

Автентичний борщ із квасолею за рецептами Київщини та Буковини: м'ясний і пісний

Борщ із квасолею — одна з найулюбленіших, але найменш розкритих версій головної української страви. Квасоля тут не «додаток для ситності», а давній кулінарний інструмент: вона робить бульйон густішим і оксамитовим, додає рослинний білок і кремону текстуру, якої не дасть жодна картопля. Саме тому в багатьох родинях борщ із квасолею вважають «справжнім» зимовим борщем, який годує до вечора.

Регіональні відмінності тут помітні одразу. На Київщині, у серці Центральної України, борщ із квасолею наваристий, на кістковому бульйоні, з димком копченостей і заправкою зі старого сала з часником. На Буковині, де кухня тяжіє до грибів, трав і природної кислинки, частіше готують легший і духмяний пісний варіант: грибний відвар, печений буряк, буряковий квас або сушені груші. До речі, у 2022 році ЮНЕСКО внесло «Культуру приготування українського борщу» до Списку нематеріальної культурної спадщини, що потребує термінового збереження, — тож кожен домашній рецепт має ще й культурну вагу.



У цій статті — **два перевірені рецепти**: класичний м'ясний борщ за мотивами Київщини та пісний борщ із грибами за мотивами Буковини. А ще тонкощі підготовки квасолі, порівняльна таблиця, кілька лайфхаків і відповіді на часті запитання.

Коротко: як приготувати борщ із квасолею

- Квасолю замочіть на 8–12 годин і зваріть окремо, без солі, до м'якості (40–90 хвилин залежно від сорту).
- До борщу додавайте її за 10–15 хвилин до готовності разом з 1–2 ополониками квасолевого відвару.

- М'ясний борщ варіть на кістковому бульйоні 1,5–2 години й завершують салом із часником та зеленню.
- Пісний борщ будуйте на грибному відварі, печеному буряку та природній кислинці: квасі, сушених грушах чи яблуках.
- Будь-якому борщу дайте настоятися 20–30 хвилин під кришкою — смак стає глибшим і цілісним.

Київщина і Буковина: два підходи до борщу з квасолею

Київський борщ — класика центральної України: бульйон на кістці, свинина чи яловичина, копчені ребра, а наприкінці — сало з часником. Квасоля там з'являється як ситний шар між овочами й м'ясом, особливо в холодну пору.

Буковина ж — край, де поруч живуть карпатські, румунські та гуцульські впливи. Тут цінують ліс: сушені гриби, чебрець, кріп, кисле з бурякового квасу чи сушених плодів. У такій кухні квасоля — головний «носій» ситності, тому для пісного борщу її беруть більшою й варять до кремової м'якості. Ми готуємо обидва рецепти «за мотивами» цих традицій: у кожній родині є власні пропорції, і це нормально.



Кулінарні секрети: як правильно підготувати квасолю для борщу

Від квасолі залежить половина успіху: недоварена зіпсує текстуру, переварена перетвориться на кашу. Розберімо три етапи — вибір, замочування й варіння.

Яку квасоллю обрати

Для борщу найкраще працює біла квасоля, а ось які саме зерна обрати — залежить від характеру страви. Орієнтовний час варіння вказано після замочування.

Сорт	Варіння	Для чого підходить
Біла дрібна	40–50 хв	М'ясний борщ: ніжна, тримає форму, добре густить відвар.
Біла велика	60–90 хв	Пісний борщ: кремова, ситна, дає ефект «м'ясності» без м'яса.
Червона	60–80 хв	На любителя: щільніша шкірочка й насичений смак, але відвар темнішає і може «забруднити» колір борщу.

Зверніть увагу на свіжість: стара квасоля (понад два роки зберігання) вариться значно довше й може лишатися твердою навіть після години кипіння.

Замочування та варіння

- **Замочування.** Залийте промиту квасоллю холодною водою в пропорції 1 до 3 і залиште на 8–12 годин. У спеку тримайте в холодильнику, інакше зерна можуть закиснути.
- **Варіння.** Воду після замочування злийте, залийте квасоллю свіжою, доведіть до кипіння, зніміть піну й варіть на слабкому вогні без кришки або з напівпритуленою.
- **Без солі й кислоти.** Сіль, томати й оцет ущільнюють оболонку зерен — квасоля залишиться твердою. Солити її можна лише наприкінці.
- **Відвар не виливайте.** Саме він додасть борщу густини й смаку.

