

Сүттен белетеген аш-курсак (Молочная кухня аптайцев)



Электронная выставка

[Начать просмотр](#)

Как посмотреть выставку

Для просмотра выставки можно воспользоваться навигационными кнопками

«далее», «назад», «к разделам».

Кнопка **«далее»** позволит просмотреть следующий источник, представленный на выставке. Кнопка **«назад»** дает возможность вернуться к предыдущему.

Вернуться к оглавлению выставки позволит кнопка **«к разделам».**

В оглавлении Вы можете переместиться к любому из представленных разделов, кликнув мышкой по его названию, а также завершить просмотр выставки.



Далее



УЙ ЫЛДЫН АЙДЫНГАНЫ

Мен — айры туйгактарлу ла жыдадый мүүстерлү мал. Же ак сүдимди кажыгар ла ичип жат. А каймагым кандый тату!.. Тумчугым жаантайын ла үлүш жүрет. Онын учун эл-жон ортодо мени соок тумчукту мал дежер. Туйгактарымнын алдыла жылыжып, узун жылдар өдөт.

А менин туйгактарым ненин учун эки айры, билеригер бе, балдар? Мен тонмок суунын түбинде жалтыражып жаткан жылтыстарды туй базып ийерге санангам. Же тирү кызыл жылтыстар туйгактарымды жарып, көк тенери өрө учкылай берген. Онон ло бери эки айры туйгактарлу болуп калгам. Ол жылтыстардын үстине мен ненин учун баскам, билереер бе, балдар? Ненин учун дезе, бистин төрөл Алтайга качан да кыш түшпезин деп санангам. Слерге де, меге де соок болбозын деп, умзангам инем. Мени, байла, эки айры узун мүүстерлү ле жерге жеткен узун куйрукту учун улус „көрмөстин малы“ дежет. Анайда жамандагылап та турза, ак сүдимди ичкилеп, аарчы-курут, быштак, эжегей ле өскө дө тамзык курсак-тамак эткилеп, ончо улус жигилеп, бала-баркаларын азырагылайт.

УЙ ЫЛДЫН УЛУ ЛА ЖАРЛУ УЛУЗЫ:

Б. Наполеон, А. Гитлер, Ю. Антарадонов — аргачылардын жааны, А. Ередеев — поэт, В. Кудирмеков — иркиттердин жайзаны, А. Калкин — кайчы, С. Каташ — профессор, С. Каташев — билимчи, Б. Кортин — чаптылардын жайзаны, А. Кулжин — койойым, В. Кыдыев — бичик чыгараачы, И. Охрина — актриса, С. Суразаков — баштапкы алтай профессор, Д. Табаев — Эл Курултайдын башкараачызынын ордынчысы, А. Тозыяков — композитор, К. Төлөсөв — бичиичи, М. Чевалков — бичиичи, Б. Шульгин — композитор.



Далее

Основу алтайской кухни в Республике Алтай составляют блюда, приготовленные из молочных и мясных продуктов, а также мучные изделия.

С древнейших времен молоко составляло у алтайцев главный пищевой продукт.

Из него производят большое количество различных продуктов: каймак, чеген, аарчы, курут и другие. В основном молочные блюда готовятся в летнее время – их считали белой пищей и относились к ней почтительно.



Далее

Сүттөн белетеген аш-курсак

(Молочная кухня алтайцев)

Чеген

Курут

Аарчы

Өрөмө

Эйгей

Тордо

Уурак

Бышта
к

Көөрчө
к

Аарчылу
сарју

Чеген



Этот древнетюркский кисломолочный напиток на Алтае пользуется большой популярностью. Гостю перешагнувшему порог, предлагали этот напиток в знак приветствия и гостеприимства.

Он является исходным продуктом для приготовления аарчы, курута, быштака, эдегея, аракы, кёөрчөка и др. Процесс заквашивания происходит при определенных условиях: температура молока, при которой заквашивается молоко, не превышает 40°C.

Закваской для чегеня служит кёнёргё (закваска) предыдущего дня из расчета 100г на 1 л молока, причем чем старше грибки чегеня, тем он крепче, плотнее, т.е. качество его лучше.

Перед использованием закваску старого чегеня хорошо размешивают в отдельной посуде, затем вливают в кипяченое теплое обезжиренное молоко, тщательно размешивают в нем, используя для этого специальную неокисляющуюся посуду.

