

8-Pesce e formaggio? TABÙ! – EASY Italian Podcast + СУБ/ТРАН [Espresso e Beshbarmak]

Italiano	Русский
All'estero, la carbonara ha il pollo, la panna e in Giappone anche i broccoli. [...]	За границей в карбонару добавляют курицу, сливки, а в Японии даже брокколи. [...]
Ciao a tutti ragazzi, benvenuti in un nuovo episodio di "Espresso e Behsbarmak", un podcast semplice e chiaro per chi impara l'italiano.	Привет всем, ребята, добро пожаловать в новый эпизод "Espresso e Behsbarmak", простого и понятного подкаста для тех, кто учит итальянский.
Noi siamo Chiara e Gianluca, due italiani che girano il mondo.	Мы Чиара и Джанлука, два итальянца, которые путешествуют по миру.
Vi ricordo che se siete interessati ad avere le trascrizioni di questo video, le troverete nella descrizione.	Напоминаю, что если вы хотите получить транскрипции этого видео, вы найдете их в описании.
Attivate i sottotitoli, mettete mi piace e partiamo!	Включите субтитры, поставьте лайк и начинаем!
Allora Chiara, recentemente ho letto un articolo che parla di un'abitudine gastronomica, cioè del cibo, che non è molto comune in Italia e che ho scoperto anche negli Stati Uniti: cioè combinare, mettere insieme il pesce e il formaggio. Tu cosa mi puoi dire al riguardo?	Итак, Чиара, недавно я прочитал статью о гастрономической привычке, то есть о еде, которая не очень распространена в Италии, но которую я также обнаружил в США: совмещать рыбу и сыр. Что ты можешь сказать об этом?
Io devo dire che nella mia famiglia mi è stato insegnato a non mischiare il pesce e il formaggio, tanto che quando cuciniamo la pasta allo scoglio, cioè pasta con i frutti di mare, non mettiamo mai nemmeno il parmigiano, che invece di solito è molto comune sulla pasta.	Я должна сказать, что в моей семье меня учили не смешивать рыбу и сыр, настолько, что когда мы готовим пасту алло скольо, то есть пасту с морепродуктами, мы никогда не добавляем пармезан, который обычно очень распространен в пасте.
Poi io direi che in generale il formaggio è un alimento troppo grasso, un cibo troppo grasso e quindi copre il sapore del pesce.	Затем я бы сказала, что в общем сыр — слишком жирный продукт, слишком жирная еда и поэтому он перекрывает вкус рыбы.
Il parmigiano e il formaggio in generale sono anche molto salati, quindi non mi piace questo abbinamento. E tu Gianluca cosa pensi?	Пармезан и сыр в общем тоже очень соленые, поэтому мне не нравится это сочетание. А ты, Джанлука, что думаешь?
Neanche io sono un fan di questo abbinamento. Nella mia famiglia, dalla parte della mamma, questa cosa non si fa.	Я тоже не фанат этого сочетания. В моей семье, со стороны мамы, так не делают.

