

Сайпидинова К.С., Каулбекова Р.А.

## КЫРГЫЗДАРДЫН САЛТТУУ ТАМАК АШЫНЫН ӨЗГӨЧӨЛҮГҮ

Сайпидинова К.С., Каулбекова Р.А.

## ОСОБЕННОСТИ ТРАДИЦИОННОЙ ПИЩИ КЫРГЫЗОВ

K.S. Saipidinova, R.A. Kaulbekova

## FEATURES OF TRADITIONAL KYRGYZ FOOD

УДК: 93/99:392.8.

Макалада кыргыз элинин этникалык өзгөчөлүгүн сактап кала алган материалдык маданияттын бир түрү болгон салттуу тамак-аш каралган. Ошондой эле макалада П.И. Кушнердин (Кнышевдин) изилдөөлөрүндөгү кыргыздардын тамак-ашы тууралуу маалыматтары колдонулган. Кыргыздардын тамак-ашынын ичинен сыйлуу тамак-аш ар эт, анын түрлөрү, даярдалышы, ошондой эле сүт азыктары тууралуу да маалыматтар берилет. Сунушталып жаткан макалада кыргыздардын салттык тамак-ашын негизги түрлөрү болгон сүттөн, эттен, ундан жасалган тамактар жана алардын айрымдарынын жасалуу ыкмалары чагылдырылган. Көчмөн элдердин өзгөчө баалаган тамагы болгон сүттөн жасалган азыктардын – айран, сүзмө, курут, каймак, сарымай, кымыз, быштактын жасалышы, ошондой эле сүттү кайра иштетүү жана күндөлүк турмушунда сүт-азыктарынын түрлөрүн көбөйтүү аракеттери анын сапаттуулугунун жогорулашына жана көп убакытка чейин бузулбай сакталуу ыкмалары да каралган.

**Негизги сөздөр:** Кыргыздардын тамак-ашы, тамак-аш, сүт азыктары, кымыз, эт тамактары, ундан жасалган тамактар, тамак-аштын түрлөрү.

В статье рассмотрены традиционные блюда, являющиеся одним из видов материальной культуры, сумевший сохранить этническую особенность кыргызского народа. Так же в статье использована информация об блюдах кыргызов в исследованиях П.И. Кушнера (Кнышева). Среди блюд кыргызов почетное блюдо – это мясо, его виды, их приготовление, а так же в статье дана информация о молочных продуктах. В предлагаемой статье говорится о молочных, мясных и мучных блюдах, являющихся основными видами традиционных кыргызских блюд и методы приготовления некоторых из них. Еще в статье рассматриваются информация о приготовлении молочных продуктов – айран, сүзмө, курут, каймак, сарымай, кымыз, быштак, являющимися особо ценными для кочевых народов, а также о переработке молока и увеличении видов молочных продуктов, повышении их качества и условиях их хранения на долгое время.

**Ключевые слова:** пища кыргызов, пища, молочные продукты, кумыс, мясная еда, мучное изделие, виды пищи.

The article discusses traditional dishes, which are one of the types of material culture, who managed to preserve the ethnic

feature of the Kyrgyz people. Also in the article used information about the dishes of Kyrgyz in studies of P.I. Kouchner (Konyusheva). Among the dishes of Kyrgyz, the honorary dish is meat, its types, their preparation, as well as in the article there is information about dairy products. The proposed article refers to dairy, meat and flour dishes, which are the main types of traditional Kyrgyz dishes and methods of cooking some of them. The article also addresses information on the preparation of dairy products - Ayran, C-, Kurute, Kaimak, Sarymai, Kymyz, Film, which are particularly valuable for nomadic peoples, as well as the processing of milk and increasing the types of dairy products, improving their quality and storage conditions for a long time.

**Key words:** kyrgyz food, food, milk products, kums, meat food, flour product types of food.

Кыргыздардын тамак-ашы өзүнүн салттуу этникалык өзүнчөлүгүн сактап кала алган материалдык маданияттын бирден-бир түрү. Бирок, жалпысынан тамак-аштын негизги этномаданий өзгөчөлүктөрүнүн калыптанышы бир нече миң жылдыктын аралыгында кыргыз элинин бүткүл маданиятынын өнүгүшү менен бир мезгилде жүргөн.

