевую соду, затем массу немного остужают, добавляют яйца и муку и замешивают тесто, оберывают его и оставляют подниматься. Перед выпечкой тесто тонко раскатывают и с помощью формочек выдавливают пряники. Чтобы получить блестящую поверхность, пряники можно обмазать взбитым яйцом, однако поверхность ржаного теста после выпечки выглядит красиво и без глазури. Во время выпечки соблазнительный прянный запах наполняет дом ощущением праздника. Чтобы пряники оставались хрустящими, хранят их в закрытой посуде. Благодаря низкому содержанию влаги пряники можно хранить несколько месяцев.



Ржаные хлебцы

Хлебцы – разновидность ржаного хлеба, изготавливаются согласно скандинавским традициям. В Латвии хлебцы становятся все более популярными. Тесто для хлебцев замешивают из ржаной муки, пахты или кефира с добавлением небольшого количества растительного масла, питьевой соды, соли и сахара. По желанию можно добавить тмин. Рекомендуется приправить тесто измельченным льняным семенем, которое улучшает сцепление ржаной муки. Важно, чтобы тесто хорошо раскатывалось. Чем тоньше удастся раскатать тесто на противне, тем вкуснее будут хлебцы. Перед выпечкой хлебцы можно смочить водой и посыпать смесью семян. Готовый лист сразу разрезают и еще немного подсушивают. Можно и разломать остывший лист на кусочки неправильной формы. Хлебцы едят просто так или с различными добавками, как бутерброды.

Торт из ржаного хлеба

Неотъемлемой частью латышской национальной кухни является торт из ржаного хлеба, который часто пекут ко Дню независимости. Рожь – это сила латвийских полей, ягоды – вкус латвийского леса, сливки – праздничный привет от латвийских коров. Торт готовится следующим образом. К отдельно взбитым с сахаром яичным желткам добавляют ржаные панировочные сухари, затем вводят круто взбитые яичные белки, тесто разравнивают на противне и выпекают бисквиты круглой или четырехугольной формы. Остывшие бисквиты укладывают слоями друг на друга, промазывая вареньем из брусники, клоквы или ревеня, которое должно быть пикантно кисловатым. Готовый торт украшают взбитыми сливками и свежими ягодами. Помимо этого классического рецепта существуют различные современные вариации, в которых вкус дополнен каплей ароматного алкогольного напитка, используется другой крем, бисквиты испечены только из яичных белков с ржаными сухарями – вариантов масса. Можно испечь и ржаной рулет с кремом и ягодами.



Пастуший хлеб

Пастуший хлеб – латгальское блюдо со своей историей. Такие небольшие булки раньше давали с собой маленьким пастушкам, которые весь день проводили в поле и на лугу. Булочки формировали скребком, середину перед выпечкой начиняли кусочками сала или творогом, чтобы их сразу можно было положить в туесок. У ржаного хлеба есть одна особенность: в отличие от пшеничного, его нельзя есть горячим, только что испеченным. Но во время выпечки хлеб так вкусно пахнет, что трудно дождаться следующего дня, не попробовав хоть чуть-чуть. Здесь поможет пастуший хлеб – из имеющегося теста можно испечь небольшие булочки. Они быстрее остынут и их можно будет съесть в тот же день.



Квас из ржаного хлеба

Квас – очень древний традиционный напиток, чья история схожа с историей пива. Квас варят из высушенных ломтиков ржаного хлеба, вымоченных в кипящей воде. Добавив сахар или мед и дрожжи, напиток оставляют бродить. Правильно приготовленный и хорошо перебродивший квас утоляет жажду и освежает. Хотя в целом его вкус можно назвать сладким, квас должен быть немного кисловатым с легкой горчинкой. Хороший квас пенистый, густой и игристый. Квас натурального брожения хранится очень недолго даже в холодильнике, однако несоизмеримо приятнее на вкус, чем заводской из концентрата.

Блюда и закуски из ржаного хлеба

Несмотря на характерный сильный вкус, ржаной хлеб прекрасно сочетается с другими продуктами, создавая новые вкусовые вариации. На кухне у умелой хозяйки черствый ржаной хлеб превращается во вкусное уг贯穿ие. Приготовление таких десертов идеально соответствует современным тенденциям безотходного образа жизни, позволяя использовать скопившиеся корки и горбушки.



