**ТРАДИЦИОННАЯ МОЛОЧНАЯ ПИЩА КАЗАХСКОГО НАРОДА**

**Шалекенов М.У. –** *д.и.н., профессор кафедры археологии, этнологии и музеелогии КазНУ им. аль-Фараби*

**Аннотация:**

*Данная статья доктора исторических наук, профессора Шалекенов М.У.**«Традиционная молочная пища казахского народа» посвящена повседневной молочной пище употребляемой казахами. Статья написана на основе литературных данных, а также полевых этнографических исследованиях проводимых автором в 90-х годах XX в.*

Содержание:

Пища относится к одному из наиболее важных элементов материальной культуры, являясь носителем этнической специфики[1]. В современных условиях стандартизации и унификации многих явлений культуры и быта сфера пищевых запретов и приоритетов сохраняет максимальное количество этнически значимых черт. Но применительно к казахскому этносу эта тема освещалась фрагментально. В научный оборот вводятся новые данные, показывающие соотношение традиционных и новых элементов питания, ритуальное значение пищи, а также сведения о традиционной утвари, сохранившейся в современных условиях.

В своей диссертации Н.Ж. Шаханова отмечала: «Традиционная модель питания существенным образом зависит от экологической среды обитания этноса и во многом определяет его хозяйственно-культурную деятельность… Пищевой рацион этноса непосредственно определяется его хозяйственно-культурным типом (ХКТ). В то же время существует и обратная связь – в определенной мере ХКТ зависит от этнических пищевых традиций и исторически сложившейся модели питания»[2].

Казахи различают горячую пищу - *ыстык ас* и простую - *жай ас*. Отличаются они тем, что горячие блюда готовятся всегда с использованием мяса, а остальная еда считается простой. Прием пищи - *ас ишу*, *тамактану -*  происходит 3-4 раза в день: завтрак - *танертенге ас*, обед - *туске ас*, ужин - *кешке ас*. Горячие блюда готовятся, как правило, на ужин, когда семья собирается в полном составе. Основными продуктами служат мясо, молоко, масло, сметана, картофель, мука.

Важный компонент питания казахов составляют молочные продукты. «Молочная пища была особенно разнообразной, что свидетельствует о ее древнем происхождении»[3].

Молоко употребляют в основном в обработанном виде. Но в ходе этнографических экспедиций ученые столкнулись с редкими фактами употребления сырого молока.

Казахское население употребляет в настоящее время молоко коров, овец, коз, кобылиц. Самое распространенное - коровье молоко. Козье и овечье употребляется реже. В первой половине XX века держали верблюдов. Из верблюжьего молока готовили кисло-молочный напиток - *шубат*, который по качеству можно поставить в один ряд с кумысом (кобылий кисло-молочный напиток). Как отметила Н.Ж. Шаханова: «Многовековое занятие скотоводством способствовало постепенной выработке казахами широкого ассортимента молочных продуктов, которые употреблялись в основном весной и летом в период максимального удоя, а также в различных видах заготавливались на зиму, когда доение скота прекращалось»[4].

В рацион питания казахов входят такие молочные продукты, как *каймак* (сметана и сливки), *айран* (простокваша), *иримшик* (творог), *курт* (сыр), *май* (масло), *кумыс* (кисломолочный напиток из кобыльего молока с низким содержанием алкоголя), *сут* (молоко). Следует отметить, что один литр кумыса или шубата обеспечивает суточную потребность организма человека почти во всех витаминах[5].

Перерабатывается обычно коровье молоко. После отела первое молоко коровы кипятят до образования густой творожной массы (*уыз*), которой угощают соседей и родственников в честь данного события. Раньше уыз получали так: молоко наливали в высушенный бараний желудок, который завязывали и варили в кипятке. Уыз также запекают в духовке, добавляют муки и выпекают оладьи или лепешки.

Из молока обычно изготавливают сливочное масло - май, сливки и сметану - каймак. Каймак получают, пропуская кипяченное или сырое молоко через сепаратор или взбивая в маслобойке мутовкой. При этом используется сырое молоко, которое слегка подогреты опускают в погреб и выдерживают не менее недели[6].

