

КУХНЯ ЕГИПТА: ТРАДИЦИИ И СОВРЕМЕННОСТЬ

О. Г. Фирсова

МГПУ

Москва, Россия

FirsovaOG@mgpu.ru

Д. П. Шульгина

МГПУ

Москва, Россия

ShulginaDP@mgpu.ru

АННОТАЦИЯ

Кухня Египта, одной из древнейших цивилизаций мира, несмотря на сложную политическую историю страны, которая на протяжении веков попадала под власть иностранных завоевателей, начиная с Александра Македонского и заканчивая английским господством, смогла сохранить свои уникальные аутентичные черты. В то же время на египетскую кухню безусловно оказала сильное влияние средиземноморская кухня и в чуть меньшей степени кухни народов под чьей властью находился Египет на протяжении своей более чем трехтысячелетней истории.

Целью данной статьи является показать уникальность кухни и особенности трапезы в Египте, которые сохранили аутентичные черты со времен Древнего царства и до современности.

Основные любимые продукты египтян, которые они употребляли в пищу ещё во времена фараонов, остались неизменными и в наши дни. Хлеб – это главный продукт для египтян с древнейших веков и до настоящего времени. В древности хлеб был основной единицей обмена. В словаре Древнего царства целых пятнадцать слов, которые обозначают разные виды хлеба. Современные египтяне так же, как и древние выпекают множество различных хлебобулочных изделий. Мясо – второй по значимости после хлеба продукт как для древних, так и для современных египтян. Больше всего во времена фараонов, как, впрочем, и в наши дни египтяне ценили говядину и не ели свинину, считая её нечистой. В древности египтяне также употребляли в пищу мясо дикой и домашней птицы, а в современном Египте фаршированные голуби праздничное блюдо. В Древнем царстве рыба считалась нечистой для жреческой касты, а для остального населения низкостатусной пищей и ей кормили в основном рабочих, но впоследствии рыба заняла прочное место в рационе египтян.

Во все времена на столе египтян было много овощей и фруктов. Особенно любили древние египтяне лук, чеснок, а лук порей вообще считали главным афродизиаком, дарующим мужскую силу. Современные египтяне, считают, что такими свойствами обладает руккола. Самыми древними фруктовыми деревьями в Египте были финиковая пальма и смоковница. Позже в Египет из Азии завезли цитрусовые и бананы.

Любимым напитком древних египтян было пиво, его ценили наравне с хлебом. В современном Египте более 80% населения – мусульмане, поэтому алкогольные напитки не пользуются популярностью. Египтяне любят пить черный, зеленый и красный чай, кофе, свежевыжатые соки.

Ключевые слова: кухня Египта, Древний Египет, египетский хлеб, египетские гробницы, современный Египет, блюда египетской кухни, повседневная жизнь древних египтян.

EGYPTIAN CUISINE: TRADITION AND MODERNITY

Olga G. Firsova

*Moscow City University
Moscow, Russia
FirsovaOG@mgpu.ru*

Daria P. Shulgina

*Moscow City University
Moscow, Russia
ShulginaDP@mgpu.ru*

ABSTRACT

The cuisine of Egypt, one of the oldest civilizations in the world, despite the complex political history of the country, which for centuries fell under the rule of foreign conquerors, starting with Alexander the Great and ending with English domination, was able to preserve its unique authentic features.

The main favorite foods of the Egyptians, which they used to eat back in the time of the pharaohs, have remained unchanged to this day. Bread has been a staple for Egyptians since ancient times to the present. In ancient times, bread was the main unit of exchange. There are fifteen words in the dictionary of the Ancient Kingdom that denote different types of bread. Modern Egyptians, just like the ancients, bake many different baked goods. Meat is the second most important product

after bread for both ancient and modern Egyptians. Most of all, in the time of the pharaohs, as well as in our days, the Egyptians valued beef and mutton and did not eat pork, considering it unclean. In ancient times, the Egyptians also ate wild and poultry meat, and in modern Egypt, stuffed pigeons are a festive dish. In the Ancient Kingdom, fish was considered an unclean product and was fed only to workers, but later fish took a firm place in the diet of the Egyptians.

