

Ю. Г. Кустова

УГЛЕВОДНАЯ ПИЩА В ТРАДИЦИОННОЙ КУЛЬТУРЕ ПИТАНИЯ ХАКАСОВ

АННОТАЦИЯ. Основой традиционного питания хакасов, как и других народов Саяно-Алтая, является углеводная пища. В древности она состояла из злаковых культур и дикорастущих корней. Из злаковых до сих пор наиболее популярны ячмень, пшеница в их культивированной форме. Большим подспорьем в обеспечении энергией организма считались дикие растения: сарана — луковицы лилии кудреватой (*Lilium martagon* L.), кандык (Кандык сибирский, *Erythrōnium sibiricum*), которые сейчас вышли из употребления, а также семена конопли. С XIX в. на территории Хакасско-Минусинской котловины выращивают картофель. К продуктам, обеспечивающим организм энергией, силой, хакасы также относили кедровый орех, ягоды, мед. Особенностью употребления всех этих продуктов являлась их незаменимость как в повседневном рационе питания, так и в случае, когда нужно было отлучаться из дома на длительный срок, например охотникам, чабанам. Поджаренное, измельченное в ступе или на ручной мельнице зерно было удобно брать с собой в дорогу, это полностью готовый к употреблению продукт, который следует дополнить только какой-либо жидкостью — чаем, водой, айраном и т.д. Поджаренное цельное зерно насыпали в карманы детям, чтобы они не чувствовали голода в течение дня. С использованием этих продуктов связан комплекс предметов материальной культуры, некоторые упоминания мы обнаруживаем в фольклоре хакасов, традиционному продукту талкану посвящен современный праздник-фестиваль республиканского масштаба.

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА: Хакасия, традиционная система питания, углеводная пища

УДК 392.8(=152.153)

DOI 10.31250/2618-8619-2020-1(7)-74-78

КУСТОВА ЮЛИЯ ГЕОРГИЕВНА — к.и.н., доцент кафедры этнокультурологии, институт народов Севера, Российский государственный педагогический университет им. А. И. Герцена (Россия, Санкт-Петербург)

E-mail: juliakustova@yandex.ru

В традиционной культуре питания коренного населения Хакаско-Минусинской котловины наиболее часто упоминаются мясные и молочные продукты. У хакасов практиковалась смешанная экономика, в которой сочеталось скотоводство, земледелие, охота и собирательство. Земледельческие традиции известны на этой земле с момента появления здесь тагарской культуры — динлинов (VII–III вв. до н.э.) (Кызласов 1989: 31). Именно с тагарской культурой связывают распространение здесь ирригационного земледелия, простейших каменных зернотерок, а также более совершенных и продуктивных каменных круглых мельниц. Производство изделий из бронзы, приспособленных для обработки или сбора зерновых и других растительных культур, имело здесь место и в более раннее время.

Судя по археологическим материалам, еще до н.э. хакасы выращивали или собирали пшеницу, ячмень, просо, гималайский ячмень, коноплю, рожь, сарану, горец змеиный (раковые шейки — *Polygonum bistorta*), кедровые орехи, кандык — собачий зуб (*Erythronium dens-canis*). О последнем в литературе есть такие отзывы: «Некоторые блюда Татарской кухни не были бы противны и вкусу Европейского гастронома, например: сушеный сыр или корень собачий зуб. Последнее кушанье в почете даже у Русских: корень сперва кипятят в воде, потом обливают молоком и подают в виде макарон; блюдо это отзывается и рисом и картофелем, и мучным и сладковатым: говорят, что вкусом оно походит на плод хлебного дерева. Собачий зуб растет преимущественно по берегам рек на местах поемных, и в таком множестве, что весною покрывает все плоскости; цветы у него лилейные, корень белый и походит на клык собаки. Это полезное растение следовало бы развести и в Европейской России» (Щукин 1847: 270–271).