Ma mi ricordo che mio papà metteva il formaggio, il grana nella pasta con il pesce e a me questa cosa ha dato sempre molto fastidio.	Но я помню, что мой папа добавлял сыр, грана, в пасту с рыбой, и это всегда меня очень раздражало.
A livello di gusto sono d'accordo con te: non è un abbinamento che mi piace però sono rimasto molto sorpreso di leggere quello che dice questo articolo che magari vi linko nella descrizione.	На вкус я согласен с тобой: это не сочетание, которое мне нравится, но я был очень удивлен, прочитав то, что говорит эта статья, которую, возможно, я размещу в описании.
In questo articolo una giornalista specializzata nel cibo americana, e specializzata anche in cucina italiana, ha dato due ipotesi secondo lei, secondo le sue ricerche, che sono all'origine di questo diciamo tabù, cioè pesce e formaggio.	В этой статье американская журналистка, специализирующаяся на еде и итальянской кухне, выдвинула две гипотезы, по ее мнению, по ее исследованиям, которые лежат в основе этого, скажем так, табу, то есть рыба и сыр.
La prima origine Chiara è molto interessante e parla della teoria degli umori. Non parliamo di filosofia in questo podcast. Allora rapidamente che cosa sono gli umori?	Первая гипотеза, Чиара, очень интересная и говорит о теории гуморов. В этом подкасте мы не говорим о философии. Итак, быстро, что такое гуморы?
La teoria degli umori è stata inventata da Ippocrate nell'antica Grecia e questi quattro umori sono il sangue, il flegma, la bile gialla e la bile nera.	Теория гуморов была изобретена Гиппократом в Древней Греции, и эти четыре гумора — это кровь, флегма, желтая желчь и черная желчь.
Un corpo sano deve avere questi quattro umori in equilibrio, cioè uno non dev'essere più degli altri. Il cuore dà il sangue, il fegato la bile gialla, la milza la bile nera e il cervello il flegma.	Здоровое тело должно иметь эти четыре гумора в равновесии, то есть один не должен быть больше других. Сердце дает кровь, печень — желтую желчь, селезенка — черную желчь, а мозг — флегму.
E gli umori sono influenzati dal clima, dalla dieta, dall'umore o addirittura dai miasmi, che sono questi fumi misteriosi che salgono dalla terra. Ma non è una teoria scientifica, però ha avuto molta influenza nella lingua, nella cultura, nella letteratura.	И гуморы зависят от климата, диеты, настроения или даже миазмов, которые представляют собой эти загадочные испарения, поднимающиеся с земли. Но это не научная теория, однако она оказала большое влияние на язык, культуру, литературу.
Quindi parlando di questa teoria, il formaggio è un alimento diciamo fermentato che come il pesce dopo qualche giorno va a male, cioè diventa cattivo, non è più possibile mangiarlo, anzi diventa nocivo per la salute, cioè fa male al corpo.	Итак, говоря об этой теории, сыр — это, скажем так, ферментированный продукт, который, как и рыба, через несколько дней портится, то есть становится плохим, его уже нельзя есть, наоборот, он становится вредным для здоровья, то есть вредным для тела.
Quindi questo tabù dice che il formaggio rovina la digestione del pesce che rimane più tempo nello stomaco. Non è digerito subito e quindi nello stomaco va a male prima.	Поэтому это табу гласит, что сыр портит пищеварение рыбы, которая остается дольше в желудке. Она не переваривается сразу и поэтому в желудке портится быстрее.
In questo modo i vari umori hanno degli squilibri, cioè le quantità di questi umori sono diverse e questo è un problema per il corpo.	Таким образом, различные гуморы находятся в дисбалансе, то есть количество этих гуморов различается, и это проблема для тела.
Questa è la teoria, ovviamente è una teoria basata	Это теория, очевидно, это теория, основанная на