Більше ідей, що приготувати з квасолі восени, ви знайдете в нашій статті про [буковинські страви з квасолі](#).

Лайфхак №1: коли додавати квасоллю

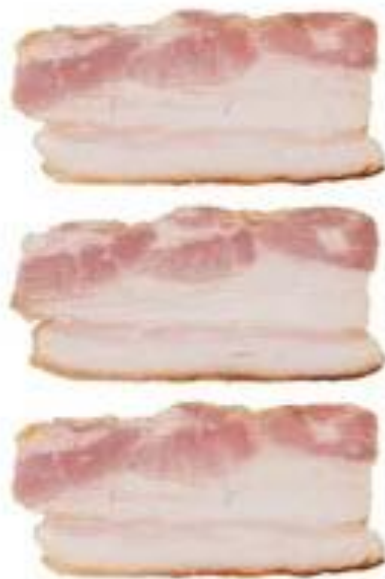
Кладіть зварену квасоллю в борщ за 10–15 хвилин до готовності разом з 1–2 ополониками відвару. А 3–4 ложки зерен розімніть виделкою й поверніть у каструлю — борщ загусне природно, без борошна й засмажки.

Рецепт 1. Класичний м'ясний борщ із квасолею (за мотивами Київщини)

Характер страви: наваристий, ситний, із багатим бульйоном і яскравим ароматом засмажки. **Час:** близько 2,5 години без замочування. **Порцій:** 6. **Складність:** середня.

Інгредієнти (на 3,5 л борщу)

- 600–700 г яловичини на кістці або 600 г свинячих ребер.
- Для димного акценту — 150–200 г копченої грудинки, наприклад [грудинка «Домашня» чи «Банкетна» від «Маршалок»](#).



- 200 г сухої квасолі (≈ 450 г вареної), 2 середні буряки (≈ 400 г), 300 г білокачанної капусти, 3 картоплини, 1 морква, 1 цибулина.
- 2 ст. л. томатної пасту (або 2–3 стиглі помідори), 1 ст. л. 9% оцту чи сік ½ лимона, 3 ст. л. олії.
- Лавровий лист, перець горошком, сіль.
- **Традиційна заправка:** 50 г солоного сала, 3 зубчики часнику, пучок кропу й петрушки.

Покрокове приготування

1. **Бульйон.** Залийте м'ясо 3 л холодної води, доведіть до кипіння, зніміть піну, зменште вогонь і варіть 1,5–2 години з половинкою цибулини й лавровим листом. Посоліть за 30 хвилин до кінця. Дістаньте м'ясо, розберіть на шматки, бульйон процідіть.
2. **Квасоля.** Паралельно зваріть замочену квасолю окремо за правилами з розділу вище. Відвар збережіть.
3. **Овочева база й буряк.** Цибулю та моркву пасеруйте на олії 5–6 хвилин. Наструганий соломкою буряк тушуйте окремо 10–15 хвилин, збризнувши оцтом або лимонним соком, потім додайте томатну пасту ще на 3–5 хвилин. Кислота закріплює колір.
4. **Збирання борщу.** Доведіть бульйон до кипіння, закладіть картоплю на 10 хвилин, потім капусту на 7–10 хвилин. Додайте квасолю з відваром, пасеровані овочі, буряк і м'ясо. Варіть ще 10 хвилин на слабкому вогні, посоліть і поперчіть.
5. **Сало з часником і настоювання.** Розітріть сало з часником та дрібкою солі до пасту, змішайте з посіченою зеленню й покладіть у борщ. Вимкніть вогонь і залиште під кришкою на 20–30 хвилин.

Київський акцент. Якщо хочете борщ із копченостями, нарізану брусочками грудинку додайте за 15 хвилин до готовності або підсмажте разом із засмажкою. Про цю традицію детально розповідаємо у статті [Київський борщ із копченостями](#).

