

Хакасская

национальная кухня





Полар, алгыстапчам!

**Гость приехал - привечай,
Как друга лучшего встречай!
Зови к столу да волоки
С айраном свежим бурдюки:
(из эпоса "Алтын Арыг")**

Гостя встречают – весь улус сыт!



Кулинарное искусство хакасского народа богато своими традициями, уходящими в глубокую древность. Недаром у хакасов и в старину, и сегодня умение женщины хорошо готовить пищу, красиво оформить стол является гордостью членов семьи.

Народная философия

- У хакасов, как у любого другого народа, еда - не только источник насыщения. Это философия.
- В приготовлении национальных блюд нет ничего пустячного, лишнего. Каждое мгновение имеет значение.
- К примеру, раньше хакасы кости скота не выбрасывали, а сжигали.
- Молоко не давали собакам, если её случайно пролили - не вытирали тряпкой, собирали руками.
- Пищу издревле уважали. **Айраном** окропляли траву - задабривали духов.
- И что поучительно - у наших предков практически не было отходов.



Народная философия

- В хакасской кухне насчитывается до 400 блюд. Основа калорийной национальной пищи - молочные и мясные блюда.
- Свадебное ритуальное блюдо **пирыг**, в буквальном переводе «соединение».
- Его обязательно стряпали на свадьбу, когда разные рода соединялись в новую семью.
- Тесто заводили в доме родителей невесты, а начинку - у жениха.
- Начиняли же в новой юрте, где после свадьбы должны были жить молодожены.



Народная философия

- Наши предки ели конину и баранину.
- Ну и, конечно, то, что забьют на охоте: зайца, утку, косулю, барсука, медведя.
- Выносливые хакасы на охоте могли насмерть загнать марала.
- Но никогда не убивали лишнее - брали ровно столько, чтобы прокормиться.
- И обязательно делились с соседями, родственниками, потому что пища - об ее дала природа.



Мясные блюда

- Основной пищей хакасов в зимнее время служили мясные блюда.
- Мясо никогда не солили. Соль подавалась отдельно.
- В мясе хакасы, всегда слывшие прекрасными охотниками, были знатоки.
- Тушеное, жареное, вяленое, строганина, студень, шашлык – всех способов готовки не перечесть.



- **Орамыс** - это тонкие кишки барана, заплетенные в косички, сваренные или зажаренные на масле.
- **Шашлыка из печени (систеен паар).** Секрет аппетитного блюда прост: кусочки печени с кольцами репчатого лука перед жаркой на костре оборачивают внутренним салом. Шашлык пропитывается соком - пальчики оближешь!
- Непременное угощение званого обеда - **хан** из крови свежезабитого животного (чаще всего барана). В настоящий хан добавляют коровье молоко или сливки.
- **Хыйма.** Для ее приготовления сырые кишки набивают порубленными мякотью конины, брюшным салом, луком и специями. Варят в густом бульоне. Хыйму едят холодной и горячей, поливают жиром. На гарнир к хыйме хороша **халба – черемша.**



САЛАТ ИЗ ЧЕРЕМШИ (Халбы)

Молодые листья и стебли мелко нарезать, посолить, заправить сметаной. Можно добавить сваренное рубленое яйцо. Подать как самостоятельное блюдо, а также как гарнир к мясу.

300 г. халбы,
3-4 ст. ложки сметаны,
1 сваренное в крутую яйцо,
соль по вкусу.



Белый" суп

- Одним из самых сложных в приготовлении считался **"белый" суп**.
- Он должен был состоять из шести разных видов мяса: говядины, конины, баранины, яка, какого-нибудь дикого зверя и верблюда.
- Да, в древние времена на территории современной Хакасии разводили верблюдов.
- Если какого-либо мяса нет - суп назывался **"черным"**.



Разделка приготовленного мяса - ритуал.

- **Баранья голова** подается старшему в семье мужчине.
- **Уши** - сыновьям, чтобы слушались старших. "Старшим внимать - жизнь продлевать" - гласит древняя хакасская мудрость.
- **Язык** давали женщинам и детям: "Ешь язык, но не распускай зря свой".
- **Тазовые кости** женщинам не давали: считалось, что при родах таз не расширится.
- А мужчина не ел **сердце**, чтобы, по поверью, не стать трусом.
- **Мозги** доставались внукам, вместе с пожеланием ума и трудолюбия.
- Мясо **задней части** барана, самое вкусное, получал почетный гость.