Наиболее предпочтительным зерном для каждодневного употребления считался ячмень (*ac*). Высушенное зерно обжаривали на специальной сковороде, помешивая деревянной палочкой *пулгас*, конец которой обматывали грубой тканью, мешковиной или овечьей шерстью (рис. 1). Поджаривать следовало до той степени, которая считается достаточной в каждой конкретной семье. Поджаренное зерно измельчали: для варки супов делали *коче* — обрушивали зерно в ступе (для более крупного помола), для толокна (*талгана*) перемалывали на ручной мельнице, каменной или деревянной (рис. 2). Перемолотое зерно долго не хранили, оно теряет свой вкус, набирает влагу из воздуха, вкус его становится затхлым. Вкус *талгана* индивидуальный у каждой хозяйки, поэтому им охотно угощали друг друга при встречах гостей.

Зерно, наряду с другими источниками питания, считалось в том числе и мерой стоимости. По сообщениям информантов, за изготовление индивидуальной ложки для одного из членов семьи мастер брал мешок зерна (ПМА 1994).

Крупно измельченную крупу *коче* или *чарба* варили вместе с мясом в похлебке *үгре*. Варить нужно было долго, иногда суп стоял на медленном огне весь день, хозяйки добивались состояния, когда крупа почти растворялась, загущая суп. Его можно было употреблять в течение всего дня.

Талган можно считать хакасским «фаст-фудом», снедью. Для употребления его нужно было смешать с жиром или с какой-либо жидкостью — топленным маслом, вытопленным нутряным жиром, замороженным нутряным жиром лошади, молоком, сметаной, сливками, айраном, в худшем случае можно было развести чаем или водой. Это еда «на скорую руку» или, чаще, еда для чабанов, охотников, путников, собирателей, т.е. тех, кто вдали от дома не имеет возможности приготовить горячую пищу. Также *талган* использовался для восполнения потерянной энергии, от усталости, в этом случае его замешивали в горячий нутряной жир, иногда добавляя соль, катали колобки и употребляли, по возможности, горячими.

Для восполнения физических сил охотникам, путникам, чабанам или людям, перенесшим болезнь, кроме *талгана* с нутряным жиром или топленным маслом, давали кедровый орех, например лепили пельмени с ореховой начинкой или жарили пирожки с нею же.

Талган, смешанный с чаем или водой, считался едой бедняков, «пустой». *Талган* и вообще зерно предпочитали смешивать с молочными или мясными продуктами. При этом среди праздничных блюд хакасов преобладали блюда без добавления углеводной составляющей, т.е. без

зерна, картофеля, муки и т. д. В праздничном варианте *талган* смешивали со сметаной, топленным маслом, подслащивали медом или сахаром, добавляли молотую черемуху, выпекали хлеб из белой муки, шанежки, различные булочки, блины и т. д. Но основные праздничные блюда были мясными или молочными в чистом виде.

Обязательной пищей для праздников остается ритуальная каша *потха*, ее чаще варят на свежей сметане, реже — на молоке, с добавлением муки и соли, иногда сырого яйца или воды. Отделяющееся в процессе варки каши топленое масло считается самым вкусным и полезным. Кашу сверху посыпают *талганом*, чтобы он впитал в себя масло, и едят горячей.

Дети могли питаться поджаренным зерном в течение всего дня. По воспоминаниям информантов, в детстве их карманы всегда были полны жареного зерна, и обычно в течение дня они не чувствовали голода. В качестве детского лакомства также готовили блюдо из *талгана* с маслом и сахаром, медом, черемухой. Специально для детей делали колобки из жареных зерен дикой конопли.

Употребление печеных, вареных и жареных блюд из мелкомолотой пшеничной и ржаной муки распространилось у хакасов с приходом русского населения. Хакасы быстро переняли сначала отдельные уличные печи для выпечки хлеба, а затем и русские печи внутри дома. Неслучайно авторы при перечислении хакасских названий блюд из муки указывают, что все эти слова русского происхождения: «Все хлебобулочные изделия на хакасском языке сохранили свои русские названия: опара (опара), тесте (тесто), пулка (булка), халас (калач), лепёске (лепешка), плине (блины), пирок (пирог), оладья (оладья), сухар (сухари), санька халас (шанежки) и др. Во второй половине XIX века хлеб, печенный по русскому способу, у хакасов сделался одним из основных видов кушанья» (Патачаков 1956: 57; см. также: Яковлев 1900: 46).

