**Comida en San Petersburgo, Rusia**

**Comida rusa |** [**Comer barato**](http://www.san-petersburgo.com/barato.htm) **|** [**Restaurantes**](http://www.san-petersburgo.com/restaurantes.htm)[**Diccionario / guía de conversación para comer en Rusia**](http://www.san-petersburgo.com/dic/rusocom.htm)

Los platos de la **cocina típica rusa** son muy ricos, pero también tienen bastantes calorías, porque en invierno se necesita más energía (por eso, las sopas son muy populares). No se parecen a los platos de Escandinavia, pero sí a los platos de otros países eslavos y próximos. Encontrará muchos sitios en la ciudad para probar la cocina rusa, desde los más económicos hasta los restaurantes de lujo.

**Como es una comida tradicional rusa, la más completa:** 1. Primer plato - entremeses ("zakuski"), que pueden ser de todo tipo (ensaladas, platillos frios o calientes), o una sopa caliente, o, en verano, puede ser fría. También pueden ser estos dos platos (entremeses y sopa). 2. Segundo plato - un plato caliente y fuerte, por ejemplo, carne o pollo con guarnición. 3. Café o té siempre junto con el postre. Los rusos no toman un postre por separado y luego un café o té, estos siempre se toman juntos (sin el postre no es un helado, por supuesto), esta es la diferencia con las costumbres europeas, donde primero se toma un postre y luego la bebida. Los rusos están acostumbrados a acompañar el postre con un té y el té con algo dulce. El té se toma de las tazas grandes y pueden ser varias tazas.

Esto no quiere decir que toda la gente tiene este orden de comida (que es mucha). La mayoría de la gente que come en casa, empezará directo con una sopa y luego comerá un segundo plato, o solo comerá 1 plato grande. Por eso, la comida en casa se diferencia de la comida en restaurantes y cafeterías.

**Las especialidades de la comida rusa:**

**Entremeses**:

En ruso se llaman "**zakuski**", y pueden ser ensaladas o pequeños platillos fríos o calientes de mucha variedad, incluyendo caviar, encurtidos, platos hechos a base de pescado, carne y verdura. "Ensaladilla rusa" en Rusia existe como "ensalada "Olivié", y es muy popular y tradicional, se considera que es un invento de un cocinero francés con este nombre, pero después su forma original se cambió totalmente. Esta ensalada es parecida en algo a la que se conoce como "ensaladilla rusa", pero tiene ingredientes distintos (coinciden patata, guisantes y mayonesa, no tiene atún ni olivas). "Olivié" no puede faltar en cualquier fiesta rusa, sobre todo es típico comerla el Fin del Año. Otra ensalada conocida se llama "Arenque bajo el abrigo" o en ruso "Seliódka pod shuboi", está hecha con arenque cubierto con patatas, remolacha, zanahoria (toda verdura cocida), huevo, mayonesa. La tercera ensalada típica se llama "Vinegret" y contiene verdura (remolacha y patata hervidas, pepino marinado, guisantes, cebolla), todo aliñado con aceite. Otra ensalada popular se llama "Mimosa", luego hay ensaladas con setas marinadas y algunas con remolacha cocida mezclada con otros ingredientes. Estas ensaladas se puede probar como en los restaurantes de cocina rusa, tanto en lugares de comida rápida. Además, las ensaladas recien hechas se venden en cualquier supermercado.

**Primeros platos** (sopas):

**Las sopas** (en ruso: "**sup**") posiblemente son los platos más característicos. Las sopas tradicionales rusas nunca son tipo "puré", sino tienen dentro la verdura y la carne o pescado cortado a trozos, se parecen más a potaje. Es es la diferencias con las sopas "europeas". La sopa más famosa es **Borsch**. Es una sopa de origen ucraniano, hecha de remolacha, patata, tomates, col, carne. También no menos popular es la sopa **Solianka**, que puede ser de carne o pescado y además tiene pepinillos encurtidos, tomate y limón, tiene un gusto original ácido. Puede encontrar la sopa **Schi** (puede ser de col o de acedera) o **Ujá** (sopa de pescado). En Rusia, a diferencia de España donde las sopas calientes se comen en invierno, las sopas se comen todo el año. En verano se añaden las sopas frías ("Borsch frío", "Okroshka" - esta puede ser a base de kefir y de kvas). En muchas casas rusas, se considera que es saludable comer sopa todos los días como el primer plato de la comida.

**Segundos platos:**

Como segundo plato se ofrecen distintos platos de carne, ave y pescado. Por ejemplo **Stroganoff** (carne de ternera cortada en finos trozos, con una salsa de nata), o **Shashlik** (pinchos, plato original de Cáucaso), distintos filetes y carne rellena, pollo. De pescado local puede ser salmón, trucha, esturión, bacalao y algunos otros pescados. En los restaurantes de lujo habrán pescados mediterraneos y mariscos. La carne normalmente se sirve bien hecha, los rusos no están acostumbrados a la carne cruda.