su una teoria che non è scientifica dovete ricordarvelo. Adesso torniamo al video.	теории, которая не является научной, вы должны помнить об этом. Теперь возвращаемся к видео.
A te cosa sembra questa cosa, non ti sembra un po' strana?	Как тебе это кажется, не кажется ли тебе это немного странным?
È sicuramente una teoria interessante, non avevo mai pensato a questo quindi non saprei ancora darti un'opinione perché non avevo mai sentito nulla di simile.	Это, безусловно, интересная теория, я никогда об этом не думала, поэтому пока не могу дать тебе мнение, потому что никогда не слышала ничего подобного.
Neanche io, e la seconda ipotesi di questo tabù è che in Italia durante la seconda guerra mondiale e dopo la seconda guerra mondiale le persone hanno iniziato a essere molto, come dire, rigide sul cibo, cioè avevano smesso di fare delle mescolanze strane e l'articolo dice per conservare le loro tradizioni.	Я тоже, и вторая гипотеза этого табу заключается в том, что в Италии во время Второй мировой войны и после Второй мировой войны люди начали быть очень, как сказать, строгими к еде, то есть они перестали делать странные смеси, и статья говорит, что это было для сохранения их традиций.
Questa cosa mi sembra un po' strana. In Umbria come siete con il cibo? Siete molto conservatori? Dite che si fa così e non in altri modi? Una ricetta per esempio?	Это кажется мне немного странным. Как насчет еды в Умбрии? Вы очень консервативны? Вы говорите, что делаете это так и не иначе? Например, рецепт?
Sì, in Umbria noi ci teniamo molto alle tradizioni ma io penso che in generale in Italia le persone tengono molto alle proprie tradizioni.	Да, в Умбрии мы очень привержены традициям, но я думаю, что в целом в Италии люди очень заботятся о своих традициях.
Noi siamo molto legati alle ricette originali italiane tanto che quando un italiano va all'estero controlla sempre il ristorante italiano e controlla sempre che il cibo sia come in Italia.	Мы очень привержены оригинальным итальянским рецептам, настолько, что когда итальянец едет за границу, он всегда проверяет итальянский ресторан и всегда проверяет, чтобы еда была как в Италии.
Questo per me in realtà non ha molto senso perché ovviamente ogni cucina e ogni paese ha i propri sapori, anche il proprio gusto e quindi la cucina italiana non sarà mai uguale a quella dell'Italia perché le persone adattano il sapore alla propria cucina.	На самом деле, это не имеет для меня большого смысла, потому что, очевидно, каждая кухня и каждая страна имеют свои собственные вкусы, даже свои вкусы, и поэтому итальянская кухня никогда не будет такой, как в Италии, потому что люди адаптируют вкус к своей кухне.
Quindi penso che in realtà non ci sia nulla di male a cambiare un po' i sapori della cucina italiana.	Так что я думаю, что на самом деле нет ничего плохого в том, чтобы немного изменить вкусы итальянской кухни.
Per quanto riguarda il formaggio e il pesce, in Umbria noi abbiamo poco pesce perché non c'è il mare.	Что касается сыра и рыбы, в Умбрии у нас мало рыбы, потому что нет моря.
In realtà dopo il Kazakistan ho capito che in Umbria c'è tanto pesce. Però comunque non è un cibo tradizionale.	На самом деле, после Казахстана я понял, что в Умбрии много рыбы. Но все равно это не традиционная еда.
Quindi di solito noi mangiamo il formaggio con gli affettati e il formaggio con il prosciutto, con il	Поэтому обычно мы едим сыр с холодными закусками, сыр с ветчиной, с салями, и я не

salame e l'abbinamento formaggio e pesce non penso di averlo mai visto.	думаю, что когда-либо видел сочетание сыра и рыбы.
Anche da noi, un po' perché siamo tradizionali, un po' perché non c'è il mare. Ma sai che mi hai fatto pensare che tu vieni da un posto senza mare e sei andata a vivere in un posto senza mare?! Quindi non ti piace il mare?	Также и у нас, отчасти потому, что мы традиционны, отчасти потому, что нет моря. Но ты знаешь, ты заставил меня задуматься, что ты родом из места без моря и переехала жить в место без моря?! Так что тебе не нравится море?
Io in realtà adoro il mare e adoro il pesce quindi per me non mangiare il pesce è veramente difficile.	Я на самом деле обожаю море и люблю рыбу, так что для меня не есть рыбу действительно трудно.
Io soffro veramente tanto perché quando vivevo in Giappone mangiavo pesce tutti i giorni.	Я действительно сильно страдаю, потому что, когда я жила в Японии, я ела рыбу каждый день.
Bene ragazzi, abbiamo finito questo episodio un po' diverso dal solito, un po' più libero.	Хорошо, ребята, мы закончили этот эпизод, немного отличающийся от обычного, немного более свободный.
Come al solito vi ricordo che ci sono le trascrizioni nella descrizione sul mio sito, che vi aiutano se volete seriamente imparare l'italiano e non mi resta che dirvi ciao, alla prossima! Ciao.	Как обычно, я напоминаю вам, что на моем сайте есть транскрипции в описании, которые помогут вам, если вы серьезно хотите выучить итальянский, и мне остается только попрощаться с вами, до следующего раза! Пока.