Ржаные сухарики

Пикантный аромат ржаных сухариков, объединяющий ароматы ржи, солода, тмина и чеснока, сразу вызывает аппетит. Для приготовления сухариков ржаной хлеб нарезают небольшими ломтиками или продолговатыми кусочками и обжаривают на сковороде в растительном масле до хруста и образования красивой коричневой корочки. Затем посыпают свежеизмельченным латвийским чесноком и крупной солью и оставляют ненадолго пропитаться. Сухарики – традиционная закуска к холодному пиву, но вкусны и сами по себе. Их часто подают вместе с другими небольшими солеными закусками – ломтиками сыра, маринованными овощами, пикантными соусами и орешками. Поскольку сухарики долго хранятся, они стали популярным сувениром.



Ржаная слойка

Ржаная слойка – это сладкое блюдо из ржаного хлеба, которое иногда называют амброзией. Ее готовят из тертого засохшего ржаного хлеба, который можно обжарить на сковороде, добавив немного сливочного масла, сахара и корицы. Дополняют десерт взбитые сливки и варенье из кислых ягод. Наиболее популярно брусничное, клюквенное или черносмородиновое варенье. Слойку можно готовить в большой стеклянной посуде или маленьких порционных емкостях. Ее выкладывают слоями: попеременно слой сухарей, сливок и варенья. Если слои сухарей тонкие, слойку можно есть сразу, наслаждаясь аппетитным хрустом. Чтобы слои хлеба размягчились, десерт на время оставляют настояться.



Хлебный суп

Хлебный суп – один из самых популярных латышских десертов, классический вариант которого передается из поколения в поколение. Его готовят дома, в сельских кафе, в гостевых домах и даже в роскошных ресторанах, где можно попробовать вариации, соответствующие требованиям современной кухни. Для приготовления хлебного супа используют черствый ржаной хлеб, который вначале обжаривают, вымачивают, а потом варят вместе с ломтиками сушеных яблок, черносливом, курагой и изюмом. Густота супа у каждой хозяйки может отличаться, но суп должен быть достаточно густым, с ощущимой структурой ржаного хлеба. В качестве приправы используют сахар и корицу. Иногда для более кислого вкуса хозяйки добавляют немного клюквенного сока. Подают хлебный суп охлажденным со взбитыми сливками.



Канапе

Большую краюху ржаного хлеба с добавками латыши подают на завтрак, полдник или ужин, а в праздник ржаной хлеб оформляют в виде небольшой закуски. Издавна вкусным дополнением к ржаному хлебу были свежее сливочное масло, мед и молоко. Хлеб едят также с ломтиком копченого сала или творогом, к которому добавлена сметана, обжаренная конопля, зелень или редис. Ржаной хлеб отлично сочетается с соленой или копченой рыбой, шпротами, сыром, помидорами и огурцами. Бутерброды в качестве праздничной закуски делают меньше, помимо вышеуказанных используя более изысканные добавки: спреды, варенье, семечки, ростки, пикантные приправы и ломтики лимона.



Праздники и мероприятия



День хлеба на Арайшской ветряной мельнице

Каждый год в последнее воскресенье июля на мельничной горке собираются пекари и любители хлеба, едоки и хранители старинных традиций, чтобы отпраздновать День Якова – древний праздник нового ржаного хлеба. Гости участвуют в мастер-классах по изготовлению хлеба, творческих мастерских, дети с радостью отправляются по "Тропе каравая", звучит музыка, организуются игры. Работает хлебная ярмарка, у ветряной мельницы врачаются крылья.



Хлебная улица во время Праздника Риги

Латвийское товарищество пекарей ежегодно участвует в Дне города в Риге. В центре города на время праздника организуется целая Хлебная улица. Цех пекарей представляют лучшие латвийские хлебопекарни, на праздник приезжают мастера и подмастерья. Вдоль всей улицы пекари замешивают тесто и пекут различные лакомства. Они рассказывают о происхождении хлеба и связанных с ним легендах. Организовывают веселые и интересные конкурсы с загадками и вопросами про зерновые культуры и старинные инструменты пекарей. На Хлебной улице все желающие могут попробовать и купить как уже известные сорта хлеба и выпечки, так и совершенно новые оригинальные изделия пекарей.