At all times, the Egyptians had a lot of vegetables and fruits on the table. The ancient Egyptians were especially fond of onions and garlic, and leeks were generally considered the main aphrodisiac, bestowing masculine strength. Modern Egyptians believe that arugula has such properties. The most ancient fruit trees in Egypt were the date palm and the fig tree. Later, citrus fruits and bananas were imported to Egypt from Asia.

Beer was the favorite drink of the ancient Egyptians, and it was valued on a par with bread. In modern Egypt, more than 80% of the population are Muslims, so alcoholic beverages are not popular. Egyptians like to drink black, green and red tea, coffee, and freshly squeezed juices.

Keywords: Egyptian cuisine, Ancient Egypt, Egyptian bread, Egyptian tombs, modern Egypt, daily life of ancient Egyptians.

Египет – одна из древнейших мировых цивилизаций, и его кухня на протяжении тысячелетий, несмотря на сложную историю страны, вхождение в состав различных государственных образований и, следовательно, иностранных влияний, сумела сохранить свои уникальные аутентичные черты.

Древний Египет был завоеван Александром Македонским и, войдя в состав его державы, эллинизировался. После смерти египетской царицы Клеопатры VII страна стала римской провинцией, а после распада Римской империи Египет вошёл в состав Византии. В VII в. Египет был завоеван арабами, а с XVI по XIX века входил в состав Османской империи. С 1882 г. Египет фактически стал британской колонией. С 1922 по 1953 г. Египет был независимым королевством, но оставался под сильным влиянием Великобритании. С 1953 г. начинается история современного Египта.

Безусловно, что некоторые кулинарные традиции народов, завоевавших Египет, органично вплелись в национальную египетскую кухню, но в своей основе она осталась неизменна со времен фараонов. Современные египтяне бережно сохраняют свои традиции, в том числе и кулинарные.

Хлеб – один из самых важных продуктов в кухни Египта с древних времен и до наших дней. «В словаре Древнего царства можно насчитать до пятнадцати слов, обозначающих различные виды хлеба и булочек. Немало терминов можно отыскать и в позднейших текстах» (Монтэ, 2000, с. 133). В арабском языке хлеб обозначают словом الخبز «хобз», так говорят в большинстве арабских стран, а в современном Египте хлеб называют عيش «аиш», что переводится как жить. Это говорит об огромном значении хлеба в пищевой культуре египтян.

Ценность хлеба для древних египтян подтверждается тем, что его использовали в повседневном обмене. Часто цена товара обозначалась именно в четвериках, которыми измеряли зерно. Совершенно особенное место зерна «в староегипетском обмене как единообразного оценочного и покупного средства» (Перепелкин, 1949, с. 309). Существовали также зерновые ссуды, которые были настолько распространены, что превратились в настоящее бедствие для египетского народа.

В Древнем Египте было множество разных сортов хлеба и булочек, отличавшихся различными добавками в тесто. «Мука была трех видов: ячменная, «ит», из полбы, «бедет», и пшеничная, «сут». Богачи хранили свои запасы зерна поблизости от дома или на крыше. Можно было самим молоть зерно и выпекать свой хлеб.

Именно так поступали в храмах. Однако вполне возможно, что небогатых людей обслуживали мельники и пекари» (Монтэ, 2000, с.133). Интересно, что и в современном Египте также существует невообразимое количество разного хлеба. Каждая мухафаза (провинция), а иногда даже отдельная деревня славится своим особенным хлебом. Но самый известный хлеб Египта – عيش بلدي (Аиш Балади), что можно перевести как родной, национальный хлеб. Это египетский лаваш в виде круглых лепешек диаметром 15–20 см, толщиной 1–2 сантиметра, продается во всех пекарнях Египта, а в деревнях многие хозяйки выпекают такой хлеб самостоятельно в глиняных печах. Аиш Балади не только обязательное дополнение к практически любому блюду, но ещё его используют в качестве столовых приборов, зачерпывая им соус, различные намазки, рис, беря кусочки мяса. Этим хлебом также можно пользоваться как тарелкой, накладывая туда мясо, печень, овощи.

Самый уникальный хлеб Египта, который делали со времен фараонов, пожалуй, عيش شمسي (Аиш Шамси), что означает хлеб солнца или солнечный хлеб. В настоящее время его выпекают только в Верхнем Египте на камнях прямо под лучами жаркого солнца, отсюда и название.