Белгилүү советтик этнограф П. Кушнер «тоолуу кыргыздардын тамак-ашы өтө эле бир түрдө» деп мүнөздөйт. Бирок, П. Кушнер кыргыздарды салыштырмалуу көптөгөн тамак-аштарды билгенине карабастан, тамактардын ичинен болгону эки, үчтү гана даярдашарын белгилейт. Тамак-ашты даярдоодогу мындай көрүнүштү төмөнкүчө сүрөттөйт: эгерде кыргыздарга конокко барсаң, кыргыздын столунда (тасмалында) сыйлуу тамак-аш ар дайым эт, мындай күндөрү, башкача айтканда конок жокто эттен жасалган тамак-аш даярдалбайт, сүт, анын бардык түрлөрү кыргыз үй-бүлөсүндө негизги тамак-аш экен [1, 33-б.].

П.И. Кушнердин (Кнышевдин) кыргыздардын салттык тамак-ашын үч топко бөлүп көрсөткөн: 1) сүттөн; 2) эттен; 3) ундан жасалган тамактар. Алардын айрымдарынын жасалуу ыкмаларына кайрылган. П.Кушнер кыргыздардан азыктарынан даярдалган тамактарды эсепке албаганда, жашылча азыктарын дээрлик колдонбогондугун баса белгилеген [1, 33-34-бб.].

Кыргыз эли байыртадан көчмөн жана жарым

көчмөн турмушта жашап келген байыркы элдердин бири. Мына ушундай турмушту башынан кечирген элдин жашоо шарты да анын тамак-ашынын даярдоо өзгөчөлүктөрүнүн жаралышына шарт түзгөн. Жыл ичиндеги мезгилдик өзгөчөлүктөргө ылайык кыргыздар тамак-ашты даярдап келген. Жыл ичиндеги эки мезгилде – кышкысын эт, камыр ысык тамактарын колдонсо, жайында жылуу мезгилдерде сүт азыктарын ичишет.

П. Кушнер белгилегендей кыргыздардын негизги тамак-ашында сүт жана анын бардык түрлөрү колдонулат. Кыргыздар сүт азыктарын даярдоодо уйдун, жылкынын, төөнүн, койдун жана эчкинин сүтү пайдаланылган. П. Кушнердин изилдөөлөрүндө кыргыздар койдун, уйдун, эчкинин бышырылган сүтүнөн төмөнкүдөй сүт азыктары даярдалары көрсөтүлөт:

- “каймак” – кайнатылган каймак, чай менен колдонулат;

- “каймак майы” (каймакдан алынат) – тамактын бир түрү, байлар гана колдонушат;

“сары май” – каймактан даярдалат;

“айран” – кычкыл сүт, суюк, үстүнөн каймак алынат (айран кайнатылган сүттөн даярдалат). Ошондой эле “катык”, “курут” жана “быштак” да уйдун, койдун жана эчкинин сүтүнөн даярдалары да айтылган. Бирок, окмуштуунун эскертүүсүндө ушул жогоруда айтылган кой, уй, эчки сүтүнөн даярдалган тамак-аштардын түрүн начар жашаган кыргыздар дайыма колдонбойт, алар көбүнчө айран, сүзмө, курут, сары майды колдонушат. Ал эми кышкыга курут жана майды даярдашат. Жогоруда атап өткөн төрт түлүк малдын ичинен эчки тууралуу П. Кушнер ырастагандай кыргыздар, айрыкча начар турмушта жашаган “кедейлер эчки багуу менен гана чектелген. Эгерде Германияда эчкини «кедейлердин уйу» деп аташса, анда Кыргызстанда ал андан аз эмес мааниге ээ – көпчүлүк үй-бүлөлөрдө, мына ушул жаш балдары бар үй-бүлөлөр ушул жаныбардын артынан өздөрүнүн жашоосун улантышкан – эчкинин сүтү жок алар ачкачылыктан өлүшмөк» [1, 25-б.] эле. Мына ушуга улай төмөнкү ыр саптары да эчки багуунун зарылдыгын көрсөтүп турат:

Эсиң оосо эчки бак, мейли чебич, мейли улак,

Сүтүн ичсең күл азык, эти, майы эң артык.

