

# *Туба Аш-курсак Тубаларская кухня*



Светлана Михайловна Улагашева,  
сöок Күзен  
с. Урлу-Аспак





## *”Туба Аш-курсак”*



### Тубаларская кухня

Пища является своеобразным индикатором хозяйственной деятельности населения, поскольку ее характер определяется продукцией традиционных видов занятий. Изменение сырьевой базы неизбежно влечет за собой глубокие трансформационные процессы в структуре питания. У коренного населения северных предгорий Алтая они приняли необратимый характер с 30-х гг. XX в., когда стал происходить постепенный отход от традиционных видов хозяйственных занятий, прежде всего мотыжного земледелия, охоты, рыболовства и собирательства. Данное обстоятельство во многом предопределило направление этнокультурных процессов среди этнических групп таежного Алтая, который привел почти полной утрате многих компонентов их народной культуры, в том числе традиций связанных с национальной кухней.





## *”Туба Аш-курсаж”*



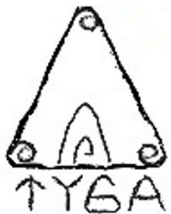
Основными способами получения сырья для растительной пищи у туба являлись мотыжное земледелие и собирательство. Зерновые культуры, корни и стебли дикорастущих растений, картофель составили основу их растительной пищи. Особенно важную роль в этом отношении играли мучные и крупяные полуфабрикаты.

В процессе технологически более сложной обработки зерна туба получали также муку (кулур), толокно (талган) и крупу (шырак).

Зерно на муку растирали на зернотерке или мололи на ручной мельнице. Для получения толокна и крупы зерно подвергали термической и механической обработке. Процесс его обработки был аналогичен челканскому. При изготовлении талкана туба могли добавлять туда растертые на зернотерке семечки кендыря. Их ели также отдельно, предварительно обжарив в котле.

Значительное место в питании туба занимали луковицы, стебли и листья дикорастущих растений – кандыка, сараны (саргаш), калбы (черемша), пучки (палтыран) и других. Употребляли их в сыром и вареном виде. Кроме того, в пищу употребляли малину (агаш тейлек), красную и черную смородину (кызылкат, мурогот), черемуху (тюрмут), клубнику, землянику (тер тийлек), чернику (кошпок), калину (палан). Из пожаренных и растертых на зернотерке кедровых орешков получали также жирную густую массу токчок.

Корни кандыка выкапывали в июне. Для этой цели использовали мотыгу. За день выкапывалось до 1–2-х ведер корней. Их ели в сыром и вареном виде. В последнем случае кандык готовили в подсоленной воде или на молоке.



## *”Туба Аш-курсак”*



Клубни сараны выкапывали в июне-августе. Их варили на воде или молоке. Кроме того, клубни пекли в горячей золе, предварительно завернув в лист пучки, а также могли добавлять в тутпач. Сарана в значительном количестве заготавливалась на зиму. Для этого ее раскрашивали и ссыпали в холщовые мешки.

В пищу употреблялись также стебли калбы, пучки (палтырган) и листья бадана (тавана). Черемшу заготавливали в середине мая, июне. Из нее делали салаты и начинку для вареников. Кроме того, практиковалось соление на зиму. Стебли пучки ели в сыром виде до цветения указанного растения. Листья бадана запаривали в кипятке, получая тем самым напиток.

Значительное место в традиционном питании туба занимали мясные полуфабрикаты и рыба. В пищу использовали мясо медведя, оленя, лося, марала, бурундука, зайца и некоторые другие виды диких животных. Из дичи в пищу шло мясо глухаря, рябчика, гуся и утки. Скот кололи осенью. На зиму заготавливали преимущественно конину. Лошадь, держа за узду, сначала оглушали обухом топора, а затем перерезали горло. Мясо замораживали на улице и хранили зимой на крыше одной из хозяйственных построек, забрасывая его снегом. Таким образом, в традиционной структуре питания туба выделяется растительная, мясная и молочная пища. Их источниками являлись охота, рыболовство, собирательство, мотыжное земледелие и скотоводство. Однако характер питания туба уже в первой половине XX в. определялся продукцией земледельческой и скотоводческой отраслей хозяйства. На это указывает наличие разнообразных блюд и продуктов из муки, толокна, крупы и молока.