В египетских деревнях хлеб пекут из разных видов муки, и он отличается по форме и размерам. Например, عيش بتاو (Аиш Батау) – хлеб из кукурузной муки выпекают в традиционной глиняной печи. Он очень тонкий и большой в диаметре 70–80 сантиметров. Этот хлеб можно есть как свежим, так и подсушенным, добавляя в суп или бульон в качестве гренков. عيش قمح (Аиш Гамх) – хлеб из чечевичной муки. Готовится он очень интересно. В духовку насыпают мелкие камни, затем на них кладут тесто. Получается круглая лепешка диаметром около 50 сантиметров с вмятинами от камней. كحك (Кахк) – это круглый хлеб с дыркой посередине, диаметром 20–25 сантиметров. Готовят его только на праздники. В печах и духовках к праздникам в деревнях также в больших количествах выпекают печенье, которое называют بسكويت (бисквит) и специальный хлеб فليش (фейш), который выглядит как овальная толстая лепёшка. После выпечки, когда эта лепешка остынет, её разрезают на кусочки, по форме и размеру напоминающие небольшие сухари, и высушивают в духовке. Подают фейш к чаю и кофе.

Всем известны восточные сладости, в которые добавляют большое количество меда и орехов. В современном Египте это: كنافة (кунафа) из тонкого, как вермишель

одноименного теста, пропитанного сладким сиропом, с различными начинками от заварного крема до фруктов и сыра, بسبوسة (басбуса) или манник, пирог فطير (фы-тыр) из слоенного теста, пропитанного топленным маслом, أم علي (Ом Али) – десерт из кусочков бисквита, смешанных с орехами, кокосовой стружкой и залитых сливками, и многие другие. Например, рецепт десерта Ом Али известен с XIII века. Дословно его название переводится как мать Али, потому что назван он в честь жены мамлюкского султана Египта Айбека. Получается, этот десерт был заимствован египетской кухней из турецкой и очень полюбился египтянам. В современном Египте также любят известную восточную сладость пахлаву, или как её называют египтяне بقلوة (бахлава). Дело в том, что в арабском языке отсутствует звук «п». Многие страны: Турция, Болгария, Греция и даже Древний Рим спорят о происхождение этого десерта и приписывают его появление именно своей кухни. Египтяне также считают, что пахлава их изобретение. Пример с пахлавой и десертом Ом Али, говорит, что общие средиземноморские тенденции характерны и для кухни Египта.

Следующий важный элемент в египетской кухне с древнейших времен и до наших дней, после хлеба – мясо. Исследователи повседневной жизни египтян (Мон-тэ, 2000, с. 16), детально изучавшие росписи гробниц и египетские папирусы, свидетельствуют, что в гробницах очень часто изображали стада животных, предназначенных на убой, и сами сцены боен. Чаще всего этими животными были быки разных пород, как крупные африканские с большими рогами, так и мелкие с маленькими рогами. Английский археолог-египтолог У. Б. Эмери, изучив большое количество костных останков из египетских гробниц, а также строение рогов на «скамьях» с бычьими головами при некоторых гробницах, пришел к выводу, что «быки тех времен принадлежали к виду, который в настоящее время уже не встречается в Египте, но до сих пор разводится в Судане. Это была длиннорогая порода, близкая, по-видимому, к быкам зебу» (Эмери, 2001, с. 290).

В жертву жрецам также приносили обычно быков. Об этом свидетельствует и Геродот, который пишет, что у жрецов «есть печенный священный хлеб; воловьего мяса, гусей каждый из них имеет ежедневно в изобилии» (Геродот, 2025, с. 157).

Белый Бык был посвящен богу Мину – покровителю пашен и садов «в честь которого египтяне устраивают шумные праздники урожая» (Рак, 2004, с.158). Бык являлся символом плодородных сил божества.

Быки ценились не только за вкусное мясо, но ещё они были главными работниками в поле. В древнеегипетском праве: «кара за кражу быков – этого жизненно необходимого при сельскохозяйственных работах животного была больше, чем при краже какого-либо иного имущества» (Лурье, 1960, с.118).

В настоящее время главным праздничным блюдом египтян остается говядина. Дорогим гостям подают это мясо. Считается стол накрыт богато, если на нем присутствует говядина. В деревнях часто подают к праздничному столу просто отварную говядину. Популярное блюдо на свадьбы и религиозные праздники у современных египтян *فتة* (фатта), состоит из слоев говядины или баранины, риса и поджаренного хлеба. Пирожки с начинкой из говядины, лука, чеснока и специй – *واشي* (хававши), обычная уличная еда в Каире и Александрии. Такие пирожки хозяйки готовят и в домашних условиях.