Особым лакомством считаются кипяченные с сахаром сливки - *кайнаткан каймак*. Для получения масла сливки пропускают через сепаратор или взбивают в маслобойке. В некоторых случаях масло взбивают сразу из молока. Широко распространен способ взбивания масла руками из сливок или сметаны в широкой эмалированной чаше, называемой *шара* или *тегене*. Масло обычно хранят в стеклянной или эмалированной посуде в прохладном месте.

В аулах предпочитают его держать в овечьем или коровьем желудке - *карыне*. Считается, что вкус масла при хранении в карыне улучшается. Сливочное масло повсеместно принято солить, хотя не все придерживаются этого правила. Пахту, которая остается при приготовлении масла, спаивают животным или пьют сами в жаркую погоду. Иногда ее смешивают с молоком и варят суп с лапшой.

Из кислого молока получают творог - иримшик[7]. Различают два вида иримшика - *ак* (белый) и *сары* (желтый) или *кызыл* (красный). Ак иримшик получают из свернувшегося молока или обрата, который процеживают, сливают сыворотку или кипятят, выпаривая воду. В некоторых случаях для обезвоживания хозяйки заворачивают образовавшийся сгусток в марлю, кладут на полчаса в ветреное место, придавливая сверху гнетом.

Ак иримшик едят, смешивая со сметаной и сахаром. При долгом кипении творог приобретает желто-коричневый цвет, поэтому его называют сары, или кызыл иримшик. Его используют для приготовления сладкого блюда - *коспа*, для чего сары иримшик пропускают через мясорубку и смешивают с топленым маслом и сахаром. По желанию в коспу добавляют изюм и мед. После приготовления его выносят в холодное место для затвердения.

Из творога готовят твердый сыр - *курт*. Технология приготовления его та же, только процесс более длительный. Варят курт в казане, помешивая длинной деревянной ложкой (*кептер*) до образования коричневой гущи. Потом добавляют муку, сахар (на 3 ведра - 0,5 кг муки, 1/2 стакана сахара), тщательно перемешивают, скатывают небольшие шарики, которые слегка приминают пальцами, и сушат. Правда, не все хозяйки добавляют муку и сахар, а некоторые смешивают творожную массу только с сахаром. Подают курт и коспу к чаю.

Большой популярностью в казахском рационе пользуются кисломолочные напитки[8]. Особенно часто употребляют в пищу айран, который можно, из-за его густой консистенции, отнести к молочным блюдам.

Среди казахского населения распространены способы приготовления айрана с использованием кипяченого цельного молока, кипяченого снятого молока (обрат) и сырого цельного молока. Причем в одном населенном пункте могут быть в ходу все эти три способа. Айран готовят из коровьего или овечьего молока. Кипяченое молоко остужают, а сырое слегка подогревают, добавляют закваску и, хорошо укутав, ставят на несколько часов в теплое место. В качестве закваски используют сметану, кумыс, кефир, айран. Айран иногда разбавляют водой или молоком. Его добавляют в мясной бульон для придания ему кисловатого вкуса.

Бытовая речь казахов в ряде регионов не сохранила слова «катык», которым их соотечественники в Северо-Восточном и Южном Казахстане называют аналогично приготовленное кисломолочное блюдо[9]. Айраном же именуют разбавленный водой или молоком катык.

Таким образом, в ряде регионов слово «айран» у казахов полностью вытеснило более древнее название молочного блюда - катык, несмотря на то, что способы его приготовления и состав практически не претерпели изменений.

Казахи готовят также молочный напиток, именуемый в народе «желтый чай». Обрат от коровьего молока кипятят до раскисания, разбавляют водой, солят, добавляют немного масла и пьют.

Из свежего кобыльего молока казахи готовят кумыс. Для этого кобылу часто доят. Процеженное через сложенную в несколько слоев марлю молоко сливают в специальную емкость, добавляют закваску и взбивают мутовкой *пспек*, оставляют на ночь, и к утру напиток уже готов. В качестве первичной закваски используют айран, кусочки копченого конского мяса и сала. Лучшей закваской считается остаток прошлогоднего кумыса, который хранят в холодном месте в течение всей зимы.

