

Всё о хлебе

**Выставка,
посвящённая Всемирному Дню хлеба**

16 октября – Всемирный День хлеба

Праздник был учреждён в 2006 году по инициативе Международного союза пекарей и пекарей – кондитеров.

Цель праздника – подчеркнуть значение хлеба как основного продукта питания, а также распространить знания о его культурной и питательной ценности.

*«...ломоть хорошо испечённого хлеба
составляет одно из величайших изобретений
человеческого ума».*

К.А. Тимирязев



ГОСТ 31805–2018

**«Изделия хлебобулочные из пшеничной хлебопекарной муки.
Общие технические условия».**

Согласно российскому стандарту, к хлебу относят хлебобулочные изделия с массой более 500 г. и влажностью не менее 19%.

МЕЖГОСУДАРСТВЕННЫЙ СОВЕТ ПО СТАНДАРТИЗАЦИИ, МЕТРОЛОГИИ И СЕРТИФИКАЦИИ
(МГС)
INTERSTATE COUNCIL FOR STANDARDIZATION, METROLOGY AND CERTIFICATION
(ISCC)

МЕЖГОСУДАРСТВЕННЫЙ
СТАНДАРТ

ГОСТ
31805—
2018

ИЗДЕЛИЯ ХЛЕБОБУЛОЧНЫЕ
ИЗ ПШЕНИЧНОЙ ХЛЕБОПЕКАРНОЙ МУКИ

Общие технические условия

Издание официальное





Хлеб – всему голова



Хлеб – пищевой продукт, получаемый при выпечке теста, приготовленного как минимум из муки и воды, разрыхлённого пекарскими дрожжами или закваской.

Для приготовления хлеба используют пшеничную и ржаную муку, реже – кукурузную, ячменную и другие. В некоторые сорта хлеба также добавляют специи, такие как зёрна тмина, орехи, изюм, чеснок, курагу и зёрнышки (семена кунжута, мака и другие).

Рецептура хлеба часто содержит соль, сахар и мёд.



История хлеба

Хлеб – один из старейших приготавливаемых продуктов, появившийся ещё в неолите. Такой хлеб – лепёшка, стал основой пищи многих древних цивилизаций: шумеры ели ячменные лепёшки, а в XII веке до н.э. египтяне могли купить в палатках на улицах деревень лепёшки, называемые та (тандырная лепёшка).

В захоронении тохаров (Лоуланьская красавица 1800 г. до н.э.) была найдена сумка с зерном, что, несомненно, свидетельствует о тогдашнем использовании хлеба в пище.

Самому старому хлебу из найденных археологами 14,4 тысячи лет. Его обнаружили несколько лет назад в иорданской «Черной пустыне» — местности, почва которой потемнела из-за базальтовой вулканической лавы. Древний хлеб испекли из дикой пшеницы, ячменя, сушеной мякоти корней осоки и воды. Его запекали на горячих камнях.

Первоначально дрожжевое тесто стало использоваться в XVII веке до н.э.

Первую буханку сделал древний египтянин, который случайно оставил смесь муки и воды в тёплой печи на ночь. Когда он вернулся, то обнаружил мягкое тесто, намного более аппетитное, чем твердые лепешки.



Читать онлайн — URL:
<https://flibusta.su/book/204622-istoriya-hleba-ot-vremyon-neolita-do-nashih-dney/read/>

Хлеб национальных кухонь

Там, где живёт человек – там есть хлеб, там есть жизнь. Хлеб – окно в различные миры. Можно смело сказать, что сколько стран, столько и видов хлеба; сколько различных технологий, столько и используемых ингредиентов.



Италия – фокачча, чиабатта



Австрия – брецель



Хала – Израиль



Франция – бриош, багет



Армения – Матнахаш



Мексика – тортилья



Германия – пумперникель



Индия – наан

Хлеб на Руси

На Руси, особенно на ранних этапах, основной хлеб был ржаным и выпекался на закваске (квасе), символизируя благополучие и являясь священным продуктом. Бородинский хлеб – одна из визитных карточек русской кухни. Его ржаной, густой, чуть сладковатый запах с оттенком кориандра трудно спутать с чем-то другим. Пшеничный хлеб был праздничным лакомством и использовался в обрядах, например, свадебный каравай как символ плодovitости.

Согласно славянскому обычаю гостеприимства, круглый хлеб с солонкой посередине («хлеб–соль») преподносят на расшитом полотенце – рушнике.