Уяң тыбыт ап-аппак, киер болсоң ак калпак [2, 465-б.].

Көбүнчө эчкини кедей кембагалдар багышкан. Байлар эчкинин сүтүн ичпей, этин жешкен эмес.

Ошондой эле П. Кушнер сүт азыктарынын ичинен жылкы жана төө сүтүнөн кымыз даярдаларын белгилеп, бирок кымыз көбүнчө эркек кишилердин суусундук ичимдиги, аял кишилер көп ичишкен эмес, көбүнчө

карылар, жаш балдар, аялдар уй, кой жана эчки сүтүн ичишкендигин баса белгилеп кеткен [1, 34-б.].

Көчмөн элдердин дээрлик бардыгында кезиккен тамак-аштардын ичинен кымыз негизги орунду ээлеп келет. Ал бээнин жаңы саалып алынган чийки сүтүнөн даярдалат. Биринчи ачыткыны даярдап алган. Ачыткысыз бээнин сүтүн канчалык бышкан менен кымызды даярдоо мүмкүн эмес. Ачыткы үчүн күзгү кымыздын үрпүн чогултуп, ышталган чаначтын түбүнө сакташат. Жаз болуп, бээ саанга киргенде, ошол коюу үрпү (кайнатылган жылымык сууга) эзип, үстүнө саамалды куюп, эки-үч күн ачытып, ачыткысы даярдалат. Мындай ачыткыны бээнин жаңы сүтүнө кошуп тынымсыз бышып турушат. Кымызды күчтөтүүдө ак кодол, ал эми бозого кант, бал кошкон.

Кымыздын кычкыл болуусу үчүн кээ бирлери ышкын салып коюшкан. Сүтүнө жараша уйдун жана топоздун сүтүнөн жасалганын уй кымыз, төө сүтүнөн даярдалса бал кымыз, ал эми ууз кымыз деп эрте жаздагы кымызды аташкан.

Сүттөн жасалган тамактар кыргыздардын күндөлүк тамак-ашында байыркы мезгилден тартып азыркы учурда да кеңири колдонулуп келет. Белгилүү этнограф Ф.А.Фиельструп кыргыздарда чийки сүттөн да айран уютуунун монголдук жолу сакталып калгандыгын, аны жайдын өтө ысык мезгилдеринде жасалганын белгилеген [3, 44-б.; 4].

Кыргыздарда төөнүн сүтүн аралаштырып айран уютушкан. «Кош айран» деп аталганы жаңы саалган чийки сүттүн жылуу кезинде, уютку кошулуп 4-5 саатта даярдалган. Айрандын түрлөрүн бир нечеге ажыратып, койдун нак сүтүнөн уютулганын жуурат же катык деп аташкан. Ошондой эле жууратты топоздун жана эчкинин сүтүнөн жасашкан. Айрандан май алганды мыкты билишкен. Даярдоо үчүн айранды уютуп, жыгач челекке куюп, бышкы менен бышып, майы өзүнчө бөлүнүп калгандан кийин тоголоктоп алат. Негизинен кыш мезгилине сакташат. Кыргыздарда айранга караганда кымызды жогору баалашат.

Сүттөн жасалган азыктардын арасынан быштак көчмөн элдердин өзгөчө баалаган тамагы болгон. Сүттү кайра иштетүү жана күндөлүк турмушунда сүт-азыктарынын түрлөрүн көбөйтүү аракеттери анын сапаттуулугунун жогорулашына жана көп убакытка чейин бузулбай сакталуусуна шарт түзгөн. Быштак менен тамактануу жылдын мезгилине жараша болгон. Сүт азыктарынын бир катарын даярдоо мисалынан кайнак сүттөн жасалган сыр менен быштак бул элдер үчүн орток тамак-аш деп С.М.Абрамзон белгилеген [5, 122-б.].