До нашего времени дошел старинный способ сохранения прошлогоднего кумыса в глиняной крынке, которую закапывают в пшеницу. Способ этот практиковался среди очень зажиточных казахов. Первичную закваску готовят также из коровьего и кобыльего молока, взятого в равных частях и выдержанного до закисания. Для последующего приготовления кумыса используют предыдущий напиток. Заквашивающим свойством обладает и осевшая на стенках сосуда творожистая масса *ериби*. Влитое в такой сосуд, молоко бродит без использования дополнительной закваски.

Для праздничного события готовят особый кумыс. В свежее кобылье молоко вместо закваски добавляют сахар, который вызывает сильное брожение и быстрое усиление крепости напитка.

Все вышеописанные традиционные молочные блюда и напитки характерны прежде всего для сельской местности. Лишь небольшая часть горожан имеет возможность держать скотину, большинство же их покупает молочные продукты в магазинах и на рынках.

У казахов сохранилось понятие «*ак ас»* - белая еда. Это понятие по-разному интерпретируют. В частности, существует мнение, что «ак ас» называют только молочную пищу. До настоящего времени дошли отголоски запретов проливать молоко на пол, наступать на пролитое молоко. Так, есть, поверье, что кобыла или корова перестанет доиться. Женщине, черпающей кумыс, нельзя греметь посудой. Угощаемый кумысом, айраном не должен отказываться, иначе не будет дороги[10]. После угощения кумысом следует поблагодарить хозяев и пожелать, чтобы кобыла давала им больше молока.

Как видим, в понятие «ак ас» вкладывается сакральный смысл, что свидетельствует о глубокой древности вида пищи.

Иногда подразумевается под «ак ас» любое угощение, преподнесенное от чистого сердца, при этом его соотносят с выражением *«ак тлек»* - чистым, идущим от сердца, пожеланием. В данном случае мы, видимо, сталкиваемся с процессом трансформации древнего понятия о благородстве и священности молочной пищи, в результате чего рамки понятия «ак ас» расширились и вместили другие виды пищи.

**Список использованных источников**

Шалекенов У.Х., Шалекенов М.У. История и этнология народов Амударьи и Сырдарьи в XVIII-XX вв. Алматы, 2003. С. 264-267

Шаханова Н.Ж. Традиционная пища казахов как историко-этнографический источник. Автореф. дисс. к.и.н. Л., 1987. С. 3

Артыкбаев Ж. Этнология и этнография. Астана, 2001. С. 203

Шаханова Н.Ж. Традиционная пища казахов как историко-этнографический источник. Автореф. дисс. к.и.н. Л., 1987. С. 6

Кумыс и шубат. Алматы, 1996. С. 31-36

Отчет полевой этнографической экспедиции за 1990 г. С. 117.

Шаханова Н.Ж. Традиционная пища казахов как историко-этнографический источник. Автореф. дисс. к.и.н. Л., 1987. С. 7

Востров В.В., Кауанова Х.А. Материальная культура казахского народа на современном этапе. Алм., 1972

Аргынбаев Х.А. Историко-культурные связи русского и казахского народов и их влияние на материальную культуру казахов в середине XIX и начале ХХ веков: По материалам Восточного Казахстана // Труды института истории, археологии и этнографии. - Т. 6: Этнография. - Алма-Ата, 1959. С. 77; Коновалов А.В. Казахи Южного Алтая. - Алма-Ата, 1986.

Отчет полевой этнографической экспедиции за 1990 г. С. 117.

TRADITIONAL DAIRY FOOD OF THE KAZAKH PEOPLE

This article by Doctor of Historical Sciences, Professor Shalekenov M.U. "Traditional dairy food of the Kazakh people" is dedicated to everyday dairy food used by Kazakhs. The article is written on the basis of literary data, as well as field ethnographic studies conducted by the author in the 90s of the XX century.

Бұл мақаланы тарих ғылымдарының докторы, профессор М.Ш. Шалекенов жасады. «Қазақ халқының дәстүрлі сүт тағамдары» қазақстандықтар пайдаланатын сүт тағамдарына арналған. Мақала әдеби деректер базасында, сондай-ақ XX ғасырдың 90-шы жылдарындағы автормен жүргізілген далалық этнографиялық зерттеулермен жазылған.