Чеген готовят и хранят в специальной деревянной кадочке-кюп, сделанной из кедра, в современных условиях можно фарфоровой, глиняной, стеклянной и др. посуде, плотно закрытой крышкой.

Для созревания чеген ставят на 8-10 часов в теплое место, после чего выносят в прохладное место для уплотнения сгустка и предотвращения пере

Далее



Ачып калган сүттөн чегеннин башказы незинде дезе, чегенди ачытпаган сүтке, кайнаткан да, чий де сүтке кыйалтазы жок 40 градустан өтпөгөн жылу көнөргө уруп, ачыдып жат. Ачыдар тужында чегенди тургузатан жердин жылузы база 30-40 градус болор учурлу. Чеген эдерге 1 литр сүт ле 100г көнөргө алар керек.

Көнөргөни тuzаланар алдында жазап былгаар, кайнаткан жылу сүтке урала база былгаар керек. Көнөргөни де, чегенди де шил, ол эмезе калайлу аяк-казанга ачыдар. Агаштан эткен агылу күпке ачыткан чеген сүрекей жакшы.

Чегенди 8-10 час жылу жерге тургузар, онон жазап быжала, былгайла серүүн жерге тургузар. Жакшы ачыткан чегенде тегин ачыткан сүтте чилеп, болчоктор болбос. Изү күнде соок, чегенди суузаза ичерге жакшы, ол ток ло амтанду суузын. Анайда ок чегеннен ачыткан сүтте, ачыткан сүтке эжегей элер.

Назад

К разделам

Далее



Öрөмө

Жаңы сааган сүтти 3-4 минуттын туркунына собырып кайнадала, соок жерге тургузып койор. Тургускан кийинде ого тийбес.

Эртенгизинде кайнаткан сүттин каймагын үстинен араайынан алар. Каймак өрөмө коркушту амтанду, жымжак болор. Оны талканга, курутка, быштакка, эжегейге ле калашка кожып жизе, сүреен амтанду.

1 л свежего молока кипятить 3-4 минуты, затем поставить в прохладное место не встряхивая.

Через сутки снять пенки со сливками в отдельную посуду. В результате получаются густые сливки с разбухшими прослойками пенки; жирный, нежный и очень приятный по вкусу продукт.

Каймак өрөмө употребляется с талканом, курутом, быштаком, эжигеом, лепешками.

Назад

К разделам

Далее



Курут

1 кг аарчыдан 700 - 800г курут болор.

Аарчыны баштыктан араайынан чеберлеп чыгарып, столдын үстине салар. Бойынын күүниле тегериктеп, толықтап жоон учукла кезеле, очоктын үстине аткыска, эмезе жылу печкенин ичине салып кургадар. Аتكыска кургаткан курут 3-4 күннен белен болор. Куруттарды чичкечек бууга тизип, чык жок жерге илип салар. Жиир алдында ыжын кырып, жылу суула јунуп мөткө, сахарга, каймакка, сарјуга кожып јизе амтанду да, ток то аш болуп јат. Ыжын кырбай да јиирге јараар.

Из 1 кг аарчы получится 700-800 г курута.

Аарчы осторожно вынимают из мешочка и кладут на стол. Потом разрезают толстой ниткой на пласты и ставят сушить на печке или в аиле над огнем. Через 3-4 дня курут готов. Зачистить, вымыть копоть и можно употреблять его с медом, сахаром, каймаком.

Курут незаменимый продукт на дальних стоянках чабанов, скотоводов, так как очень питателен и хранится длительное время – месяцы, годы.

Назад

К разделам

Далее



Быштак

1 л сүт ле 150-200г чегеннен
200-300г быштак чыгар.

Жаңы сааган сүттин үстине ачузы једип калган чеген урала, кайнадар. Бу чегендү сүтти коркушту араай ла чебер түбинен өрө былгаар. Сүт ирип, сарсуузы ылгалып келзе, оны 2-3 кат марля баштыкка, эмезе бөс полотенцанын материалынан эткен баштыкка шүүр. Онын кийинде баштыкта быштакты уур немеле базырып салар керек. 1-2 частын бажында быштакты алып, јукачак эдип кезип, өрөмөгө лө мөткө кожып јизе, сүрекей амтанду.

Из 1 л молока и 150-200 г чегеня можно получить 200-300г быштакя.