Праздник молока, хлеба и меда в Елгаве

Каждый год в конце августа в Елгаве проводится Праздник молока, хлеба и меда, гостей которого приглашают попробовать и приобрести самую вкусную молочную, хлебную и медовую продукцию со всей Латвии. Праздничное настроение создает сцена под открытым небом, на которой выступают капеллы, ансамбли и группы народных музыкантов. На протяжении всего дня проводятся дегустации и конкурсы, чтобы выбрать самые популярные продукты из меда и хлеба. Во время праздника организуются различные творческие мастерские и спортивные мероприятия.



В гостях у пекарей

www.countryholidays.lv/ryeroad

В гостях у пекарей

Экскурсия и выпечка хлеба в сельском подворье "Цаунитес"

www.caunites.lv

КОНТАКТЫ:

"Цаунитес", Ценская волость,
Озолниекский край, LV-3018, Латвия
Тел. +371 26352395

Эл. адрес: jscaunites@inbox.lv

ХОЗЯЙКА

Санта Рубене (Santa Rubene)

В "Цаунитес" всегда ждут тех, кто хочет погрузиться в атмосферу традиционной Латвии. Под руководством хозяйки каждый сможет испечь в дровяной печи собственный каравай кисло-сладкого ржаного хлеба или водяные крендели.

www.countryholidays.lv/ryeroad



Обед мельника на ветряной мельнице в Арайши

КОНТАКТЫ:

"Вейдзирнавас", Драбешская волость, Аматский край, LV-4101, Латвия.
Тел. +371 29238208

Эл. адрес: vineta.cipe@inbox.lv

ХОЗЯЙКА

Винета Ципе (Vineta Cipe)

На четырехэтажной мельнице можно увидеть, как раньше мололи зерно, а также попробовать свои силы в ремесле мельника. На обеде мельника предлагается сваренная на домашнем молоке ячневая каша с мясным соусом, а также суп из ржаного хлеба со взбитыми сливками и слойка из ржаного хлеба с клюквой и взбитыми сливками. Каждый год в последнее воскресенье июля хозяева мельницы празднуют День Якова – праздник нового ржаного хлеба, на который собираются жители Видземе, регулярно выпекающие хлеб у себя дома.

www.countryholidays.lv/ryeroad



Латгальские лакомства в пекарне "Дзилес"

www.dziles.lv

КОНТАКТЫ:

ул. Зала, 9, Малнава, Малнавская вол., Карсавский край, LV-5750, Латвия
Тел. +371 26538016

Эл. адрес: dziles@dziles.lv

ХОЗЯЙКА

Айна Барсукова (Aina Barsukova)

Хлеб из "Дзилес" известен уже не только в Латгале, но и за пределами региона. Ржаной хлеб с брусничным вареньем, хлеб с вялеными помидорами и тимьяном и другие замечательные сорта. Гостям предлагается уникальный обед, в приготовлении которого можно принять участие. В конце трапезы гостей ждут фирменный торт "Дзилес" или латгальские асуши. Здесь можно купить хлеб навынос. Пекарня приглашает узнать новое в кулинарии и просто вкусно поесть.

www.countryholidays.lv/ryeroad



Хлеб жителей Курземе на юркалнском хуторе "Берзини"

КОНТАКТЫ:

"Берзини", Юркалнская волость,
Вентспилсский край, LV-3626, Латвия
Тел. + 371 29471655

Эл. адрес: jurislastovskis@inbox.lv

ХОЗЯИН

Юрис Ластовскис (Juris Lastovskis)

В "Берзини" выпекают вкуснейший ржаной хлеб по старинным семейным рецептам. Особые вкус и аромат ему придает специальная печь, которой уже больше 70 лет, а также старинные инструменты для выпекания: квашни, сажальная лопата и скребок для квашни.

www.countryholidays.lv/ryeroad



Выходные с выпечкой ржаного хлеба в кафе Кукабурра

www.facebook.com/latviesuvirtuve

КОНТАКТЫ:

"Сарги", Лаункалнская волость,
Смилтенский край, LV-4718, Латвия
Тел. +371 26188872