Сүт азыктарынан курут сыяктуу алынган эжигей көбүнчө койдун сүтүн көпкө чейин кайнатылып

жасалат. Аны даярдоодо койдун сүтүн казанга куюп, жылый баштаганда уюткудан аз-аздан кошуп аралыштыра берет. Даамы кычкыл тартып калат. Кайнатып тынымсыз аралаштырганда сүттүн көлөмү бара-бара азайып, коюу сары түстөгү эжигей суюктуктан бөлүнүп чыгат. Койдун сүтүнөн гана эмес, топоздун жана эчки-никинен да жасашкан. Эжигейди бышыруудан мурун анын уюткусун даярдап алышкан. Койдун кара уузунан саап алышып, жылуу кезинде айрандан уютку куюшат. Андан кийин козунун таза жуулган жумурунун туюк учуна куюп, оозун байлап эки-үч күн күнгө илип коёт. Кара ууз сары суусунан бөлүнгөндө кургатып алып жыл бою уютку катары пайдаланышкан. Мындай тамак жаз, жай эрте күз айларында көп жасалган.

Курут – өзүнүн көпкө сакталуусу менен сүт азыктарынын башка түрлөрүнөн айырмаланып турат. Жакшы даярдалган курут жети-сегиз жылга чейин бузулган эмес. Өзгөчө көчмөн шартка абдан ылайыктуу болгон. Аны жасоодо сүттөн айран уютуп, баштыкка куюп суусун агызып алат. Коюланган сүзмөгө туз салып тоголоктоп чийден жасалган сереге беш- алты күн кургатат. Ф.А.Фиельструп көчмөндөрдө курутту жасалышына жараша аталыштарды берүү кеңири жайылгандыгын өз эмгегинде белгилей кеткен [3, 261-301-66.; 4].

Кыргыздар курутту мурун койдун каймагы алынбаган, нак сүттөн жасашкан. Ал уйдукуна караганда абдан даамдуулугу менен айырмаланат. Байлар курутту кышка карата көп даярдашкан. Кыш айларында тамак тартыш болсо, кыштан аман чыгууга бирден-бир мүмкүнчүлүк берген гүл азык болгон. Сүттөн май жасоонун эки ыкмасы белгилүү. Сүттү кайнатып жана бышуу жолу менен жасалган. Кайнатып алууда жумуш көп талап кылынбай жана көп убакытка сакталып турууга жөндөмдүү. Майды даярдоо үчүн жыгач челекке куюлган сүттү “бышкы” менен көпкө чейин бышып, үстүнө калкып чыккан майын калпып алып отко кайнатат. Андан калган коюусу казандын түбүнө уюп (чөбөгө), ал эми майды суюк кезинде койдун карынына куюп сакташат. Сүттү чоң идишке куюп, муздагандан кийин үстүнө калкып калган каймагын чогултуп, кол менен жууруп май даярдашкан.

Кымыздан кийин бозо күчү бар ичимдик катары ичилген. Ал таруу, буудай, жүгөрү сыяктуу дан эгиндердин шагынан кайнатылып, угут (өндүрүлгөн буудай, ж.б. дандардан атайын ыкма менен жасалган талкан сыяктуу ачыткы) кошулуп ачытылган жана жылуу суу куюп сүзүлгөн. Негизинен күзүндө, кышында мезгилдерде көп ичилген. Суусундуктардын ичинен чалап маанилуу болгон. Аны айранга же сүзмөгө муздатылган кайнак суу кошуп даярдашат. Чалапты көбүнчө коюу

тамактан кийин жана суусаганда ичет. Анын өзгөчө касиети тамакты жакшы сиңдирген. Булардан сырткары жарма, максым, ж.б. колдонулган.

Кыргыздар дан өсүмдүктөрүнөн күнүмдүк тамак-ашында буудай, арпа, таруу колдонушкан. Бирок, алар эт, сүт азыктарынан кийинки орунду ээлеген. Көчмөн калк болгондуктан, буудай арпаны үнөмдүү пайдаланышкан. Дан азыктарынан талкан жасашкан. Аны даярдоодо буудай, арпаны тазалап казанга салып кууруп, андан кийин жаргылчакка тарткан. Сүткө майга же каймакка аралаштырып жешкен. Буудайдан ун тартышып, камыр жууруп андан нандын түрлөрүн бышырышкан. Алардын ичинен боорсок майрам күндөрү жасалып дасторконго коюлган.