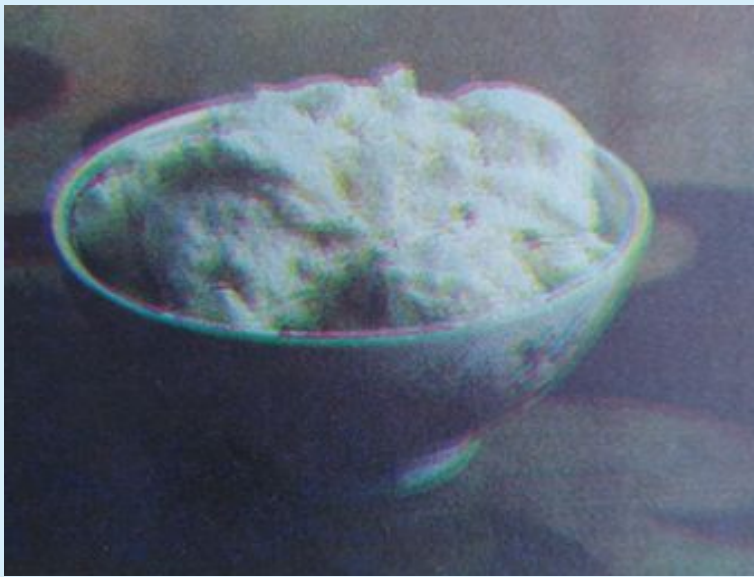
В теплое свежее молоко вливают чеген, доводят до кипения. Полученную массу процеживают через марлевый мешочек, затем кладут под гнет. Через 1-2 часа быштак вынимается из мешочка, нарезается на пластинки.

Полученный очень питательный, нежный по вкусу продукт напоминает творожную массу. Употребляют в пищу быштак с медом, каймаком.

Назад

К разделам

Далее



Эјигей

1 л сүтке 150-200г чеген кожор. 250г эжегей оног чыгар. Чегенди сүтке уруп, иритпекти быштакты белетеген чилеп белетеер. Быштактын сарсуузын шүүп, эжегей эдерге турган иритпекти сарсуузы чыкканча јаан эмес отко былгап кайнадар. Учы-учында жараш сары өңдү кургаксымак кожымак артар. Ол – эжегей. Эжегей бойы үстү, амтанду курсак. Ого неме кошпой до јиирге јараар. Каймакла да кожо јиирге јакшы.

На 1 л молока 150-200г чегеня. Выход – 250 г эдигея. Готовят массу как и для быштака. Но эту массу не освобождают от жидкой части, а кипятят на умеренном огне до полного испарения жидкости. Полученные крупинки золотистого цвета, слегка хрустят, сладковаты на вкус.

Эдигей подается с каймаком, маслом, медом.

Назад

К разделам

Далее



Аарчы

1 л чегеннен 1,5 аарчы чыгар. Якшы аарчыны өйинен өткүрө ачитпаган чегеннен алар аргалу. Казанга чегенди урала, жаан эмес отко араай былгап 1-1,5 частын туркунына кайнадар. Казан жок болзо, калайлу кастрюляга да кайнадарга јараар. Оны соодоло, ару бөс баштыкка, эмезе аарчы шүүйтен таарга уруп, шүүр. Аарчы кургак болзын деп оны базырып та саларга јараар. Јазап эткен аарчы бойы да амтанду, је ого сүт, каймак, мөт, эмезе сахар кошсо чик јок артык болор.

Из 10 кг чегеня можно получить 1,5 кг аарчы.

В казан или другую эмалированную посуду наливают не перекиший, плотный, однородный, без крупинок чеген, ставят на умеренный огонь, постоянно помешивая, доводят до кипения.

Кипятят 1-1,5 час, охлаждают и процеживают через льняной мешочек. Масса в мешочке кладется под гнет. Полученная плотная, однородная и нежная масса и называется аарчы.

Употребляют аарчы

Назад

на **К разделам** с

Далее

каймаком. медом. сахаром.



Көөрчөк

200г чеген ле 0,5 л эн ле учында сааган сүт : койдын, уйдын ийинтизи.

Түбинде чегендү аякка койдын, уйдын эн учында арткан сүдин саар. Мындый сүт койу болор. Ачузы өй – инен өтпөгөн жакшы чеген кошсо, көөрчөктин амтаны жымжак, жыды жараш болор. Көөрчөк өкпозинен ле соокко алдырткан оору улуска эмденер тужында сүрекей жарамыкту ла жаан болушту курсак.