Эл. адрес: janisk@hotmail.lv

ХОЗЯИН

Янис Криекис (Jānis Krieķis)

В кафе Kukaburra крестьянского хозяйства "Булини" каждые выходные пекут настоящий ржаной хлеб, приглашая гостей принять участие в помоле муки и выпечке. Угощают здесь популярными блюдами латышской кухни, приготовленными из сырья, приобретенного у местных крестьян.

www.countryholidays.lv/ryeroad



Верхом вокруг ржаных полей – конный двор "Клаюми"

www.klajumi.lv

КОНТАКТЫ:

"Клаюми", Каплавская волость,
Краславский край, LV-5668, Латвия
Тел. +371 29472638

Эл. адрес: ilze@kraslava.lv

ХОЗЯЙКА

Илзе Стабулнице (Ilze Stabulniece)

В хозяйстве "Клаюми" царит настоящая сельская атмосфера. Здесь можно познакомиться с красивейшими породами лошадей и отправится на конную прогулку в природный парк "Излучины Даугавы". Местная кухня предлагает горячие обжаренные ломти ржаного хлеба с ветчиной на завтрак, а обед дополняет бутербродами с салом, килькой или щукой. Гостям расскажут о выпечке хлеба и блюдах, которые подаются на стол. Также в "Клаюми" можно осмотреть старинные пекарские инструменты. Хозяйство сотрудничает с некоторыми латгальскими пекарями в Краславе, Аглоне и Андрупене, и предлагаєт гостям попробовать и сравнить разные сорта хлеба.





ПУТЬ РЖИ

О проекте “Дорога ржи”

Проект “Продукт кулинарного туризма „Дорога ржи”” (19-00-A01630-000002) представляет собой инициативу сотрудничества предпринимателей в сфере сельского туризма, цель которой – создать и популяризовать продукт кулинарного туризма национального значения “Дорога ржи”, тематически основанный на сохранении традиций изготовления ржаного хлеба и продуктов из ржи на территории Латвии.

ПАРТНЕРЫ ПРОЕКТА:

- ◆ Латвийская ассоциация сельского туризма "Lauku ceļotājs"
- ◆ ООО Цаунитес
- ◆ Винета Ципе (Vineta Cipe), “Арайшская ветряная мельница”
- ◆ Индивидуальный коммерсант Дзилес
- ◆ Крестьянское хозяйство Берзини
- ◆ Крестьянское хозяйство Булини
- ◆ Крестьянское хозяйство Клаюми



www.countryholidays.lv/ryeroad

NACIONĀLĀS
ATTĪSTĪBAS
PLĀNS 2020



EIROPAS SAVIENĪBA
EIROPA INVESTĒ LAUKU APVIDOS
Europas Lauksaimniecības fonds
lauku attīstībai

Atbalsta Zemkopības ministrija un Lauku atbalsta dienests.

Данная публикация создана в рамках проекта “Продукт кулинарного туризма „Дорога ржи”” (19-00-A01630-000002), цель которого – создать и популяризовать продукт кулинарного туризма национального значения “Дорога ржи”, тематически основанный на сохранении традиций изготовления ржаного хлеба и продуктов из ржи на территории Латвии.

Карта “Путь ржи”

К инициативе “Дорога ржи” присоединились и другие сельские предприниматели, которые выпекают ржаной хлеб по традиционным или семейным рецептам, передаваемым из поколения в поколение, готовят различные блюда из ржаного хлеба или ржаной муки и угощают ими гостей. Хозяева показывают посетителям, как рождается хлеб, разрешают попробовать свои силы в выпекании собственной буханки, предлагают полезные и вкусные блюда из ржаных зерен и муки, напитки, сохранившие силу ржи, рассказывают о традициях, связанных с рожью и хлебом. Мы всегда рады вас видеть! Спланировать поездку по “Дороге ржи” поможет приложенная к печатному изданию карта, содержащая описание и контактную информацию.

www.countryholidays.lv/ryeroad



Lauku Ceļotājs
Baltic Country Holidays

Lauku ceļotājs – это профессиональная ассоциация сельского туризма, основанная в 1993 году, в которую входят предприниматели в сфере сельского туризма со всей Латвии.

