

# Книга о вкусной и здоровой пище — Lurkmore



A long time ago, in a galaxy far, far away...

События и явления, описанные в этой статье, были давно, и помнит о них разве что пара-другая олдфагов. Но Анонимус не забывает!

«**Характерная особенность** нашей революции состоит в том, что она дала народу не только свободу, но и материальные блага, но и возможность зажиточной и культурной жизни »

— *И. Сталин, Предисловие к книге*

**Книга о вкусной и здоровой пище** — одна из самых востребованных и при этом реально годных книг недавнего прошлого. В **совковой** семье являлась неотъемлемым атрибутом быта (как мебельная «стенка» или карта в туалете) и служила показателем благосостояния семьи и рдивости хозяйки. Также, именно появление этой книги окончательно оформило складывание и кодификацию единой т. н. «**советской кухни**», в противовес национальным кухням составлявших Советский Союз народов.

## История

Стандартный формат — A4<sup>[2]</sup>, но встречаются как громадные, так и карликовые экземпляры. Обязательно содержит большое количество красочных изображений (вручную раскрашенных и подретушированных фотографий<sup>[3][4]</sup>) всяческих **кушаний**. Ценность книги возростала с увеличением числа блюд зарубежных стран и национальной кухни тогда ещё союзных республик.

По первоначальному замыслу «Книга...» должна была стать двухтомником: том 1 — «Книга о вкусной пище», том 2 — «Книга о здоровой пище», но позже, под влиянием **цензуры**, издательство вынуждено было объединить оба тома в один с переименованием.

«Книга» некогда считалась очень ценным подарком, поскольку, как и большую часть нужных вещей, купить её при совке было невозможно, ибо «дефицит», который нужно «достать». «Книгу» было принято дарить молодоженам (по ценности подарок шёл примерно в одном ряду с небольшими предметами мебели), теще или свекрови, а также прочим родственникам, которым хотели выразить великое уважение.

Сама по себе «Книга» содержала главным образом рецепты домашней еды, которую назвать **нямкой** рука не поднимается, поскольку в большинстве своём рецепты действительно годные, без излишнего геморроя и больших претензий. Бонусом шло некоторое количество «блюд для праздничного стола», которые иногда могли оказаться чем-то весьма странным. Кроме того, по ним можно рассчитать необходимый суточный рацион жратвы. И как не отметить тот факт, что большинство книг писал не какой-то хер с горы, а кандидаты и доктора наук.

Однако же в целом книга реально юзабельная, и даже **дева с богатым внутренним миром** сможет приготовить с её помощью достаточно съедобные борщ, гуляш или котлеты — если, конечно, не будет в процессе преувеличивать богатство своего внутреннего мира и излишне смело экспериментировать.

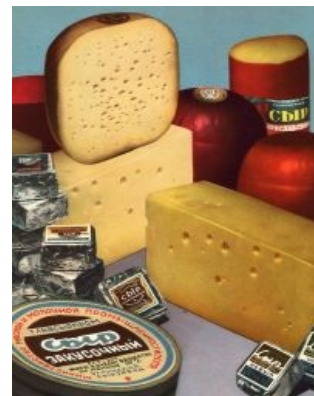
Также не следует забывать, что «Книга», впервые вышедшая в 1939 году, была первым и долгое время вообще единственным кулинарным мануалом для широких масс граждан СССР, а не для пищевой промышленности или предприятий общепита. До её выхода **генеральная линия партии** была такой, что советский пролетарий должен жрать на т. н. **фабрике-кухне**.

## Also

А ещё когда жрать было нечего, всегда можно было полистать сей опус и пометчать, а также узнать очень много новых слов, которые анонимус умудрился попробовать на вкус лишь после падения СССР, будучи студентом: **хурма**, корица, зельц, салями, разные виды сыров, etc, и даже такие как **шашлык** и **шаурма**.

## Меметичность

Первая глава книги представляет собой руководство для расовых советских домохозяек о том, как надо **есть шоколадные рогаляжи** вести хозяйство согласно заветам **Ильича**. Сейчас немало доставляет, а в те годы было обычной практикой — заветы КПСС о **ядерной физике** тоже смотрятся немного странно, но «в



Давайте будем **ЖРАТ!**  
[1]

советской России»... Впрочем, не будем отвлекаться.

С точки зрения [коммуняки](#), данная книга является одним из опровержений грязной либерастической, антисоциалистической пропаганды про тотальный [дефицит](#) и всеобщие километровые [очереди](#), придуманной [либерастами](#) для того, чтобы всем как можно меньше хотелось обратно в СССР. Об этом косвенно говорит тот факт, что кучу продуктов из перечисленных в книге до сих пор можно достать за большие деньги лишь в специализированных магазинах. При [перестройке](#), конечно, так оно и было, только вот первое издание книги появилось аж в 1939 году.