Бардык каада салттарда сый тамак катарында эт колдонулат. Кыргыздар үчүн эт азыктары биринчи орунда турган, кандай гана конок болбосун этсиз күтүшкөн эмес.

Кой союлары менен, боорун казанга эртерээк салып, эттин алдында жешет. Боор кыргыздарда ич эттердин эң даамдуусу деп эсептелет. Ага куйрукту кошуп, туз салып, эттен мурда табакка тартылат. Бул тамак эң баалуу азык болуп эт тартылар алдында берилген.

Кыргыздарда этти жиликтөөнү (устакандоону) чыгданчы (жаасакчы) же бөкөл башы ишке ашырган, ага эң жооптуу милдет жүктөлгөн. Эгерде этти туура эмес жиликтесе, адат боюнча айып тарткан. Алгач кол жиликти далысы менен бирге сөгүн алып, андан кийин кар жиликти күң жиликтен ажыратып, этин ооштурбай бөлөт. Далыдан күң жиликти ошол эле тартипте чыгарат. Андан кийин сырткы санын жамбаш сөөктөн ажыратып, же ажыратпай бүкүлү бойдон бышырат. Жашы улуу адамга башты жамбаш менен бирге тартышкан. Ал эми үй-бүлөсү менен отурганда үй ээси өзү жейт. Койдун башы ылдыйкы жаагынан ажыратып тартылат. Жаак сыйлуу тамактардын катарына кирбейт. Кыргыздардын арасында “олобо” же “куйган өпкөнү” кеңири жасашкан. Аны жасаш үчүн өпкөнүн ичине сүттү куюп сууга бышырышат. М.Абрамзон: “Койдун сүт жана май куюлуп бышырылган өпкөсү – “олобо”, жылкынын чучугу кыргыздардын эң жакшы көргөн тамагы”, – деп белгилейт [5, 125-127-66.]. Башкача айтканда, куйган өпкөнү эң даамдуу тамак катары баалайт.

Н.П.Дыренкова: “Кыргыздарда үйлөнүү тойлорунда колукту күйөө баланын туугандарына эң барктуу устукандар: куймулчак, учасы жана төш тартылган. Кыздын таякесине тартылган башка устукандардын арасында төш сөзсүз болгон. Таякеси жээине бергенден кийин гана тамакты жей баштаган”, – деп билдирет [6, 247-259-66.].

Азыркы учурга чейин койдун куймулчагын конок-торго тартуу каадасы сакталып калган. Жамбаш кыргыздарда жана тувалыктарда эн сыйлуу устакандардын катарына кирет. Мисалы, Кыргызстандын Ысык-Көл өрөөнүндө өтөкадырлуу мейманга кой союлганда кой этинин улук устуканы катары аксакалга баш менен жамбаш тартылса, аялдардын эң улуусуна куймулчак тартылат. Анткени ал майлуу жана сыйлуу устукан катары бааланат. Аны кыргыздар арасында эркек адамга тартышкан эмес. Таш кордо кыргыздарда койдун этин бышыруунун эң байыркы ыкмасы болуп эсептелет.

Кыргыздар муузалган койдун ичеги-карынын алып таштап, анын ордуна куйругун салып, жүнү алынбаган териси менен тигип, катуу ысытылган корду чуңкурка салып, бир аз топурак менен жабат, үстүнө белгилүү убакытка чейин отту жага берет. Эт болгон ширесин жана майын өзүнө сиңирип алган. Памирдик кыргыздардын койдун бышыруу ыкмасына байланыштуу маалыматтарды К.К.Юдахиндин “кыргызча-орусча сөздүгүнөн” табууга болот. Алар “таш кордону” даярдоо үчүн койдун же эчкини муздап, терисин сыйрыбай, ичеги-карынын алып, анын ордуна ысытылган таштарды салып, жандык бүтүн бойдон бышырылган [7, 674-б.]. Таш кордонун азыркы мезгилде унутулуп калышына жашоо шарттардын өзгөрүлүп кетиши жана бышыруу көп убакытты алгандыгы менен түшүндүрүүгө болот.