Подача: гарячим, з пампушками, ложкою сметани та свіжим часником.

Рецепт 2. Автентичний пісний борщ із квасолею та грибами (з буковинським колоритом)

Характер страви: глибокий, духмяний, з природною кислинкою та насиченим смаком завдяки сушеним грибам і буряковому квасу. **Час:** близько 2 годин без замочування. **Порцій:** 6. **Складність:** легка.

Інгредієнти (на 3 л борщу)

- 200 г великої білої квасолі — основа ситості.
- 20–30 г сушених білих грибів або лисичок.
- 100–150 мл бурякового квасу або жменя сушених груш чи яблук для кислинки.
- 2–3 буряки, 3 картоплини, 250 г капусти, 1 морква, 1 цибулина, 3 зубчики часнику.
- 3 ст. л. олії, лавровий лист, щіпка чебрецю, кріп і петрушка, сіль.

Покрокове приготування

1. **Грибний відвар і квасоля.** Залийте сушені гриби 600 мл окропу на 40 хвилин, процідіть (відвар збережіть), гриби дрібно наріжте й обсмажте з цибулею 7 хвилин. Квасолю зваріть окремо.



2. **Буряк.** Запечіть 2–3 буряки у фользі при 180 °С 45–60 хвилин, охолодіть і наструганий соломкою відкладіть. Печений буряк дає м'яку солодкість; можна й просто пасерувати сирий з краплею лимонного соку.
3. **Збирання.** Додайте до грибного відвару 2 л води, доведіть до кипіння. Закладіть картоплю, через 10 хвилин — капусту. Потім — квасолю, пасеровану моркву, гриби та буряк. Варіть 10 хвилин.

4. **Кислинка й трави.** Наприкінці влийте буряковий квас (або покладіть сушені груші на останні 10 хвилин), додайте чебрець, лавровий лист, часник і зелень. Спробуйте: має бути баланс солодкого й кислого.

Подача: з житнім хлібом, часниковим соусом (олія, часник, сіль, трохи води) та зеленню. Пісний борщ особливо смачний на другий день.

Поза постом цей борщ добре доповнити окремою тарілкою з тонкими скибочками ковбаси «Мисливська» чи «Українська» з [нашого каталогу ковбас](#), але для постового столу залишайте його чисто рослинним.

Порівняльна таблиця: київський м'ясний і буковинський пісний борщ

Короткий підсумок, щоб легше обрати рецепт під настрій і календар:

Параметр	Київський м'ясний варіант	Буковинський пісний варіант
Основа смаку	М'ясний бульйон, копченості, сало	Грибний відвар, квасоля, трави
Квасоля	Біла дрібна, ніжна	Біла велика («ясь»), кремова
Кислинка	Томати, оцет або лимонний сік	Буряковий квас або сушені яблука й груші
Заправка	Сало з часником і зеленню	Часниковий соус, чебрець, кріп
Текстура	Густий, маслянистий, насичений	Оksamитовий, легкий, духмяний
Час приготування	≈ 2,5 години	≈ 2 години
Подача	Пампушки, сметана, часник	Житній хліб, часниковий соус
Коли готувати	Святковий і недільний стіл	Піст, будні, легка вечеря

Ще кілька лайфхаків для ідеального борщу

Лайфхак №2: колір, що не блякне

Не варіть буряк у киплячому бульйоні довго. Тушкуйте його окремо з оцтом чи лимонним соком і додавайте за 10 хвилин до кінця. Втратив колір? Додайте ще ложку оцту або лимонного соку — рубіновий відтінок повернеться.

Лайфхак №3: димний аромат без переварювання

Копченості не варто довго варити — вони віддадуть весь аромат і стануть сухими. Нарізані скибочки копченої ковбаси чи грудинки підсмажте 3–4 хвилини із засмажкою або додайте за 15 хвилин до готовності.

Лайфхак №4: сало, яке розкривається

Розтирайте сало з часником і сіллю у ступці до однорідної пасту й додавайте у вимкнений борщ — так часник не гірчить, а аромат не «вилітає» з киплячою парою.