В эпоху Древнего царства египтяне употребляли в пищу мясо диких животных пустыни. В основном это были разные виды антилоп. С развитием скотоводства доля дичи на столе египтян значительно снижается.

Известный французский египтолог Пьер Монте пишет о древних египтянах: «ни в одном документе, насколько я знаю, не говорится о том, что египтяне употребляли в пищу свинину, козлятину или баранину, но и обратных утверждений мы не находим, хотя этих животных разводили даже в Верхнем Египте» (Монтэ, 2000, с.124). В современном Египте баранину используют для приготовления мясных блюд наравне с говядиной. Свинину египтяне не едят и в наши дни. Это связано с религиозными убеждениями. Больше 80% египтян исповедуют ислам, по канонам которого мясо свиньи считается нечистым и его запрещено употреблять в пищу. Египетским христианам – коптам, хоть и разрешается религией есть свинину, но она не очень популярна и не имеет широкого хождения в публичном и общенациональном гастрономическом пространстве Египта.

Мясо птицы египтяне тоже употребляли с древнейших времен. «Куры стали известны только во II тысячелетии до н. э., но египтяне и ранее разводили, и потребляли большое количество другой домашней птицы. В Большом папирусе Харриса ее исчисляют сотнями тысяч. В перечне даров, где четвероногие составляют 3029 голов, записано 126 250 различных птиц, из них 57810 голубей, 25020 водоплавающих птиц, пойманных живыми в сети, 6820 гусей “ра” и 1534 гуся “череп”.

Несушек было 4060...» (Монтэ, 2000, с.126). Современные египтяне употребляют в пищу мясо гусей, уток, кур, перепелок и голубей. Голуби, считаются праздничным блюдом в современном Египте. Их фаршируют рисом или булгуром с добавлением специй и жарят на сковороде или запекают в духовке. Часто голубей подают на свадебный стол. Голубей, которых употребляют в пищу, выращивают в специальных голубятнях. Им подрезают крылья и хвосты, чтобы они не летали и «нагуливали» жир. Кормят их также очень хорошо: пшеницей и кукурузными зернами.

К рыбе в Древнем Египте относились неоднозначно. Она считалась нечистой пищей, для жреческой касты, а для остального населения низкостатусной пищей. «Само по себе рыболовство было развито в Египте во все времена – благо рыба и в Ниле, и в Фаюмском озере водилась. На стенах гробниц изображается, как ее ловят сетями, переносят на шестах и в корзинах, раздают работникам, продают и покупают на рынках» (Ивик, 2012, с. 49). Только в Новом царстве рыбу стали употреблять в пищу все жители Египта, до этого времени рыбой питались исключительно бедняки. Ю. Я. Перепелкин в своей монографии «Хозяйство староегипетских вельмож» на основании изображений в гробницах египетских вельмож, делает вывод, что рыбой кормили землепашцев, работающих на полях староегипетских вельмож (Перепелкин, 1988, с. 187). В настоящее время египтяне едят и речную и морскую рыбу. Особенно популярны рыбные блюда и блюда из морепродуктов в приморских городах.

О том, какие овощи употребляли в пищу в Древнем Египте мы узнаем из медицинского папируса Эберса, «Сказках сыновей фараона Хуфу», «Сказке о потерпевшем кораблекрушение», истории Геродота, Большом папирусе Харриса, коптском варианте Библии, рисунках на жертвенных стелах, а также семена многих растений археологии обнаружили в гробницах. Обобщая данные этих документов, можно сделать вывод о том, что древние египтяне любили и часто ели обычный лук и лук порей, чеснок и салат латук. Последний считался афродизиак, который приносил женщинам плодovitость, а мужчинам возвращал половую силу, поэтому его ели в больших количествах. У современных египтян также в почете лук и чеснок, который они добавляют в различные блюда, а лук порей и салат латук, как и в древности едят свежими и без них не обходится практически ни один пикник.