Помимо изложения собственно рецептов, Книга содержала огромное количество инфы о жарчке вообще и о советской пищевой промышленности в частности — мелким шрифтом на полях. Современному анонимусу не вполне очевидно, с какой целью, но в этих заметках присутствовали [во множестве](#) описания различных деликатесов и процессов их производства в [Стране Советов](#), в то время как самих этих изделий уже многие годы не видели даже в [Столице нашей Родины](#). Иногда такая экзотика распространялась через всяческие спецкормушки по случаю грядущих официальных празднеств, а простой народ кушал репу и шутил про «Красную книгу о вкусной и здоровой пище». Сейчас в это трудно поверить, но еще в начале 80-х эта шутка считалась [«политической»](#) и рассказывалась не то чтобы шепотом, но во всяком случае вполголоса.

При перестройке и гласности имела хождение несколько другая шутка: «Меняю книгу о вкусной и здоровой пище на вкусную и здоровую пищу».

В одной из серий «Гости из будущего» мужичок на лавочке читал именно эту книгу, о чём трезво заявила сама [Алиса Селезнева](#).

Одна из иллюстраций книги (та, что вверху страницы), в несколько измененном виде засветилась на обложке альбома «Тоталитаризм» известной группы [Гражданская Оборона](#).

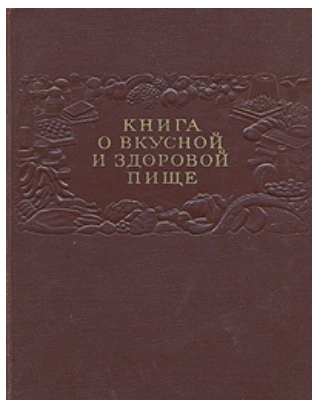
## Алсо

Не следует забывать, что оригинальная книга была создана в расчёте на полный цикл «с фермы к столу». Помимо собственно рецептов, в полной версии книги есть лулзовые для городских мышей советы и даже поправки на продукт не первой свежести.

Алсо, в США подобная по влиянию на кухню страны книга была написана негром по фамилии Карвер (книжко о 105 блюдах из арахиса). Так как земля в США оче прогретая, а «традиционный корм белого человека» предпочитает демонстративно умирать от причинения себе усушки, проблема корма в США, как бы странно это ни звучало, стояла, даже несмотря на «40 акров гомстеда каждому мужику» Линкольна и [картоплю](#). За решение проблемы голода Карвер награждён славой, и есть за что: арахис в количестве 120 грамм невозбранно насыщает организм на уровне литровой бутылки молока 3,2% жирности (а стоит дешевле даже в РФ, если брать какую-нибудь «красную цену»), и это в отсутствие толп [веганов](#).

- В ответку недоброжелатели сначала создали миф «Карвер — *изобретатель* арахисового масла», а потом поспешили его какбэ разрушить ломающими новостями, что-де арахисовое масло было известно задолго до XIX века.

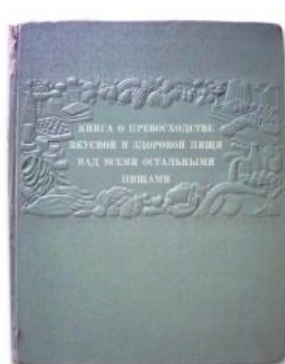
## Галерея



Обложка



Первая страница



Просто жаба на тему

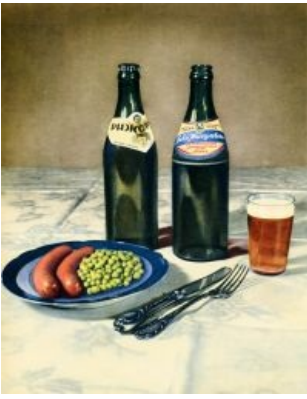


Фото из книги<sup>[5]</sup>

Легендарное фото из  
середины книги.

## Копипаста

«Холодильник — это машина, работающая электричеством »

— Издание 1949 г.

«Мозги состоят из рыхлой мышечной ткани<sup>[6]</sup> »

— раздел «Субпродукты»

«Летом, когда в продаже появляются помидоры...<sup>[7]</sup> »

— Издание 1982 г.