Наш офис находится в Риге. Если вам необходим совет о планировании отпуска в сельской местности Латвии, Литвы или Эстонии, смело звоните, пишите или приходите в наш офис. Наши работники знакомы с хозяевами мест для ночлега и хорошо ориентируются в их предложении.

ул. Калнциема, 40, Рига, LV-1046
Тел.: +371 67617600
Эл. почта: lauku@celotajs.lv
www.countryholidays.lv



Lauku Ceļotājs
Baltic Country Holidays

Латвийская ассоциация сельского туризма „LAUKU CEĻOTĀJS“
Lauku Ceļotājs – это профессиональная ассоциация сельского туризма, основанная в 1993 году и объединяющая занятых в сфере сельского туризма предпринимателей со всей Латвии.
Наш офис находится в Риге. Если вам необходим совет о планировании отпуска в сельской местности Латвии, Литвы или Эстонии, смело звоните, пишите или приходите в наш офис. Наши работники знакомы с хозяевами мест для ночлега и хорошо ориентируются в их предложениях.

КОНТАКТЫ:
ул. Калнциема, 40,
Рига, LV-1046
Тел: +371 67617600
Эл. почта: lauku@celotajs.lv
www.countryholidays.lv

www.countryholidays.lv/ryeroad

ПУТЬ РЖИ

«Путь ржи» приглашает навестить сельских предпринимателей, которые выпекают ржаной хлеб по традиционным или семейным рецептам, передаваемым из поколения в поколение, готовят различные блюда из ржаного хлеба или ржаной муки и угощают ими гостей. Хозяева демонстрируют посетителям, как создается хлеб, организуют мастер-классы по приготовлению хлеба и блюд из ржи, рассказывают о традициях, связанных с рожью и хлебом.

Данное предложение кулинарного туризма адресовано всем, кто ценит натуральное и здоровое питание, считает немаловажной энергетическую и питательную ценность блюд, происхождение продуктов питания, а также хочет изучить традиции приготовления ржи и научиться чему-то новому.

Карта является приложением к брошюре «Путь ржи». Брошюра знакомит с наиболее популярными блюдами, в приготовлении которых используется ржаное зерно и мука, и которые вы сможете попробовать на «Пути ржи».

www.countryholidays.lv/ryeroad

ПАРТНЕРЫ ПРОЕКТА «ПУТЬ РЖИ»:

Латвийская ассоциация сельского туризма Lauku ceļotājs, SIA JS Caunes, Винета Ципе (Vineti Cipe), «Арайская ветряная мельница», IK Dzīles, ZS Bērziņi, ZS Būliņi, ZS Klajumi



EUROPAS SAVIENĪBA
EIROPA INVESTE LAUKU APVIDOS
Eiroopa Lauksaimniecības fonda
biudžets attīstībai

Atbalsta Zemkopības ministrija un Lauku atbalsta dienestiem.

Название проекта: Продукт кулинарного туризма «Путь ржи».

Номер проекта: 19-00-A01630-000002.