Современные египтяне также употребляют в пищу много другой зелени: петрушку, укроп, рукколу. Только если для древних египтян афродизиаком был салат латук, то для современных – руккола. Из растения семейства джутовых молохеи египтяне готовят национальный одноименный зеленый суп, очень популярный в современном Египте. Это блюдо к тому же считается очень древним. «Легенда гласит, что один фараон серьезно заболел. Он пошел к целителю, который посоветовал ему сесть на молохейскую диету, чтобы вылечиться. Фараон так и сделал. И с тех пор трава стала в почете. На Западе ее так и называют “молохея” или термином “еврейская мальва”» (Наср, 2021, с.2).

Древние египтяне также выращивали и употребляли в пищу чеснок, редис, огурцы, бобы, горох, нут, тыквы. «Чечевица и фасоль появилась в Египте со времен Среднего царства» (Ивик, 2012, с. 58) и очень быстро приобрели популярность. Современные египтяне тоже часто употребляют их в пищу, а чечевичный суп одно из любимых национальных блюд египтян.

Современный Египет славится разнообразием и доступностью свежих фруктов круглый год. Туристов, кроме исторических достопримечательностей, влечет в Египет возможность поесть свежее манго, клубнику, гуаву, виноград, мандарины, финики и другие фрукты. Какие же фрукты и ягоды были известны древним египтянам? Одними из первых фруктовых деревьев Древнего Египта были инжир, финиковая пальма и виноградная лоза. «Важно ещё и то обстоятельство, что финиковая пальма издавна росла в диком состоянии в Северной Африке и плоды её употреблялись в пищу жителями Египта во времена палеолита (находки в оазисе Харга) неолита (находки на стоянке в Эль-Омари, близ Каира) и додинастического периода (культура Накада)» (Редер, 1967, с.107). Богатые египтяне разбивали вокруг своих домов сады с фруктовыми деревьями. В качестве примера опишем сад, изображенный в одной фиванской гробнице: «Сад имеет форму квадрата и окружен каменной оградой. В середине сада расположен большой четырехугольный участок, засаженный виноградом, разделенный на шесть отделений... Деревья в саду расположены правильными рядами, образующими аллеи. Среди деревьев можно распознать финиковые пальмы, пальмы-дум и смоковницы» (Ванин, 1938, с. 113).

Древние египтяне также лакомились арбузами и дынями, их часто изображают на жертвенных стелах и о них упоминают многие письменные источники.

«Груши, персики, вишни и миндаль» (Монтэ, 2000, с. 81). египтяне узнали только в римскую эпоху. Миндаль считался в Египте редкостью и до сих пор он растет только в дельте Нила.

Неизвестны древним египтянам были апельсины, лимоны и бананы, которые в изобилии произрастают в современном Египте. Эти растения уже были известны в средневековом Египте. Их подробно описывает в своем труде Абд ал-Латиф Йусуф Мухаммад 'Али Муваффах ал-Дин ал-Багдади – известный арабский ученый-энциклопедист и путешественник (ал-Багдади, 2013, сс. 59–71).

В настоящее время египтяне подают фрукты в конце трапезы на десерт вместе со сладостями, чаем и кофе. Фрукты также служат легким перекусом между приемами пищи. На улицах современного Египта стоят палатки, где при вас делают свежевыжатые соки и подают фруктовые салаты.

В древнем Египте «молоко считалось настоящим лакомством. Его хранили в пузатых глиняных сосудах, горлышко которых затыкали пучком травы, чтобы уберечь от насекомых» (Монтэ, 2000, с. 82). В современном Египте молоко активно используется для приготовления десертов. Самые популярные из них: ارز بلين (роз биллябан) дословно переводится как рис с молоком (по сути, это рисовый пудинг) и уже упоминавшийся в этой статье أم علي (Ом Али).

В древнем Египте знали и употребляли в пищу различные молочные продукты, но правильно их индизировать из-за неточности в переводах не представляется возможным. В настоящее время в Египте также производят и едят молочные продукты, но по вкусу они отличаются от российских. Особой любовью у египтян пользуются мягкие белые сыры типа феты. Такой сыр заворачивают в лепешку и едят как бутерброд на завтрак.