Otro plato tradicional de la comida rusa se llama "**pelmeni**" y se parece a “ravioli”, que se comen acompañado de "smetana", mantequilla o ketchup. Es un plato de origen siberiano, y a Siberia ha venido desde China. La otra versión de "pelmeni" es "**varéniki**" - son más grandes y con otros rellenos: patata, col, dulce requesón, guindas. Estas comidas se pueden comer como en las cafeterías más baratas tanto en los restaurantes caros, también se venden congelados en los supermercados o se hacen a mano en casa. Otro plato bastante popular que puede encontrar serán "**golubtsí**" (las hojas de col rellenas de carne con arroz).

De las verduras y como **guarnición** en Rusia se come mucha patata, preparada de distintas maneras (hervida, frita, puré, etc.). También se usa la verdura, pasta, arroz, [alforfón o trigo sarraceno](http://es.wikipedia.org/wiki/Alforf%25C3%25B3n) (en ruso este cereal se llama "grechka", desconocido en España). Para sopas y ensaladas se usa bastante la remolacha (cocida). A muchos platos (sopas, ensaladas, patatas) a la hora de servir se añade la nata agria - "**smetana**", que es una cosa muy típica rusa, también muy utilizada en países bálticos, Ucrania, Belorusia y otros países de la zona.

**Más especialidades de la cocina rusa**

En Rusia y en los países de la zona (países bálticos, Ucrania, Belorusia, etc.) hay **una gran variedad y tradición de comer productos lácteos.** En las tiendas puede comprar muchos tipos de requesón ("tvórog" en ruso), "kefir" - una bebida parecida al yogur y también muchas variedades de yogur. Le recomendamos probar "Syrok v shokolade" - un pequeño trocito de masa dulce y fina de requesón, bañada en chocolate. Hay variedades de este con dulce de leche, coco, mermelada, chocolate. Se vende en las tiendas de alimentación y es muy barato (5-10 rublos). Este producto lo adoran los niños y los adultos también.  
  
También, son muy populares los platos preparados de masa, por ejemplo, las empanadas. **Pirozhkí** y **Pirogí** (empanadillas y empanadas) es de lo mejor que hay en la cocina rusa, cuando están bien hechos, por supuesto. Las empanadas pueden ser rellenas de col, carne, pescado, patatas, limón, mermelada, requesón, albaricoques y otras cosas. También hay "**Pirozhkí**" - empanadillas con distintos rellenos, las hay de muchos tipos y "**Vatrushka**" (una empanadilla redonda, abierta, hecha con requesón dulce ("tvórog" en ruso) o mermelada. Hay muchos tipos de pastas para el té, tartas y pasteles.

Los famosos "**Blini**" (crepes) son muy populares en San Petersburgo, se puede decir que son una alternativa a las hamburguesas y sandwiches en otros países. Blini es un plato popular ruso muy tradicional y antiguo, está relacionado con muchas tradiciones y fiestas populares. Hay muchos locales, que se llaman "**Blínnaya**" (crepería) donde este plato es una especialidad. Los blinis se sirven con mantequilla, smetana (nata agria), mermelada, miel, caviar rojo y negro o con distintos rellenos, de carne, pollo, jamón dulce, queso, patata, setas, requesón (dulce), manzana, fresa, o mezclas de varios ingredientes. Estos locales de blinis son muy populares entre los habitantes de San Petersburgo.

**El caviar ruso:** existen 2 tipos de caviar: **rojo** (de salmón) y **negro** (de beluga, esturión, sevruga - procede del mar Caspio). El **caviar rojo** no es caro y los platos con él se sirven en muchos sitios. Normalmente, son los "blinis" con caviar. En casa, la manera rusa más popular de comer caviar es ponerlo encima de una fina rebanada de pan blanco, untada con mantequilla. También a veces lo ponen encima de un huevo cocido, cortado por la mitad. Consejo para ahorrar: tenga en cuenta que comprando el caviar rojo en un supermercado y haciendo su propia tostada con caviar, el mismo plato le saldrá 5-20 veces más económico, que comerlo en un restaurante, donde es un plato "de lujo". Cómo y dónde en San Petersburgo se puede comprar caviar, Ud. puede leer en la página de [compras en San Petersburgo](http://www.san-petersburgo.com/compras.htm).

Del **caviar negro**, el más valioso es de beluga (lata azul), y también es el más caro, lo podrá probar solo en los restaurantes de lujo, o comprar en latas en algunas tiendas. Por si acaso, le informamos que **el pez que produce el caviar negro (esturión y sus especies) está a borde de la extinción.** Esto ha producido un rápido aumento de los precios del caviar negro en los últimos años a nivel mundial. Iran es el único país para el cual está permitida la exportación de caviar del Mar Caspio, en parte porque su producción está bajo el estricto control estatal y a los cazadores furtivos se castiga incluso con la pena capital. En Rusia, está permitida la pesca de esturión solo para fines científicos y para repoblar las granjas piscícolas. La venta de caviar negro está permitida solo para el caviar procedente de las piscifactorías. Lamentablemente esto no siempre se cumple. Entonces, comprar o comer caviar negro - es su propia elección**.**

**El pan ruso**: hay de varios tipos, el más típico es **pan negro** - (cherny jleb), de harina de centeno, hay muchos tipos de este pan y es muy saludable, tiene pocas calorías. También hay pan normal llamado pan blanco - "bely jleb".

