

РОССИЙСКАЯ АКАДЕМИЯ НАУК  
ИНСТИТУТ ЭТНОЛОГИИ И АНТРОПОЛОГИИ  
им. Н.Н.Миклухо-Маклая



**ТРАДИЦИОННАЯ ПИЩА  
РУССКИХ СТАРОЖИЛОВ  
И НАРОДОВ ЗАКАВКАЗЬЯ**

МОСКВА 1996

**Ответственный редактор:**  
член-корреспондент РАН *Т.И. Алексеева*

**Рецензенты:**  
кандидат исторических наук *Я.В. Чеснов*  
доктор биологических наук *В.А. Спицын*

© Институт этнологии и антропологии РАН, 1996  
© Григулевич Н.И.

# ОГЛАВЛЕНИЕ

<b>ПРЕДИСЛОВИЕ</b>	5
<i>Глава 1</i> <b>ЭТНИЧЕСКАЯ ЭКОЛОГИЯ И ПРОБЛЕМЫ ИЗУЧЕНИЯ ПИТАНИЯ</b>	15
<i>Глава 2</i> <b>ПОДХОДЫ К ИЗУЧЕНИЮ ПИТАНИЯ И МЕТОДЫ ЭТНОЭКОЛОГИЧЕСКОГО ИССЛЕДОВАНИЯ</b>	26
<i>Глава 3</i> <b>ТРАДИЦИОННОЕ ПИТАНИЕ И ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ ЖИЗНИ</b>	49
<i>Глава 4</i> <b>КОНСЕРВАТИВНОСТЬ ПИЩЕВОГО КОМПЛЕКСА (на примере русских старожилов Грузии)</b>	67
<i>Глава 5</i> <b>СИСТЕМЫ ПИТАНИЯ РАЗЛИЧНЫХ ЭТНИЧЕСКИХ ГРУПП</b>	
<b>В СХОДНЫХ ЭКОЛОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЯХ</b>	83
Зерновые, зернобобовые и масличные культуры	85
Овощеводство и садоводство	90
Продукты животноводства	92
Дикорастущая флора	94
Охота и рыбная ловля	98
Пчеловодство	100
Традиционное питание русских старожилов	101
Азербайджанские традиции в повседневном питании	106
Повседневное питание в традиционной армянской культуре	110

<b>Глава 6</b>	
<b>ПИТАНИЕ КАК ВАЖНЕЙШИЙ МЕХАНИЗМ ЭТНОЭКОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ</b>	
<b>(вместо заключения)</b>	<b>117</b>
Механизмы передачи этнокультурной информации	118
Динамика традиционной системы питания русских старожилов	124
<b>ПРИЛОЖЕНИЯ</b>	<b>137</b>
Приложение 1	138
Приложение 2	141
Приложение 3	151
Приложение 4	155
Приложение 5	160
<b><i>Список принятых сокращений</i></b>	<b>163</b>

# ПРЕДИСЛОВИЕ

**В** настоящее время, когда чрезвычайно обострились проблемы, связанные с экологией человека и охраной окружающей среды, когда быстро исчезают традиционные системы хозяйствования, весьма актуальным представляется изучение традиционных систем жизнеобеспечения этносов.

Особенно важна оценка адаптивной значимости системы питания и характеристика ее динамического развития.

Выражение "человек есть то, что он ест" отнюдь не случайно. Люди десятилетиями и даже столетиями жили в определенных природных условиях и питались тем, что предоставляла им окружающая природа. Так продолжалось до периода бурного промышленного развития.

Постепенно, поколение за поколением, человеческий организм привыкал к пище определенного типа. В организме складывались соответствующие биохимические и физиологические механизмы, обеспечивавшие бесперебойное функционирование всех жизненно важных систем. Такое приспособление организма к окружающей природной среде, проходившее под давлением естественного отбора, было жизненно важным для человечества, обеспечивало лучшую его выживаемость даже в экстремальных условиях.

Однако в настоящее время ситуация изменилась. Параллельно с разрушением адаптированных к окружающим условиям популяций, быстро менялся и вещественный со-

став окружающих условий, в частности, существенно изменилось питание.

Уже в конце прошлого века в промышленно развитых странах начала распространяться идеология универсального, так называемого, сбалансированного питания, которую и доныне разделяют некоторые специалисты. Универсальная система общественного питания сейчас практикуется во всех промышленных зонах России, представляя собой весомый фактор экологической нагрузки на организм вместе с такими вредными явлениями, как загрязнение воды и воздуха.

Суть концепции рационального и сбалансированного питания состоит в том, что среднестатистическому индивиду требуется набор определенного количества продуктов, содержащих некое усредненное количество калорий, с незначительными различиями "доз" для разных возрастных и профессиональных категорий различных климатических зон. При этом совершенно не учитывается этническая и региональная специфика пищевых потребностей населения.

Переход от естественной традиционной пищи к унифицированной с большой долей пищевых добавок и консервантов неблагоприятно сказывается на здоровье.