Ни одна трапеза не обходится без напитков. Для древних египтян национальным напитком было пиво. Его в обязательном порядке выдавали строителям пирамид. Пиво варили из пшеницы, ячменя и фиников. Пиво производили как в самом Египте, так и в небольших количествах ввозили из других стран. «Сцены приготовления пива изображены на стенах целого ряда гробниц, например гробницы V династии в Саккара, гробницы VI династии в Дейр-эль-Гебрави, гробницы Среднего царства в Меире, гробницы Среднего царства и гробницы XVIII династии в фиванском некрополе (Лукас, 1958, сс. 24–25). О том, что пиво было любимым

напитком древних египтян свидетельствует дошедшие до нас записи о самой почтенной профессии в древнем Египте – писца, которую сравнивают в том числе и с пивом: «сладостнее оно, чем хлеб и пиво, чем одежда, чем умощение» (Коростовцев, 2001, с.20).

Другим алкогольным напитком, который употребляли древние египтяне, было вино, но его пили не так часто, как пиво.

В современном Египте, где больше 80% населения составляют мусульмане, в религии которых есть запрет на употребление алкоголя, производство алкогольной продукции не очень развито и её качество невысокое.

В настоящее время к любимым национальным напиткам египтян можно отнести чай с очень красивым названием العروسة (Аруса), которое переводится как «невеста». Это черный чай, который египтяне любят заваривать прямо в чашке. Ещё жители Египта любят желтый чай из семян пажитника и красный чай каркаде из цветов суданской розы. Кофе предпочитают очень крепкий, часто добавляют в него кардамон. Свежевыжатые соки также пользуются популярностью. Самый дешевый вариант, отлично утоляющий жажду - сок из стеблей сахарного тростника. Современные египетские дети просто грызут стебли сахарного тростника точно так же, как в древнем Египте дети жевали стебли папируса.

Египтяне на протяжении тысячелетий смогли сохранить основные кулинарные традиции, зародившиеся ещё во времена первых фараонов. Основными и любимыми продуктами древних египтян были хлеб и пиво. Это подтверждается многочисленными письменными источниками и изображениями, найденными в гробницах. Даже в литературных источниках, например, в повести «Обличение поселянина» говорится о важности этих продуктов для египтян. Поселянин говорит своей жене, отправляясь в путь: «вот тебе две меры ячменя на пропитание для тебя и твоих детей, а из шести мер ячменя ты приготовишь мне хлеб и пиво на каждый день: я буду этим (жить)» (Обличения поселянина, 1979, с. 37). Кроме того, с древних времен и по настоящее время египтяне много употребляют в пищу овощей, зелени и фруктов.

Современная египетская кухня уникальна тем, что несмотря на иностранные влияния, она смогла сохранить свою самобытность и основные продукты, используемые в пищу египтянами и даже отдельные блюда остались неизменными со времен фараонов.

Библиография

- ал-Багдади, ‘Абд ал-Латиф. (2013). Описание Египта начала XIII века. Книга уведомления и рассмотрения дел виденных и событий засвидетельствованных на земле Египта (В. В. Наумкин & А. Г. Недвецкий, пер.). Институт востоковедения РАН.
- Ванин, С. И. (1938). Сады и парки Древнего Египта и Ассиро-Вавилонии. Природа, (5), 112–121.
- Геродот. (2025). История (Ч. 1, Ф. Г. Мищенко, пер.). Юрайт.
- Ивик, О. И. (2012). Еда Древнего мира. Ломоносовъ.
- Коростовцев, М. А. (2001). Писцы Древнего Египта (А. С. Четверухин, ред.). Журнал «Нева»; Летний сад.
- Лукас, А. (1958). Материалы и ремесленные производства Древнего Египта. Издательство иностранной литературы.
- Лурье, И. М. (1960). Очерки древнеегипетского права XVI–X вв. до н. э. Издательство Государственного Эрмитажа.
- Монтэ, П. (2000). Повседневная жизнь египтян во времена великих фараонов (Ф. Л. Мендельсон, пер.). Молодая гвардия.
- Наср, Л. (2021). Блюда египетской кухни. Издательские решения.
- Обличения поселянина. (1979). В Сказки и повести Древнего Египта (И. Г. Лившиц, пер., сс. 37–59). Наука.
- Перепелкин, Ю. Я. (1949). Меновые отношения в староегипетском обществе. Советское востоковедение, 6, 302–311.
- Перепелкин, Ю. Я. (1988). Хозяйство староегипетских вельмож. Наука.
- Рак, И. В. (2004). Египетская мифология. Терра – Книжный клуб.
- Редер, Д. Г. (1967). Роль финиковой пальмы в экономике Древнего Египта. В Древний Египет и древняя Африка (сс. 107–112).
- Эмери, У. Б. (2001). Архаический Египет (Н. Н. Каменская & А. С. Четверухин, пер.). Журнал «Нева»; Летний сад.
- Эрман, А. (2008). Жизнь в Древнем Египте. Центрполиграф.