**En Rusia hay una gran tradición de hacer conservas caseras en verano**, de fruta, verdura (pepinos, tomates, pimientos, col fermentada, etc.) y setas. Las compotas y mermeladas se hacen de frutas y de bayas o frutos del bosque - fresa, frambuesa, arándano y otros. En algunas casas pueden haber armarios enteros de estas conservas y la gente comparte las recetas y trucos de su preparación.  
  
**La bebida tradicional que más se toma en Rusia no es el vodka sino el té**, que se toma a cualquier hora del día, en casa, en el trabajo, con los invitados y después de una comida o cena. Suele ser té negro con azúcar y a menudo con limón, pero sin leche, siempre caliente. Ultimamente también está de moda el té verde, té de frutas, etc. Hay toda una tradición de tomar el té (este ritual se llama Chaepítie y el mismo té se llama Chai en ruso). El té no se toma sólo, sino suele acompañarse con todo tipo de dulces, pastas, tartas, pasteles, bombones, mermeladas. Si uno está invitado a "Chaepítie", es costumbre traer algo para acompañar el banquete. En general, los rusos son muy golosos (muchísimo más que por ejemplo, los españoles) y comen muchos dulces, pastelería, tartas, chocolate.

Otras bebidas locales populares son la **cerveza** (la más famosa es “Báltika”), **el vodka**, hay también vinos de Georgia, muchos son bastante dulces (en general, a los rusos les gustan vinos dulces). También se venden vinos baratos de Crimea y Moldavia, pero estos vinos suelen ser de muy mala calidad. La bebida sin alcohol tradicional rusa antigua es el **Kvas**. Por cierto, los refrescos suelen servirse sin hielo, si lo quiere, pídalo aparte. Por supuesto, se venden los vinos y otras bebidas de importación de cualquier parte del mundo (hay vinos españoles, italianos, franceses, alemanes, muchos argentinos y chilenos, de California y Africa del Sur). En vino en los restaurantes suele ser muy caro (puede venderse por copas), pero en los supermercados se puede encontrar buenas ofertas.

**El Vodka: la manera rusa de beber vodka es:** 1). El vodka nunca se mezcla con otras bebidas. Se bebe de los vasitos pequeños (chupito). 2). No se pone hielo, la botella se enfría entera. 3). El vodka no se bebe antes o después de comer, sino se acompaña con "zakuski" - entremeses. 4). Se pronuncian muchos brindis (en ruso - "tost"), el más famoso es "Na zdoróvie" (¡Salud!), también se brinda por las damas, por "nosotros", etc.

La calidad de los vodkas es muy variable. En una tienda va a encontrar 50-100 tipos de esta bebida. No es nada recomendable comprar el vodka barato, ni guiarse por la bonita etiqueta, porque algún vodka puede ser de mala calidad, "peleón" y provocar un fuerte dolor de cabeza. Los vodkas más caras deben ser mejores. Por la estadística, la marca más vendida es "**Pútinka**" (no es cara). Otra marca, "**Russki Standart**", es más cara y se considera como una de las mejores. Tiene tres categorías: Original (la inferior de las tres, aunque muy por encima de la media), Platinum, y el Imperia, que es lo "máximo" de los vodkas rusos, hecho para competir con los vodkas de clase "premium" de otros países. Aparte de estas marcas, puede preguntar a los vendedores o la gente local, cual vodka le pueden recomendar. Por supuesto, en un restaurante o bar el vodka cuesta muchísimo más caro que en una tienda o supermercado.

**Un breve diccionario útil para comer o comprar comida:** desayuno - závtrak, comida - obed, cena - úzhin, tengo hambre: ya jochú est, tengo sed - ya jochú pit, agua - vadá, (con gas - s gázom, sin gas - bez gaza), leche - malakó, pan - jleb, café - cófe, té - chai, bastante - jvátit, carne - miáso, pollo - kúritsa, cerdo- svinina, ternera - goviádina, pato - útka, pescado - ryba, sopa - sup, ensalada - salat, azucar - sájar, sal - sol, patatas - kartoshka, zumo - sok, cervesa - pivo, plato - tarelka, vaso - stakán, taza - chashka, tenedór - vilka, cuchara - lozhka, cuchillo - nozh, servilleta - salfetka, esto - eto, por favor - pozhaluista, gracias - spasibo, es muy rico - óchen fcusna, adiós - do svidánia. También puede ver el completo [**diccionario / guía de conversación para comer en Rusia**](http://www.san-petersburgo.com/dic/rusocom.htm).

**Puede encontrar más información sobre San Petersburgo en la**[**Guía práctica de San Petersburgo**](http://www.san-petersburgo.com)