1 Пекарня SMILTINU MAIZE	2 Кемпинг и дом выходного дня ŪSI	3 Пекарня ЭЛМА ЗАДИНЯ (ELMA ZADINA), выпекающая скландраусисы	4 Сельское подворье BĒRZINI	5 Хлебопекарня, кемпинг IEVLEJAS
ул. Витолу, 18, Вентспилс, Вентспилсский край, GPS 57.38365; 21.56203 T: +371 29 148 301	«Уши», Колка, Колкская волость, Дундагский край, GPS 57.74840; 22.59617 T: +371 29475692	„Jaunsnīķi”, Дундагская волость, Дундагский кр. GPS 57.509919; 22.352394 T: +371 26111364, +371 26338797	«Берзини», Юрkalniskaya волость, Вентспилсский кр., GPS 56.99441; 21.39072 T: +371 29471655	«Иевлеви», Сака, Павлостокский край, GPS 56.84877; 21.20806 T: +371 29124128
Хозяева восстановили хлебную печь, используемую в четвертом поколении, чтобы продолжить традицию выпечки хлеба. На мероприятиях, организуемых Приморским музеем Вентспилса, можно попробовать традиционные латышские блюда, соответствующие временам года.	Хозяйство находится на северо-западе Латвии – на территории, в древности заселенной ливами, и специализируется на приготовлении традиционных ливийских блюд.	Домашний производитель Элма Задина в Дундаге, Курземе. Готовит скландраусисы из ржаной муки, старинное латвийское блюдо для подливки – «путелис» (полученную из молотой пшеницы и ржи муку заливают простоквашей). Дегустация «путелиса» и скландраусисов.	В «Берзини» по старинным семейным рецептам выпекают вкуснейший ржаной хлеб. Отличительный вкус и аромат ему придает специальная печь, которой уже больше 70 лет, а также старинные инструменты для выпечки: квашни, сажальная лопата и скребок для квашни.	Выпекает ржаной кисло-сладкий хлеб в деревянной печи по старинному семейному рецепту из ржаной муки собственно-ручно выращенного зерна старинных сортов. Ржаные панировочные сухари, чесночные сухарики. Программы для групп от 10 чел..
6 АЛЕЙСКАЯ ХЛЕБОПЕКАРНЯ	7 Руцавский дом традиций ZVANĪTAJI	8 Пекарня SALDUS MAIZNIEKS	9 Музей МАЛЫША	10 Ресторан VALGUMA PASAULE
«Алеяс», Руцавская волость, Руцавский край, GPS 56.16364; 21.15999 T: +371 2938399	„Zvanītāji”, Руцавская волость, Руцавский край GPS 56.16159; 21.16148 T: +371 26814051	ул. Кулдигас, 88, Салдус GPS 56.684861; 22.465333 T: +371 2613807590	«Бисниеки», Дацциемс, Зентенская волость, Тукумский край GPS 57.123829; 23.017192 T: +371 28651091	.Valguma-2*, Смардская волость, Энгурский край, GPS 56.99025; 23.31550 T: +371 29414022, +371 63181222
Алейская хлебопекарня и гостевой дом. Здесь в дровяной печи пекут хлеб на натуральном закваске. По предварительному заказу можно приобрести продукцию на вынос. Различные сорта ржаного хлеба (обыкновенный ржаной хлеб, ржаной кисло-сладкий хлеб с добавками и без них, ржаной хлеб с сухофруктами и др., чесночные сухарики, а также разные виды белого хлеба). Мастер-классы по выпечке хлеба и приготовлению блюд, характерных для Нижнего Курземе, дегустация хлеба.	В построенном в конце XIX века деревянном здании в Руцаве можно узнать, в какой среде жили люди Нижней Курземе более 100 лет назад. Руцавские женщины устраивают здесь занятия, песенные и игровые мероприятия, танцы, ткут нужные вещи. Программы для групп «Посиделки» и «Руцавское угощение» с блюдами Нижней Курземе – репа с белым маслом, хлебцами или кислой кашей. Настоящий деревенский ржаной хлеб с медом.	«Saldus Maiznieks» – это семейное предприятие уже во втором поколении, которое с 1992 года печет великолепный ржаной хлеб, различные кондитерские изделия и чесночные сухарики. За качество работ следят три пекарь-подмастерья. Продукцию можно приобрести в магазине при пекарне. Ржаной хлеб выпекают на опаре и натуральной закваске. Мастер-классы и экскурсии проводят пекарь-подмастерья. Экскурсия по пекарне. Мастер-класс по выпечке черного хлеба, кисло-сладкого хлеба и белого хлеба.	Музей посвящен писателю Эрнесту Бирзниексу-Улитису (Ernests Birznieks-Ulītis, 1871-1960), которого в детстве называли Малышом. Находится в 25 км от Тукумса. Старинные здания восстановлены до состояния, в котором они были в середине XX в. В хозяйстве музея выпекают ржаной черный хлеб, солнечный хлеб, пастучий хлеб. Программа «Малыш в сельском подворье» с играми и забавами, с изучением историй, традиционных промыслов и кулинарного наследия, включая выпечку хлеба в настоящей дровяной печи.	Ресторан в комплексе отдыха „Valguma pasaule“ на берегу озера Валгума. Бывшая правительственная база отдыха СССР возле Национального парка «Кемери». Ресторан предлагает как изысканные блюда, подаваемые в стеклянном зале, так и суп, приготовленный на костре. В ресторане предлагают выпекаемый на месте хлеб из ржаной муки. Но десерт – традиционная слайма из ржаного хлеба. Закуски – различные канапе с ржаным хлебом.