## *”Коже”*



Суп "Коже". Наиболее простым в обработке ячменя и получения из него необходимого полуфабриката являлось дробление в ступе.

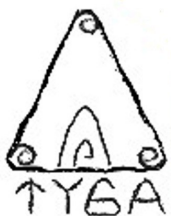
Разломанные зерна варили в подсоленной воде. В результате получалась похлебка.



## *”Уре”*



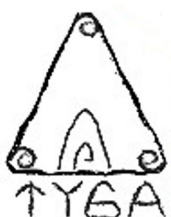
Каша "Уре". Крупу "Шырак" варили на подсоленной воде, часто добавляя молоко. Перед употреблением в кашу могли подсыпать толокно.



## *”Чарба”*



Каша "Чарба". Готовили на подсоленной воде, куда, помимо толокна, клали лук и мясо.



## *”Каймак (кайвык)”*



"Каймак (кайвык)". Сметану собирали с отстоянного молока.



## *”Ууту тертпек”*



”Ууту тертпек”. При изготовлении блюда использовался солод. Получали его из пророщенных ячменных или ржаных зёрен. Их сушили и растирали на зернотёрке или мололи на ручной мельнице.

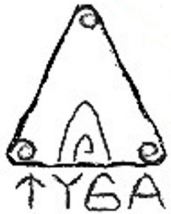
Солод (30) затем смешивали с талканом (70) и замешивали на подсоленной воде или молоке. В результате получалась жидкая по консистенции масса, которую клали в обмазанную маслом сковородку и помещали в русскую печь. После готовности блюда в его середину клали сливочное масло.



## *”Тертпек и Толгочок”*



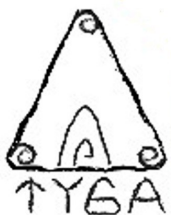
Хлеб ”Тертпек” и пресные лепешки ”Толгочок”. Традиционно пекли из пресного теста, в которое добавляли масло или сметану. Тертпек по форме имел вид лепешки (диаметром 15–20 см) Пекли тесто в горячей золе. Позднее туба научились готовить дрожжевой хлеб (калаш). Его пекли в сбитой из глины русской печке.



## *”Казан тертпек”*



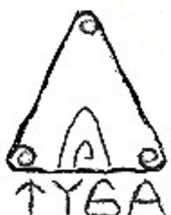
"Казан тертпек". Сначала из пресного теста формировали лепешки, а затем их опускали в кипящий мясной бульон (мюн), предварительно убрав оттуда мясо. К столу казан тертпек подавали отдельно от мяса и бульона.



## *”Тутпач”*



"Тутпач". Его варили без каких-либо мясных добавок или с различными видами мяса. Основным полуфабрикатом для его приготовления служило пресное тесто. Сочень для тутпач нарезали мелкими кубиками. Варили их в воде или мясном бульоне, добавляя дикий лук (согоне).

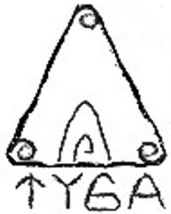


## *”Кан”*



"Кан". Кровь только что заколотого животного сразу сливали в специально подготовленную емкость. Она служила основой для смеси идущей на изготовление кровяной колбасы. Кровь подсаливали и смешивали с молоком (1–1,5 литра молока на ведро крови), добавляли лук. Полученную смесь сливали в кишки, концы которых стягивали суровыми нитками. Кровяную колбасу варили в простой воде или мясном бульоне. Ее готовность проверяли вилкой, если кровь не текла, то она была готова к употреблению.