Распространенным блюдом у хакасов в XIX в. становится бульон с клецками — *тутпас*. Кусочки теста клали в мясной бульон вместо крупы. С приходом русских хакасы начали выращивать картофель, брюкву, репу, морковь, капусту и другие овощи. Картофель также стали добавлять к зерну, соединяя их в традиционном супе — *үзге*, а также готовили отдельным блюдом.

В каждой семье делали напиток *абыртха* из зерна или хлеба, похожий на квас. Готовился он быстро, на следующий день после заквашивания уже был готов. Ритуальным напиток считался в период сева у бельгир¹, им брызгали в сторону окружающих горам с просьбой о хорошем урожае (Каралькин 1947: 9). Сейчас такой напиток готовят редко.

В летнее время хакасы заготавливали ягоды, собирали дикую клубнику (*Fragaria viridis*), черную, красную и белую смородину, малину, бруснику, крыжовник, чернику и др. Эти ягоды употребляли в свежем виде, часто толкли вместе со сметаной, айраном, молоком, а также заготавливали на зиму. Для этого плоды толкли и вялили или высушивали пластами без добавления сахара. Такую ягоду можно было есть в сушеном виде или в размоченном, также заготовки использовали для начинки пирогов. Бруснику замораживали. Обязательно заготавливали черемуху (*нымырт*). Наиболее распространенным способом заготовки было высушивание ягоды целиком (с косточками). Сушеную черемуху перемалывали на ручной мельнице, потом заваривали кипятком или горячим молоком и обязательно добавляли сметану. Сушеную черемуху могли добавить и в *талган*, чаще всего праздничный.

Роль углеводов, крахмалистых и сахаросодержащих продуктов в традиционной системе питания увеличилась в XX в. Эти продукты стали употреблять чаще, в то же время доля мясных и молочных продуктов уменьшилась. Впрочем, эти процессы, кажется, происходили у всего населения России в XX в. В настоящее время увеличилась доля углеводов продуктов в повседневном питании, при проведении ритуалов и праздников. Так, у хакасов сохранилась традиция привозить с собой гостинцы *тулуп*. И если в традиционном варианте в *тулуп* входили в основном продукты животного и мясного происхождения, то в настоящее время чаще фигурируют конфеты,

¹ Бельгиры — этническая группа хакасов.

печенье, пряники, выпечка, покупная и домашняя, магазинная колбаса, сыр. Иногда *тулун* дополняется фруктами.

Во время похоронно-погребального ритуала для проведения обряда *сагажа* (ожидание покойника накануне дня поминок) все приходящие в дом приносят с собой еду на общий поминальный стол и обязательно для кормления души умершего. Еда для покойника складывается в отдельную емкость, а в день поминок сжигается на специальном костре у могилы. Традиционно нужно было приносить в основном мясную и молочную пищу, можно насыпать немного *талгана* или обжаренного зерна. В настоящее время в основном приносят выпечку, печенье, вафли, конфеты, немного фруктов. Из обязательной еды для покойного осталась только вареная целая курица.

Корни таких растений, как сарана и кандык, были важным подспорьем в традиционной системе питания хакасов, в мае-июне запасы зерна уже обычно подходили к концу, тогда женщины и дети шли в тайгу за съедобными кореньями и черемшой. В советское время хакасы также начали собирать молодые побеги папоротника. Корни сараны чистили от земли, отваривали, сушили, затем растирали пестиком в ступке или на зернотерке и употребляли для загущения супа *ўгре*. Корни кандыка нанизывали на нитку и подвешивали под крышей для подсыхания. Сухие клубни отваривали в молоке, такое блюдо считалось лакомством. В XIX в. многие исследователи оставляли восторженные описания этого блюда. Коренья перестали собирать в то время, когда в Хакасии организовывали совхозы и колхозы, так как можно было получить зерно за трудодни и к тому же все трудоспособное население фактически не имело выходных, для того чтобы отправиться в тайгу для сбора дикоросов. Но во время Великой Отечественной войны навык сбора съедобных растений был восстановлен, так как зерно уже нельзя было получить в колхозах: все зерно шло на фронт. Чтобы накормить семью, прежде всего детей, кто-то из членов семьи отправлялся в близлежащую тайгу, чаще всего это были неработающие бабушки и маленькие дети. Для сбора кореньев кандыка использовали специальный инструмент — корнекопалку *озып*, луковицы сараны можно было выкопать при помощи заостренной палки.