В русском языке имеется множество пословиц и поговорок, связанных с хлебом:

«Хлеб – всему голова», «Будет хлеб – будет и песня», «Без соли, без хлеба – половина обеда», «Умирать ладишься, а хлеб сей».



Хлеб на Руси

На Руси, особенно на ранних этапах, основной хлеб был ржаным и выпекался на закваске (квасе), символизируя благополучие и являясь священным продуктом. Бородинский хлеб – одна из визитных карточек русской кухни. Его ржаной, густой, чуть сладковатый запах с оттенком кориандра трудно спутать с чем-то другим. Пшеничный хлеб был праздничным лакомством и использовался в обрядах, например, свадебный каравай как символ плодovitости.

Согласно славянскому обычаю гостеприимства, круглый хлеб с солонкой посередине («хлеб–соль») преподносят на расшитом полотенце – рушнике.

В русском языке имеется множество пословиц и поговорок, связанных с хлебом:

«Хлеб – всему голова», «Будет хлеб – будет и песня», «Без соли, без хлеба – половина обеда», «Умирать ладишься, а хлеб сей».



Хлеб в народной культуре



Хлеб в народной культуре : этнографические очерки / отв. ред. С. А. Арутюнов, Т.А. Воронина. – Москва : Наука, 2004 // КООВ : электронная библиотека. – URL: <https://www.klex.ru/237w> (дата обращения: 26.09.2025).

В данной книге представлен обширный этнографический материал, посвященный хлебу и разнообразным мучным изделиям у народов Европейской России, Беларуси, Украины, Крыма, Кавказа, Средней Азии, а так же у народов некоторых зарубежных стран.



Бабкова, О. Всё о домашнем хлебе. Лучшие рецепты домашней выпечки / Ольга Бабкова. – Москва : Рипол, 2011 // LoveRead : электронная библиотека. – URL: https://loveread.ec/read_book.php?id=50448&p=1 (дата обращения: 26.09.2025).

В этой книге вы найдете самые разнообразные рецепты домашнего хлеба и хлебобулочных изделий. Кроме рецептов книга содержит историю возникновения и национальные особенности хлеба в разных странах.

Максимов, С. Куль хлеба и его похождения / С. Максимов. – Москва : T8RUGRAM, 2018. – 140 с. – ISBN 978-5-521-06377-2 // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART. – URL: <https://www.iprbookshop.ru/120240.html> (дата обращения: 28.09.2025). – Режим доступа: для авторизир. пользователей.

В данном издании представлено знаменитое сочинение Максимова, являющее собой энциклопедию народной жизни второй половины XIX века. Но главный герой произведения - сам хлеб и его удивительный путь от поля до стола.



Гагаркина, А. Хлеб, который можно всем / А. Гагаркина. – Москва : Здоровое питание, 2023. – 254 с. // Фэнтези Ворд : электронная библиотека. – URL: <https://fantasy-worlds.ru/lib/id260171> (дата обращения: 22.09.2025).

Книга посвящена пониманию закваски и обмену знаниями о том, почему процесс ферментации является неотъемлемой частью приготовления самого питательного, полезного и вкусного хлеба. С автором вы пройдете увлекательный путь от подробного изучения ингредиентов до приготовления закваски и выпечки. Научитесь готовить настоящий русский хлеб и выпечку без глютена, веганские десерты.

Символизм хлеба



Хлеб олицетворяет жизнь, здоровье, достаток, благополучие и материальные блага, а также труд человека, связь с землей и гостеприимство. Хлеб часто символизирует божественное начало. В Библии хлеб — это не просто еда, это символ жизни. Тайная вечеря, где хлеб преломляется в знак единства, подчёркивает эту идею. Слово «Хлеб» в символическом смысле часто можно встретить на обложках художественных книг.



«Лучше хлеб с солью в покое и без печали, чем множество блюд многоценных в печали и горе» (Иоанн Златоуст).

«Хлеб, принадлежит нагому; золото, что зарыл ты в земле, принадлежит бедняку» (Василий Великий).

«Вкус разделённого хлеба не сравним ни с чем» (Антуан де Сент-Экзюпери).

«Чёрный хлеб – родной брат русского человека. Он – свидетель истории, горя и счастья» (Владимир Дудинцев).