200г чегеня и 0,5 л свеженадоенное коровье молоко или овец.

В посуду с чегенем пиалы, кружки, низенькую кастрюлю сдают молоко.

Происходит смешивание и одновременное сквашивание чегеня с густым с повышенной жирностью и низким содержанием воды молоком.

В пищу употребляется сразу. Это очень нежный по вкусу и питательный по консистенции продукт издавна употреблялся при простудных и легочных заболеваниях и до настоящего времени кушаньем детей.

Назад

К разделам

Далее



Уурак

Эн баштапкы сааган ууракты јаш бозуга берер, экинчи ле үчинчи катап сааганын кайнадып јиирге јараар. Ууракты јаан ајакка уруп, казанда кайнап турган суунын үстине тургузып, койылганча кайнатса, амтанду болор. Тузын өйинде салар. Ууракты соодоло, тилимдей кезеле, јараштыра ајакка салала, столго тургузар.

Для приготовления применяется молозиво второй и третьей дойки. Молозиво – особый состав молока после отела коров в течение недели. Молозиво немного подсаливают. В казан наливают воду, доводят до кипения, а затем ставят посуду с молозивом в меньшую диаметром. Варят до загустения. Подают охлажденной массой. Можно подать с каймаком.

Назад

К разделам

Далее



Аарчылу саржу

1 кг саржуга 1 кг кургак аарчы кожор.

Јангы белетелген аарчыны күнге јайып, оок этире оодып, кадыра кургадар керек. Ылгый саржуны кайылтала, изүге озолондыра кургаткан аарчыла колыштырар. Кезик айыл ээзи үй улус ого сахар, мөт кожып јат. Бу колышмакты јунуп јазайла, үрүп, ыштап, кургадып койгон мөөнгө, ичегеге, куукка, койдын кардына, эмезе шил банкага салала бөктөп, серүүн јерге салар керек. Аарчылу саржуны талканга салып ийзе, сүрекей амтанду ла ток курсак болор.

К 1 кг топленого масла нужно добавить 1 кг сушеного аарчы.

Предварительно аарчы сушат на солнце, до образования мелких крупинок золотистого цвета.

Топленое масло растапливают, перемешивают с подготовленным аарчы и ставят в холодное место. Получится густая питательная смесь, которую употребляют в пищу с талканом, медом, сахаром.

Назад

К разделам

Далее



Тордо

Сарјуны кайылтып, өскө аяк-казанга уруп салар. Артып калган тордозына талкан, кичинек курут салып, кайнадып ийер. Тордоны курутла, быштакла, теертпекле, анайда ок жаңыс бойын жиирге жараар.

Сливочное масло, после сбивания каймака, растапливают и сливают в другую посуду, а оставшуюся часть доводят до кипения и добавляют талкан, аарчы, проваривают до получения густой массы, которую называют тордо.

Употребляют в пищу с курутом, быштаком, теертпеком, и как самостоятельное блюдо.

Назад

К разделам

Далее



Подробнее ознакомиться с литературой о
молочной кухне алтайцев Вы можете в
краеведческом отделе Шебалинской районной
библиотеки



Список литературы

1. Алтайская кухня. На пути к познанию и осознанию.../Сост. Э.В. Бабрашев. Горно-Алтайск; ОАО «Горно-Алтайская типография», 2014 - 136 с.
2. Алтайская кухня. Алтай аш-курсак /Сост.В.Е.Санашкина; цв.ил. Б.Келюева; Худож.Э.Бабрашев. - Горно-Алтайск,1995 - 79 с.
3. Он эки жыл керегинде айдылган сөс /В обработке для детей Б. Укачина -Горно-Алтайск,1996- 14 с.
4. Дьяконова В.П. Алтайцы: материалы по этнографии теленгитов Горного Алтая/В.П.Дьяконова.Отв.ред.Ч.М. Таксами.-Горно-Алтайск:Юч-Сюмер-Белуха,2001- 223 с.:ил.
5. Потапов Л.П. Очерки по истории алтайцев/Л.П.Потапов.Отв. ред. С.В.Киселев. - М.-Л.:изд-во АН СССР, 1953. - 444 с.:ил.