Бог (баранья нога)

Ингредиенты:

- .1 баранья нога (лопатка), 250г сметаны,
- .100г томатной пасты, 5 долек чеснока,
- .соль, перец

**рассчитан на 6 порций; подготовка ~ 15 минут; время приготовления ~ 2,5 часа*

Порядок приготовления:

Чеснок почистить и разрезать каждую дольку вдоль на 2 части.

В бараньей ноге сделать глубокие надрезы и нашпиговать мясо чесноком. Натереть баранину перцем и солью.

Сметану перемешать с томатной пастой. Тщательно обмазать мясо сметанно-томатным соусом.

Выложить баранью ногу на противень и запекать в духовке 2,5 часа.



Молочная кухня

- В летнее время чаще всего готовились молочные блюда – их считали белой пищей и относились к ней почтительно.
- Варили каши с мукой и заправляли маслом (сут потхы)
- Из пенки топлёного молока готовили лакомое и почётное блюдо (ореме).
- Из свежего молока готовили коктейль – (корчик).



Потхы (каша)

Ингредиенты:

·0,5кг сметаны

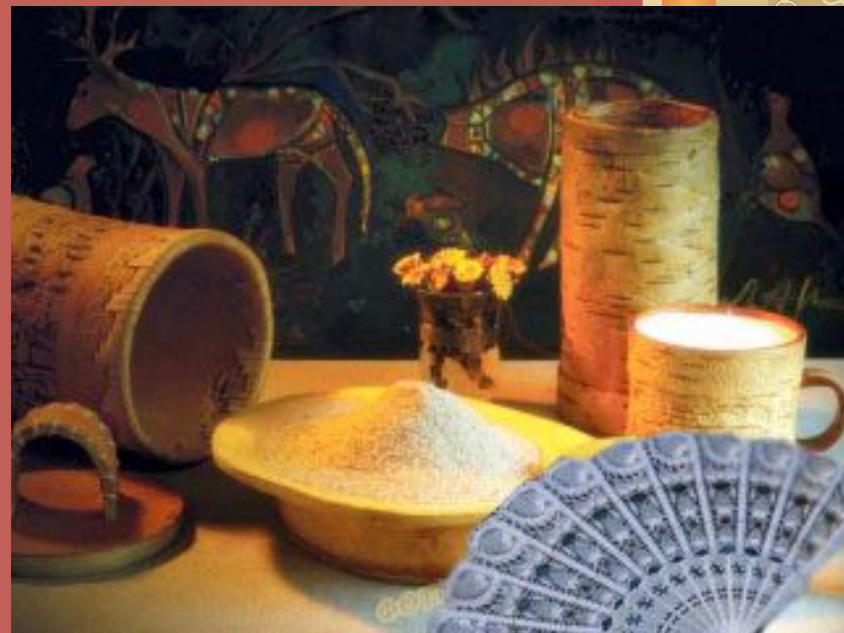
·3 горсти муки

·соль

·рассчитан на 4 порции; время приготовления ~ 10 минут

Порядок приготовления:

Сметану вылить в предварительно разогретый казан и довести до кипения на медленном огне, постоянно помешивая. Посолить по вкусу и добавить муку. Варить 5-7 минут, пока на поверхности не выделится масло. После этого кашу сразу же снять с огня. Подавать только в горячем виде.



Кисломолочные блюда

- Из простокваши (**чоорт**) готовили творог (**эчигей**), который употребляли со сметаной и брусникой.
- Сыр (**пызылах**): кипятили парное молоко и добавляли в него простоквашу - 2 х 1. Затем отжимали и клали под пресс.
- Сыр готовили и из простокваши обычным способом.
- Топлёное масло получали из сливочного масла и из сметаны
- Из остатков при перетопки масла готовили кашу (**пор потхы**) с мукой.
- Из густой **пахты** делали с мукой калачики и сушили на солнце.
- Пахту и сыворотку использовали для приготовления хмельных напитков (**айран, кумыс, арака**).
- Из остатков перегонки **айрана** (творожной гущи) делали сушёные сырцы (**хурут**). Их коптили, вялили на солнце. В них добавляли молотые сушёные ягоды и ели его вместо хлеба. Считали почётным блюдом.



Крупяные блюда

- Самым популярным злаком был ячмень (**кёче**). Из него делали крупу «**талкан**». А из него варили кашу «**талан потхы**».