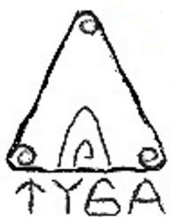




## *”Вареники, пироги и блины”*



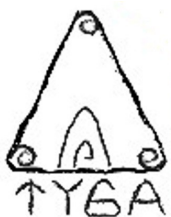
Вареники, пироги и блины. Готовили из пресного теста. Начинку для вареников делали из мелко раскрошенной калбы, а пироги пекли с растертой на зернотерке черемухой. Блины готовили на сковородке и ели с чаем или молоком.



## *”Палыктын мюны”*



Уха "Палыктын мюны". Из рыбы (палык) туба преимущественно варили уху (палыктын мюны). Кроме того, ее могли класть в тутпач. Хариус и таймень шли также для приготовления пирогов из дрожжевого теста. Выпотрошенную рыбу клали туда целиком и выпекали в печке. Рыбу также жарили, солили и вялили.

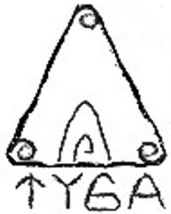


## *”Пыштак”*



"Пыштак". Кипяченое молоко (ведро) сливали в корыто и размешивали с чегень (0,5 ведра). Через некоторое время оттуда выбирали творожистую массу и перекладывали в мешок, давая вытечь сыворотке. После этого сыр клали под пресс. Пыштак затем разрезали ножом и ели отдельно или с медом.

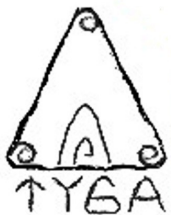




## ”Чегень”



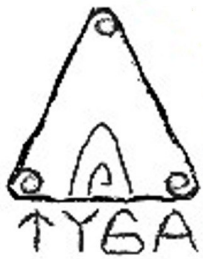
”Чегень”. Из чегень туба получали целый ряд молочных продуктов, прежде всего – молочную водку (арак) и сыры (курут, пыштак). После перегонки чегень в самогонном аппарате в котле оставалась творожистая масса (арчин), которая шла на изготовление твердого сыра (курут). Её собирали и клали в горячем виде в специально сделанный для этого мешок и подвешивали, чтобы вытекла сыворотка. Затем творожистую массу клали под пресс и сушили в печке.



## ”Эт”



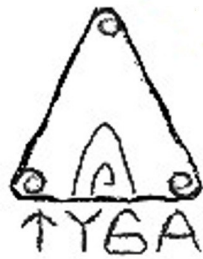
Копчёное мясо ”Эт”. Мясо медведя, оленя, лося, марала, бурундука, зайца, глухаря, рябчика, гуся и утки сначала варили, подсаливали, нарезали лентами и раскладывали на специально подготовленном сооружении (атыс). Оно представляло собой поднятый на четырех столбиках настил с редко положенными черемуховыми прутьями (диаметром около 1 см). Под ним раскладывали костёр из дров черёмухи, рябины, берёзы.



---

---

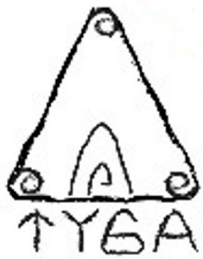
---



---

---

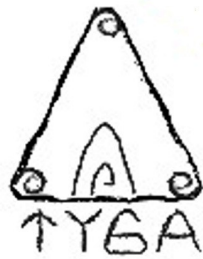
---



---

---

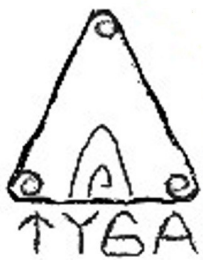
---



---

---

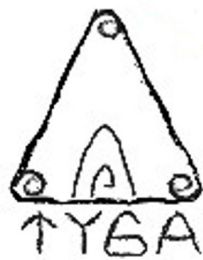
---



---

---

---



---

---

---