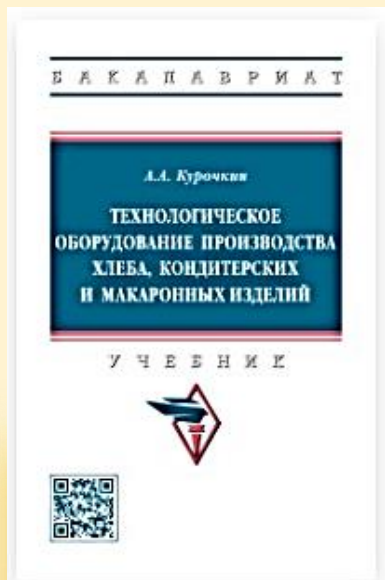
Учебные издания о хлебе



Литвяк, В.В. Хлеб и хлебопечение : учебное пособие для вузов / В.В. Литвяк, Г.В. Алексеев, Ю.Ф. Росляков. — Санкт-Петербург : Лань, 2024. — 520 с. — ISBN 978-5-507-49797-3 // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/430115> (дата обращения: 26.09.2025). — Режим доступа: для авторизир. пользователей.



Бывалец, О.А. Технология хлебобулочного производства : учебное пособие / О.А. Бывалец. — Москва ; Вологда : Инфра-Инженерия, 2023. — 104 с. — ISBN 978-5-9729-1176-9 // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/132893.html> (дата обращения: 26.09.2025). — Режим доступа: для авторизир. пользователей.



Курочкин, А.А. Технологическое оборудование производства хлеба, кондитерских и макаронных изделий : учебник / А.А. Курочкин. – Москва : ИНФРА-М, 2023. – 353 с. // ZNANIUM : электронно-библиотечная система. – URL: <https://znanium.ru/catalog/document?id=421236> (дата обращения: 26.09.2025). – Режим доступа: для зарегистрированных пользователей.



Романов, А. Энциклопедия пекаря. Современные технологии и нормативы / сост.: Александр Романов. – Москва : Ресторанные ведомости, 2019. – 376 с. // TakeBooks.com URL: <https://www.takebooks.com/aleksandr-romanov-enciklopediy-pekary-sovremennye-tehnologii-i-normativy-p-463106> (дата обращения: 26.09.2025).

Эта книга – результат большой комплексной работы по сбору и обобщению разрозненной информации, связанной с технологией хлебопечения и значением хлеба. Это настольная книга любого специалиста, занятого в сфере производства или продажи хлебобулочных изделий, а также владельцев ресторанов, кафе и закусочных. Знакомство с «ЭНЦИКЛОПЕДИЕЙ ПЕКАРЯ» – первый шаг на пути организации собственного дела в области питания.

Интересно о хлебе

Легендарный парижский пекарь Лионель Пуален по эскизам Сальвадора Дали создавал хлебную мебель и даже целиком оборудовал для Дали из хлеба целую спальню. К столетию Сальвадора Дали в его парижском музее современные художники воссоздали эту хлебную спальню. Вся обстановка в комнате из теста: кровать, коврики, столики, люстра.



Англичанка Лаура Хендлен стала знаменита на всю страну благодаря своему необычному увлечению: сотрудница Британского музея создала хлебную репродукцию «Джоконда» размером 9 на 11 метров.



Малоизвестные факты о хлебе



Если весь мировой сбор пшеницы погрузить в товарные вагоны, то получится поезд, который 2,5 раза обогнёт весь земной шар по экватору.



ЮНЕСКО признало ржаной хлеб мировым культурным наследием. Употребление ржаного хлеба улучшает настроение, способствует исчезновению депрессии и нормализует жизнедеятельность организма на клеточном уровне.



Исландия славится своими гейзерами и геотермальными источниками. Некоторые жители даже пекут так называемый вулканический хлеб прямо в земле рядом с выходом на поверхность кипящей воды. Процесс приготовления одного каравазя занимает примерно сутки.



Английское звание «Лорд» произошло от древнегерманских Hlaf (хлеб) и Weard (сторож), то есть «хранитель хлеба». «Хранителем хлеба» называли вождя племени, почитая его за то, что он кормит свой народ. Слово «Леди» — того же корня: hlafdige, то есть «замешивающая хлеб».



Хлеб — первый антибиотик. Что плесень может бороться с заражениями, знали ещё древние египтяне. Они прикладывали к ранам и ожогам плесневые хлебные корки.



Самый первый хлеб был изготовлен не из злаков, а из желудей. А там, где не росли дубы, муку делали из орехов.

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Донецкий университет экономики и торговли имени Михаила Туган-Барановского»
Научная библиотека



Сайт: <https://library.donnuet.ru/>

© Пасынкова, Г.И., Алёхина А.А., 2025

© ФГБОУ ВО «Донецкий национальный университет экономики
и торговли имени Михаила Туган-Барановского», 2025