КАК ПОЛЬЗОВАТЬСЯ КАРТОЙ

Карта «Путь ржи» предназначена для планирования визитов и путешествий. На карте отмечены 52 принимающих посетителей организаций, которые стали остановками на «Пути ржи» – сельские хозяйства, домашние производители, гостевые дома, небольшие хлебопекарни и магазинчики при них, сельские кафе, рестораны и бары, где можно узнать историю создания хлеба, попробовать и приобрести ржаной хлеб и другую продукцию из ржи, научиться печь хлеб самостоятельно.

Карта «Пути ржи» содержит краткое описание каждого участника проекта и его туристического предложения – особых блюд или напитков из ржи, готовой продукции, дегустаций, мастерских и мастер-классов для посетителей. Для каждого хозяйства указана контактная информация.

Планирование посещения, просим учитывать, что обычно для этого необходима предварительная запись, за исключением организаций с определенными часами работы, о чем необходимо узнать заранее. Участников проекта «Путь ржи» можно посещать как индивидуально, так и в группах.



ПОЯСНЕНИЕ СИМВОЛОВ

Хлебопекарня	Услуги общественного питания	Ремесленник
Производители	Посещение по предварительной записи	Организация работает в определенные часы, которые необходимо узнать заранее
Прием посетителей в указанные месяцы года (от-до)	Ночлег	Предложение «Путь ржи»
Гарантированный традиционный продукт	Латышское наследие	Латышское наследие

КАРТА ПУТЕШЕСТВИЙ



**11 Пекарня
LĀCI**

I-XII

«Бенюжу-Саути», Бабитская вол.,
Бабитский край GPS 56.897116; 23.711638
T.: +371 29256676

www.laci.lv

Instagram.com/septvelaci/

Fb: LĀCI

Место производства популярного хлеба в 40 км от Риги. Здесь в дровяных печах пекут хлеб, используя только качественное сырье, натуральную закваску и олару. За соблюдением традиций выпечки хлеба следят два мастера-пекаря и четверо подмастерьев. Магазин и кафе при пекарне.

Ржаной хлеб выпекается из грубой и обдирной ржаной муки. Тесто бродит в деревянных кашнях и вымешивается вручную. Посещения индивидуально и в группах.

**17 Пекарня
TĒRVETES MAIZE**



«Страумес», Терветская вол., Терветский край, GPS 56.447987; 23.389050
T.: +371 29967553; +371 29106830

www.celotajs.lv/lv/e/tervetes_maize

Fb: Tērvetes maize

Небольшая хлебопекарня, оборудованная Янисом Курпинеクス – пекарем с более чем 20-летним стажем – в своем отчиме доме. Более 12 видов хлеба из латышского зерна.

Самая большая гордость пекарни – цельнозерновой ржаной хлеб и кисло-сладкий хлеб, не содержащий пшеничной муки. Ржаной хлеб выпекается из муки с 90% зерна ржи и 10% пшеничного муверетума.

При выпечке хлеба используется только измельченное сырье и пшенично-известковая закваска. Тесто бродит в дубовых кашнях, а хлеб печут в дровяной печи, которую топят дровами хвойных пород деревьев. Экскурсия по пекарне, дегустации, мастер-классы по выпечке хлеба и кондитерских изделий.

**23 Пекарня
N.Vomja maiznica
LIELEZERS**



«Стекли», Лимбажи, Лимбажский край
GPS 57.48711; 24.71045
T.: +371 29127757

www.liezlers.lv

Fb: Maiznica Lielezers

Пекарня N. Vomja maiznica Lielezers основана 1991 год. Руководят выпечкой хлеба опытные мастера-пекари. В магазине при пекарне – пирожки, булочки, печеные, кофе, чай, бульон.

В этой пекарне пекут подслащенный ржаной хлеб, мучная опара для которого скотки созревает в осиновых байдарках и закащивается дрожжами. Посещение цеха и дегустация свежеиспеченного хлеба для групп, 1-4 ч.