References

- Al-Baghdadi, ‘Abd al-Latif. (2013). Description of Egypt at the beginning of the 13th century: The book of notification and consideration of cases seen and events witnessed in the land of

- Egypt (V. V. Naumkin & A. G. Nedvetsky, Trans.). Institute of Oriental Studies, Russian Academy of Sciences. (in Russian).
- Emery, W. B. (2001). Archaic Egypt (N. N. Kamenskaya & A. S. Chetverukhin, Trans.). Neva; Letniy Sad. (in Russian).
- Erman, A. (2008). Life in ancient Egypt. Tsentrpoligraf. (in Russian).
- Herodotus. (2025). History (Part 1, F. G. Mishchenko, Trans.). Yurait. (in Russian).
- Ivik, O. I. (2012). Food of the ancient world. Lomonosov. (in Russian).
- Korostovtsev, M. A. (2001). Scribes of ancient Egypt (A. S. Chetverukhin, Ed.). Neva; Letniy Sad.
- Lucas, A. (1958). Materials and industries of ancient Egypt. Foreign Literature Publishing House. (in Russian).
- Lurie, I. M. (1960). Essays on ancient Egyptian law of the 16th–10th centuries BCE. State Hermitage Publishing House. (in Russian).
- Monte, P. (2000). Daily life of the Egyptians in the time of the great pharaohs (F. L. Mendelson, Trans.). Molodaya Gvardiya. (in Russian).
- Nasr, L. (2021). Dishes of Egyptian cuisine. Publishing Solutions. (in Russian).
- The complaints of the peasant. (1979). In Fairy tales and stories of ancient Egypt (I. G. Livshits, Trans., pp. 37–59). Nauka. (in Russian).
- Perepelkin, Yu. Ya. (1949). Exchange relations in Old Egyptian society. Soviet Oriental Studies, 6, 302–311. (in Russian).
- Perepelkin, Yu. Ya. (1988). Economy of Old Egyptian nobles. Nauka. (in Russian).
- Rak, I. V. (2004). Egyptian mythology. Terra Book Club. (in Russian).
- Raeder, D. G. (1967). The role of the date palm in the economy of ancient Egypt. In Ancient Egypt and ancient Africa (pp. 107–112). (in Russian).
- Vanin, S. I. (1938). Gardens and parks of ancient Egypt and Assyro-Babylonia. Nature, (5), 112–121. (in Russian).

Информация об авторах

Ольга Геннадьевна Фирсова

кандидат исторических наук, доцент,

Департамент истории Института гуманитарных наук

Московского городского педагогического университета,

129226, Москва, Россия, 2-й Сельскохозяйственный проезд, 4

e-mail: FirsovaOG@mgpu.ru

Дарья Павловна Шульгина

кандидат искусствоведения, доцент

Департамент истории Института гуманитарных наук

Московского городского педагогического университета,

129226, Москва, Россия, 2-й Сельскохозяйственный проезд, 4

e-mail: ShulginaDP@mgpu.ru

Information about the authors

Olga G. Firsova

PhD in Historical Sciences, Associate Professor

Department of History, Institute of Humanities,

Moscow City University, Russia, Moscow

e-mail: FirsovaOG@mgpu.ru

Daria P. Shulgina

PhD in Art History, Associate Professor

Department of History, Institute of Humanities,

Moscow City University, Russia, Moscow

e-mail: ShulginaDP@mgpu.ru

Для цитирования:

Фирсова, О. Г. & Шульгина Д. П. (2026) Кухня Египта: традиции и современность. *Perspectiva Temporis*, 1 (1), 178-191.

DOI: 10.24412/3045-3240-2026-1-178-191

For citation:

Firsova, O. G. & Shulgina, D. P. (2026) Egyptian cuisine: tradition and modernity. *Perspectiva Temporis*, 1 (1), 178-191.

DOI: 10.24412/3045-3240-2026-1-178-191

Материал поступил в редакцию / Received 16.05.2026

Принят к публикации / Accepted 05.06.2026