П'ять типових помилок при варінні борщу з квасолею

- **Квасоля без замочування.** Зерна варяться нерівномірно, частина лишається твердою, а відвар каламутніє.
- **Солити воду на початку варіння квасолі.** Сіль уповільнює розм'якшення зерен — солити варто наприкінці.
- **Кидати в одну каструлю все одразу.** Квасолі, картоплі, капусті й буряку потрібен різний час, тому закладати їх треба по черзі.
- **Кип'ятити борщ після додавання буряка.** Колір блякне, а смак стане «варений»; після буряка достатньо слабкого вогню.
- **Подавати одразу.** Борщ без настоювання виходить плоским. Навіть 20 хвилин під кришкою роблять його цілісним.

Висновок

Київський м'ясний борщ і буковинський пісний — це два боки однієї традиції. Перший дарує щедрий, насичений смак із димком копченостей і запашним салом. Другий — легкість, глибину грибного відвару та природну кислинку. Обидва тримаються на правильно приготуваній квасолі, яка робить борщ густим, ситним і по-справжньому домашнім. Приготуйте обидва варіанти й залиште у родинному меню той, що вам до душі, — а краще обидва.

Часті запитання (FAQ)

Чи можна використовувати консервовану квасолю замість сухої?

Так, це суттєво економить час. Візьміть 400–450 г консервованої квасолі, промийте від заливки й додайте за 5–7 хвилин до готовності. Але сухе зерно з відваром дає борщу більше густини й смаку.

Що робити, якщо борщ втратив червоний колір?

Додайте 1–2 ч. л. оцту чи лимонного соку, а на майбутнє тушуйте буряк окремо з кислотою й не переварюйте його. Якщо борщ дуже «зблід», допоможе ще трохи свіжого натертого буряка за 5 хвилин до кінця.

Скільки часу борщ повинен настоюватися після приготування?

Мінімум 20–30 хвилин під кришкою, а ідеально — кілька годин. Борщ, особливо з квасолею, зазвичай смачніший наступного дня.

Чому квасоля в борщі залишається твердою?

Найчастіше її посолили чи підкислили до готовності, не замочили або взяли стару квасолю. Варіть зерна окремо, без солі, і додавайте в борщ уже м'якими.

Який м'ясний делікатес краще додати до київського борщу?

Класичний вибір — копчена грудинка або ребра. Наприклад, грудинка «Домашня» чи «Банкетна» від «Маршалок» дає борщу димний аромат; докладніше про це — у статті про [київський борщ із копченостями](#).

Чи можна заморожувати борщ із квасолею?

Так, до 2–3 місяців. Квасоля після розморожування трохи м'якшає, тому для заморожування її краще не доварювати. Свіжу зелень і сало з часником додавайте вже після розігріву.

Що з продукції «Маршалок» обрати до борщу

«Маршалок» — м'ясопереробне підприємство повного циклу з Білої Церкви на Київщині, яке працює з 1996 року. Виробництво сертифіковане за стандартом ISO 22000:2018, а продукція виготовляється без заміників м'яса, штучних барвників і синтетичних консервантів. Саме тому наші делікатеси добре підходять для борщу за київськими традиціями.

Продукт	Роль у борщі	Де обрати
Грудинка «Домашня» та «Банкетна»	Димний акцент: брусочки в борщ за 15 хвилин до готовності або до засмажки.	М'ясні делікатеси
Шийка «Королівська»	Подача окремою нарізкою до борщу з чорним хлібом.	М'ясні делікатеси
Балик «Сімейний»	Тонкі скибочки до борщу й на святкову тарілку.	М'ясні делікатеси
Ковбаски «Апетитні»	Підсмажені кружальця у засмажку для густішого смаку.	Ковбасні вироби
Ковбаса «Мисливська»	Наріzana скибочками для ароматної засмажки або окремої подачі.	Ковбасні вироби

Придбати продукцію можна у фірмових магазинах мережі — адреси дивіться в [списку магазинів у Білій Церкві](#), на нашому сайті marshalok.com.ua або замовити онлайн на marshalok.ps.me.

Завантажте статтю у PDF. Збережіть собі, щоб завжди мати під рукою!

ТМ «Маршалок» — смак, який об'єднує.