- Её варили несколькими способами:

1-на воде, заправлялась маслом,

2-на масле с кедровым орехом, готовили для детей,

3-на молоке, но вначале крупу обжаривали. В конце варки добавляли масло,

4-на сметане.

До сих пор для наших детей талган с крученой черемухой, маслом и сахарной пудрой - лучшее печенье. Правда, теперь все чаще его готовят со сгущенкой.

Кроме этого талкан использовали для приготовления других каш, напитков типа кваса и морса.



Талған

Ингредиенты:

- .350г ячменных и пшеничных зерен
- .150г толченой черемухи
- .300г топленого масла
- .100г сахара

**рассчитан на 4 порции; подготовка ~ 20 минут; время приготовления ~ 1 час*

Порядок приготовления:

Зерна пшеницы и ячменя обжарить, растолочь и просеять через сито.

Добавить толченую черемуху и сахар. Все тщательно перемешать. Аккуратно влить топленое масло. Перемешать до консистенции густого теста. Вылепить из полученной массы куличи или нарезать на секторы как торт и поставить в холод, чтобы форма схватилась.



Рыбные блюда



- В степных районах из всех видов рыб хакасы употребляли только хайриуса (**хоора**).
- Его жарили в сметане, варили уху, а из жирных внутренностей готовили поджарку с **талканом**.
- В подтаёжной зоне рыбу считали традиционной пищей: её (ельца, мальков, усачей) сушили, вялили, коптили.
- Зимой из консервированной рыбы готовили блюда со сметаной (выдерживали в кипятке и заливали сметаной).
- Щука относилась к запретной пище. Ибо ею кормили **«тёсей»** – духов.



Мучные блюда

- Из пшеничной муки пекли белые булки (**халас**), а из ржаной – чёрный хлеб (**ипек**).
- Из пресного теста делали лепёшки (**комечек**): тесто замешивали на осадке от топлёного масла и добавляли молоко. Пекли на плоском камне, который клали в середину очага на раскалённую золу. Камень смазывали сметаной. Выкладывали тесто и укрывали казаном.
- Из пресного теста пекли на шампурах пирожки (**кулгейек**) с кусочками копчёного сала, большие пироги с рыбой и картошкой, рубленным мясом с луком и солом.
- (**Мирек**) – блюдо похожее на большие пельмени. Их в большом количестве заготавливали на зиму.
- Супы с пшеничными галушками (**тутпастых угре**), с клёцками (**поорсах угре**), с лапшой (**лапса угре**).
- В специальной сковороде с ячейками жарили на жиру печенье (**поорсах**) из крутого пресного теста.
- Мучные продукты использовали для приготовления различных зимних напитков.



Хакасский чай

- Для чая использовались более 20 видов трав – лист брусники (нир), бадан (хая чайы), белоголовник (чай оды), плоды шиповника (ит пурун), брусники и черной смородины, чага (хазын чайы), богородская трава (ирбен), и др. Травы и ягоды заливались кипятком и настаивались.
- Чай пили обязательно со сметаной.
- Во время чаепития чашечку обязательно подавали с блюдцем.
- Если гость напился чаю, то он переворачивал чашечку вверх дном и ставил на блюдце. Пока чашка остается открытой, хозяйка будет подливать чай снова и снова



Традиционное меню

Хакасы принимали пищу 4 раза:

Рано утром – Завтрак (**иртенги азырал**):

Сметанная каша «**ПОТХЫ**»

Чай с сыром

В 12 ч. – Обед (**кунортки азырал**):

Мясной суп

В 4-5 ч. – Вечерний чай или паужин (**иир азыралы**)

Поздно вечером – Ужин (**чадын азыралы**):

Мясные супы

Мясные блюда

Чай



За столом соблюдался строгий этикет:

- Во главе стола сидел хозяин.
- По правую руку сидели почётные гости.
- Женщины, особенно невестки размещались за отдельным столиком на женской половине.
- Столы были низкие, за ними сидели согнув ноги по-турецки.
- Запрещалось сидеть на корточках или вытягивать ноги вперёд.
- Нельзя стоя есть за столом – обнищаешь.



- К.М. Патачакова "Очерки материальной культуры хакасов", ХакНИИЯЛИ, Хакасское отделение Красноярского книжного издательства, Абакан, 1982.
- <http://khakasweb.ru/content/category/5/23/1/index.html>
- <http://www.khakasia.com/forum/archive/index.php/t-28.html>
- http://elite-life.narod.ru/n_kit18.htm