**29 RAISKUMA
LABUMU DARĪTAVA**



«Руки-1», Райскумс, Паргайдский край
GPS 57.312416; 25.157291
T.: +371 20370370

www.raiskumietis.lv

Fb: Raiskumietis

В 8 км от Цесиса, возле озера в Райскумсе, в здании бывшего усадебного амбара пекут хлеб и вариат пиво. Хлеб выпекается в дровяной печи на натуральной закваске. В ассортименте – ржаной хлеб, ржаной хлеб с семечками, кисло-сладкий хлеб, кисло-сладкий хлеб с семечками, фруктово-ореховый кисло-сладкий хлеб, печеные из овсяных хлопьев, сырные печеные.

Ржаной хлеб, ржаной хлеб с семечками Экскурсия-дегустация для индивидуальных посещений и групп, 1-5 ч.

**35 Пивоварня
VALMIERMUIZAS ALUS**



ул. Даирнава, 2, Валмиермуйжа,
Валмиерская вол., Буртникский край,
GPS 57.55575; 25.43125; T.: +371 20264269

www.valmiermuizas.lv

Fb: Valmiermuizas alus darītava

Небольшая усадебная пивоварня, которая варит не только пиво с разнообразными вкусами, но и солодовый напиток, квас и безалкогольные прохладительные напитки Gardu muti – сельтерскую воду, морсы, холодные чаи, водонады. Рядом с пивоварней находится Валмиермуйжская пивная кухня, 2,2 км от Валмиеры.

В приготовлении солодового напитка Zelta zirgs используется ржаной солод. Экскурсия, рассказывающая о том, как создается пиво, солодовый напиток и квас, которые также можно продегустировать.

**41 Хлебопекарня
LIEPKALNI**



.Liepsalas», Клинтайнская волость,
Плявиньский край, GPS 56.60023; 25.65519
T.: +371 28301838

www.liepkalni.lv

Fb: Liepkalni maiznīca

Хлебопекарня, магазин и кафе на берегу Даугавы между местечками Стукмани и Плявиняс. Несколько десятков видов хлеба, печеные, торты, пирожные и булочки, квас. К пекарне можно отправляться на корабль викингов по Даугаве.

Ржаной хлеб выпекают в соответствии с более чем 80-летними традициями, которых придерживается семья Мендинянов. Хлеб-суп и хреновый квас, приготовленные из ржаного хлеба Seviņšā особым способом естественного брожения.

**47 Демонстрационное
хозяйство BITES**



«Битес», Саевелники, Залесская вол.,
Зилупский край, GPS 56.397368; 28.1318967
T.: +371 28656530

www.celotajs.lv/lv/e/saimniecibabites

Fb: Iga Ivanova

Хозяйство расположено вблизи города Зилупе. Под открытым небом выращиваются дыни, арбузы, тыквы. Хозяин – один из немногих в Латвии мастеров по плетению из бересты, хозяйка проходит из старинного дома садоводов и является дипломированным дизайнером-флористом, а их сын – горчак. Мастерская по преображению ржаной соломы – для индивидуальных посетителей и групп. Хозяйка учит изготавливать из ржаной соломы, выращенной в самой хозяйств, пузры классической и необычной форм, а также другие украшения. Посетители могут приобрести уже готовые изделия или воспользоваться подготовленными комплектами для самостоятельной работы.

**12 Семейный ресторан
IRBĒNI**

I-XII

ул. Ирбену, 1, Бриквали, Бабитская вол.,
Бабитский край GPS 56.921933; 23.906164

www.irbeni.lv

Instagram.com/ceptvelaci/

Fb: Irbēni

Место производства популярного хлеба в 40 км от Риги. Здесь в дровяных печах пекут хлеб, используя только качественное сырье, натуральную закваску и олару. За соблюдением традиций выпечки хлеба следят два мастера-пекаря и четверо подмастерьев. Магазин и кафе при пекарне.

Ржаной хлеб выпекается из грубой и обдирной ржаной муки. Тесто бродит в деревянных кашнях и вымешивается вручную. Посещения индивидуально и в группах.

Семейный ресторан, гостиница. Команда из 12 профессиональных поваров готовят широкий ассортимент блюд. Полное меню: facebook.com/irbeni.lv/menu. Также предлагаются блюда на вынос.

В меню – традиционная ржаная слойка и чесночные сухарики с сырным соусом, приготовленные из ржаного формованного хлеба.

путь ржи

путь ржи