## См. также

- [Нямка](#)

## Примечания

- <sup>↑</sup> Эта иллюстрация стала обложкой переизданного в 1996 г. альбома «Гражданской обороны» «Тоталитаризм», в котором есть песня с такой строчкой.
- <sup>↑</sup> «Формат А4» давно уже просится в компанию к «[S как доллар](#)», ибо стандартный книжно-журнальный формат это не 210×297 мм, а, например, 60×90/8 — 205...220×275...290 мм. Желающие выебнуться «под старину» могут говорить «in octavo» — так в любом случае будет правильнее.
- <sup>↑</sup> Ретушированных так, как это было принято делать в 50-х — то есть смело, густо и [до полной утраты схожести с оригиналом](#).
- <sup>↑</sup> Вся еда готовилась в ресторане «Прага» и ретушировались именно фотки, а не сама еда. Сейчас же вместо [маянезика](#) поливают клеем ПВА, котлетки для гламурности брызгают лаком для волос, в пиво для пенности добавляют стиральный порошок и далее по списку. Ну вы поняли...
- <sup>↑</sup> Году так к 1985-му достать все три компонента стало не легче тех самых пресловутых ананасов.
- <sup>↑</sup> Тонкий самонамёк, однако
- <sup>↑</sup> Смотря какой степени дерьмовости. Помидорки, на которых ещё зелёных спалили присутствие плесени, подвергаются процедуре засаливания. Засоленный помидор после засолки имеет специфический вкус, но закусить им водку было реально. Продавался сей монстр ради навару вне кассы колхоза.

## Ссылки

- [Скачать книгу](#)



## СССР

1000 мелочей 101-й километр 28 героев-панфиловцев 3,62 Red Alert Russian Reversal S-90  
Vnovodvorskaya Ёжик в тумане АК-47 Александр Солженицын Алиса Селезнёва Алкоголик  
Антарктида Афганская война Аэрофлотовская курица Бандеровец Баня Беломор Берия  
Бесконечное лето Блат Брежнев Брежневка В мире животных В СССР секса нет Варёнки  
Ведро компрессии Великая Отечественная война Вентиляторный завод  
Ветеран Куликовской битвы Винни-Пух Владимир Высоцкий Власовцы Восьмидесятые  
Вписка Вражеские голоса Всё прогрессивное человечество Гагарин  
Генеральная линия партии Гитара «Урал» Глобус Украины Гоблин Граждане СССР  
Гражданская война в России ГрОб Гутник Давид Черкасский  
Дважды еврей Советского Союза Дембельское фото Детская площадка Детский лагерь  
Дефицит Дирижабль Киров До чего Сталин страну довёл Добровольно-принудительно  
Дотянулся проклятый Сталин Ежов Железный занавес Жить стало лучше, жить стало веселее  
Жуков Журнал «Крокодил» Загнивающий капитализм Закручивать гайки  
Зато мы делаем ракеты Звёздочка Зоя Космодемьянская И немедленно выпил  
И примкнувший к ним Шепилов Иван Васильевич меняет профессию Игорь Тальков  
Игрушки, прибитые к полу Ирония судьбы Как я провёл лето Карлсон  
Квадратно-гнездовой способ мышления Кин-дза-дза Клюква Книга о вкусной и здоровой пище  
Ковёр Кола Бельды Колыма Комбинат «Маяк» Комедии Гайдая Коммуняки  
Корейский Боинг Космическая гонка КТ315 Кузькина мать Ламбада Леваневский Ленин  
Либераст Лысенко Мавзолей Ленина Максим Калашников Мао Цзэдун Марш авиаторов  
Мессинг Ми-24



## Нямка

2 Girls 1 Cup 40 кг хурмы Cereal Guy Cookies Dubva1 Eat da poo poo HowToBasic KFC  
Kitchen nah LOLI НАЕТ PIZZA OM NOM NOM NOM Sandwich Chef Абсент Алёнка  
Алкогольные напитки Алкотур Анорексия Аэрофлотовская курица Балтика Баночка  
Бичпакет Бокасса Борщ Бром Вафли «Юлечка» Веганы Вителлий Владимир Сорокин  
Воткаят Вьетнамка Ганнибал Лектер Генномодифицированная вода Глутамат натрия ГМО  
Говно Голодные африканские дети Голодомор Грибы Гуидак Дигидрогена монооксид  
Диета Егор Просвирнин Жевательная резинка Забухай, ёпт Зелёный слоник Зелень  
И немедленно выпил Иван Семеныч угощает голубцами с говном Иди Амин Кавказская кухня  
Казу марцу Капуста Карина Будучьян Картофель Квас Киндер-сюрприз Клюква  
Книга о вкусной и здоровой пище Кока-кола Коктейль Молотова Колобок Копальхем Кофе  
Кофе в постель Кошер Криветко Кружка-кун Кулинарный сноб Курица Курица или яйцо?  
Лёгкий голод Леонардо да Винчи Людоедство Лютефиск Макаревич Макароны  
Макдоналдс Маргарин — продукт из нефти Маянезик Мозг обезьяны Мускатный орех  
Мясо по-французски Насвай Натурпродукт Не айс Никита Литвинков Нямка Общепит  
ОВОЩИ Овуляшка Ожирение Онищенко Пельмени Пепси-кола Пиво Пирожки  
Пищевые добавки Плов Плюшки Повар

[w:Книга о вкусной и здоровой пище](#)