Среди орудий труда, используемых для обработки зерна, обязательными были емкость для обжаривания зерна на огне *хааргыс* (это чаще всего делали на уличном огне); ступа (*согах*) с песком (*согах палазы*); деревянная емкость для провеивания зерна от шелухи *саргаас*; деревянная или каменная ручная мельница теербен; каменная зернотерка; емкости *тербис* для хранения *талгана* и крупы *чарба*, *коче* (рис. 3). В современных семьях, проживающих в деревне, чаще всего сохраняется мельница. Даже если ее не используют по прямому назначению, она хранится как семейная реликвия (рис. 4). Корнекопалка *озып* уже не встречается.

В Хакасии в настоящее время уделяется много внимания сохранению хакасской культуры и ее распространению. Так, историко-этнографический музей в с. Казановка проводит праздник *Алтын Ас* — «Золотое зерно», посвященный *талгану*. Во время праздника участники соревнуются в приготовлении *талгана* и блюд из него. Много внимания уделяется творческому подходу к традиционному продукту. Так, в 2019 г. на празднике были представлены блюда из *талгана* для диабетиков — без сахара, с сухофруктами и «органическим» медом; хакасские «суши» — из *талгана* с крабовыми палочками и т.д. На празднике можно попробовать *талган* разных производителей и купить понравившийся по вкусу. Фестиваль зерна стал уже довольно популярным, приобрел республиканский статус, принимает в том числе иностранных гостей.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ И ЛИТЕРАТУРЫ

ПМА 1994 г. Сообщение Боргояковой Матрены Николаевны, 1914 г.р., с. Кызлас, Аскизского района Республики Хакасия.

Каралькин П. И. Земледелие и охота у бельтиров (по материалам экспедиции в Аскизский и Таштыпский районы) в 1947 г. // Архив ХакНИИЯЛИ. 1947. Ф. 63. РФ 341. Д. К 21. 40 с.

Кызласов Л. Р. Древняя и средневековая история Южной Сибири (в кратком изложении): пособие для учителя. Абакан, 1989.

Патачаков К. М. К вопросу о влиянии русской культуры на культуру и быт хакасов в XVIII–XIX вв. // Записки ХакНИИЯЛИ. Вып. IV. Абакан, 1956. С. 47–62.

Щукин Н. С. Народы Турского языка, обитающие в Южной Сибири / сост. Н. С. Щукин // Журнал Министерства внутренних дел. Ч. 19. СПб., 1847. С. 255–284.

Яковлев Е. К. Этнографический обзор инородческого населения долины Южного Енисея и объяснительный каталог этнографического отдела музея. Издано на средства В. А. Данилова. Минусинск, 1900.

CARBOHYDRATE FOOD IN THE TRADITIONAL KHAKASS FOOD CULTURE

ABSTRACT. The traditional diet of the Khakass, similar to those of the other peoples of the Sayano-Altai, is based on carbohydrate food. Since the ancient times it has consisted of cereal crops and wild roots. Of the cereals, barley and wheat in their domesticated form remain the most popular ones. The wild plants are considered a great help in providing the body with energy, among them being *Lilium martagon* L. and *Erythrönium sibiricum*, which are now out of use, as well as hemp seeds. Starting from the nineteenth century potatoes were grown in the territory of the Khakass-Minusinsk Hollow. The Khakass also included such products as pine nuts, berries, wild and apiary honey into their diet to provide their bodies with energy and strength. The consumption of all these products is peculiar as they were irreplaceable both in the daily diet and in cases when one had to leave home for a long time—as it happened, for example, with hunters and shepherds. Fried or crushed in a pounder or quern, grain was convenient to be eaten on the road, as it was a completely ready-to-eat product which should have been complemented with only one liquid—tea, water, ayran, etc. Toasted whole grains were poured into the pockets of children so that they would not feel hunger during the day. A complex of objects of material culture is connected with the use of these products; and we have found some references to them in the Khakass folklore.

KEY WORDS: Khakassia, traditional food system, carbohydrate food

JULIA G. KUSTOVA — Candidate of Historical Sciences, Associate Professor, A. Herzen Russian State Pedagogical University (Russia, Saint Petersburg)
E-mail: juliakustova@yandex.ru