Жылкынын этин пайдалануу негизги орунда турган. Кеч күздө жана кыш айларында малды семиртип союшат. Анын казысынан чучук жасалып, эң сыйлуу конокторго тартылат. Көпчүлүк учурда муздак тамак катары казы, картаны аралаштырып дасторконго койгон. Этти кургатып алып суук мезгилдерде пайдаланышкан. Ал эми уй эти жылкынын жана койдун этине караганда төмөнкү орунда турат. Жайында этти жиликтеп, керме жипке же дарактын бутактарына илип, күн тийген шамалдуу жерде кургатып сүрсүтүшкөн. Мындай жол менен этти узак мезгилге сактап, суук айларда кайнатып жешкен. Мурдагы убакта элдин баары эле эт жегенге дарамети жете берген эмес. Колунда барлары жылдын бардык мезгилдеринде тамактанса, кембагалдары негизинен шорпого талкан салып ичишкен. Мындан сырткары таруу ботко, жармаа айран, сүзмө катыктап азыктанышкан. Кыргыздардын майрамдарында шаан-шөкөттөр, конок күтүүлөр этсиз, айран-

кымызсыз, куурдаксыз өткөн эмес. Сакталган чучук, катылган сүр, курут сыяктуу муздак тамактар колдонулган. Улуттук сый тамактын ичинен беш бармак жогору бааланган. Ал майда тууралган этке кесме, пияз, шорпо, ар кандай татымдар кошулуп даярдалат. Мындан сырткары быжы, жөргөм, чучук, күлчөтөй, кесме кирген.

Кыргыздар кеңири колдонгон тамак-аштардын бири ундан жасалган тамактар. Унду арпа, жүгөрү, буудайдан даярдалган. Мына ушул дан азыктарынан даярдалган сыйлуу оокаттарынын бири боорсок, каттама, куймак болуп эсептелет.

Жыйынтыктап айтканда кыргыздардын тамак-аштары негизинен жылдын жаз, жай, күз, кыш мезгилдерине да жараша болгон. Мурдагы мезгилдерде ата-бабаларыбыз мүнөздөп тамактанышкан. Демек, кыргыз эли тамактарды даярдоо жана аларды колдонуусу жашоо тиричилик, салттык ырым-жырымдар менен бирге жаратылыштык шартка да байланыштуу болгон. Байыртадан кыргыздар колдонулган ырым-жырымдардагы тамак-аштарда айрым өзгөчөлүктөр орун алган.

#### Адабияттар:

1. Кушнер (Кнышев), П.П. Горная Киргизия: (Социологическая разведка) [Текст] / П.П. Кушнер (Кнышев). - М.: Изд. Коммунистического ун-та трудящихся Востока им. И.В.Сталина, 1929. - 135 с.
2. Кыргыз Республикасынын УИА кжф, инвентарь №1057, Б.Солтоноев. Кыргыз-казак тарыхы.
3. Фиельструп Ф.А. Из обрядовой жизни киргизов начало XX века. - М., 1959.
4. Фиельструп Ф.А. Молочные продукты питания турков-кочевников [Текст]. / Ф.А. Фиельструп. // Казаки. Сборник статей антропологического отряда Казахской экспедиции АН СССР. Исследование 1927г. (Материалы Комиссии экспедиционных исследований. - Серия казахстанская. - Вып.15.). - Л.: Изд. АН СССР, 1930.
5. Абрамзон С.М. Очерк культуры киргизского народа. - Фрунзе: Изд-во Кирг. филиал АН СССР, 1946.
6. Дыренкова Н.П. Род, классификационная система родства и брачные нормы у алтайцев и телеутов [Текст] / Н.П. Дыренкова. // Материалы по свадебным и семейно-родовому строю народов СССР. - Л., 1926. - Вып. 1.
7. Юдахин К.К. Киргизско-русский словарь [Текст] / К.К. Юдахин. - М.: Сов. энцикл., 1965.
8. Осмонова С.К. Обряды и обычаи после свадьбы. / Известия ВУЗов Кыргызстана, №2, 2013. С.129-131.