Долгое время среди исследователей дебатировался вопрос о возможности применения единых норм и стандартов оптимального питания, разработанных ФАО/ВОЗ для различных регионов мира. Ныне возобладала та точка зрения, что стандарты, удовлетворяющие потребности в полноценном питании населения развитых стран Запада, не могут в такой же степени удовлетворить жителей слаборазвитых стран, в значительной степени сохраняющих в повседневной жизни традиционные пищевые привычки.

Несмотря на то, что со временем этот разрыв будет уменьшаться, традиционному питанию в ряде регионов мира еще долго будет отдаваться предпочтение. Это связано не только с особой приверженностью пищевым при-

вычкам и традициям. Такой пищевой "консерватизм", на наш взгляд, объясняется главным образом соответствием традиционной пищи экологическим условиям, климату, наконец, особенностям биохимических процессов того или иного этноса.

Исследованиями антропологов и этнографов показано, что наиболее специфической и консервативной оказывается та часть культуры жизнеобеспечения различных народов, которая составляет традиционное питание. Это относится и к народам, которые живут на своей исконной этнической территории, и к народам, вынужденно или добровольно мигрировавшим (иногда на весьма значительное) расстояние и живущим в иноэтническом окружении.

Характерным примером национальной специфики традиционного питания является питание коренного населения арктической зоны. По данным Кремера и Харрисона (цит. по: Т.И.Алексеева, 1977) в рационе коренного населения Севера свыше 35-40% калорий образуется за счет белков, в то время как для населения умеренного климата количество "белковых" калорий составляет всего лишь 12-15%. Можно ли в этом случае говорить о каком-то среднем потреблении калорий? Т.И.Алексеева, обследовавшая лесных ненцев, указывает на высокий уровень калорий, очень высокое содержание белков (от 600 до 800 г. оленины в день на человека) и недостаток (по сравнению со среднестатистическими данными) животных жиров, кальция и витаминов (Алексеева и др., 1972).

Еще большей спецификой отличается питание высокогорных популяций. Большинство обществ жителей высокогорных районов проживают в условиях изоляции и достаточно низкого уровня жизни. Это вынуждает их использовать продукты питания почти исключительно собственного производства. В суровых природных условиях такое питание не может быть разнообразным, причем в питании горцев чрезвычайно высокое содержание углеводов и низкое содержание жиров. Содержание белков в таком

рационе обычно снижено, причем белки животного происхождения практически отсутствуют (Бейкер, 1981, С. 271).

Хотя потребление "среднестатистических" белков может в количественном и качественном отношении быть адекватным для поддержания азотистого баланса организма, сам набор аминокислот в пище может оказаться недостаточным для удовлетворения потребностей растущих детей. Это особенно характерно для зон "общепита" в северных районах. Недостаточное питание (по калорийности или по составу) ведет к различным заболеваниям и смертности населения. В первую очередь это повышает детскую смертность, которая, как известно, очень высока в промышленно развитых регионах России.

Виды пищи, способы ее приготовления и пищевой режим, относятся к числу наиболее стойких культурно-бытовых традиций. Группы мигрантов, живущие в новой для них среде, сравнительно быстро меняют одежду и язык, но стойко сохраняют традиции питания. Об этом убедительно свидетельствуют как зарубежные, так и отечественные исследования. Так, выходцы из Индии, живущие ныне в Великобритании, продолжают максимально сохранять тот же пищевой рацион, что и на родине (Козлов, 1987). Армянская и еврейская диаспоры также демонстрируют один из самых красноречивых примеров сохранения традиций питания в иноэтнической среде во всех регионах мира. То же и в русских диаспорах. В особенности традиции питания сохраняются переселенцами тогда, когда они представляют собой достаточно монолитную (например, этноконфессиональную) группу, то есть в случае, когда популяция вполне устойчива.

Так, в изученных нами популяциях русских Закавказья (молokane, духоборцы, субботники) и русских старообрядцев Румынии отмечается чрезвычайно высокий уровень сохранности традиционных пищевых привычек. Даже духоборцы, попавшие в Джавахетии (Грузия) в крайне непривычные и суровые условия, по сравнению со средней полосой России, откуда они родом, и вынужденные резко



изменить хозяйственную ориентацию, сумели в целом сохранить характерный набор продуктов и блюд (Григулевич, 1992; 1994).

Безусловно, традиции питания наиболее строго соблюдаются в сельских традиционных обществах, и в изолированных популяциях. Но из этого отнюдь не следует, что городское население России, значительная часть которого является городским в первом, максимум во втором поколении, полностью утратило свои пищевые привычки и предпочтения и к тому же полностью адаптировалось к "среднестатистическим рациональным блюдам".

В России, как нигде в мире, поразительно широко распространены такие традиционные способы домашних заготовок, как квашение капусты, соление огурцов, помидоров, грибов и прочего. Если анализировать разнообразные стороны проблемы существующего "рационального общепита", то можно прийти к выводу, что значительная часть россиян, в том числе и горожане, привыкли "разрабатывать" свои системы питания, не полагаясь на государство (начиная с выращивания овощей и фруктов и кончая заготовками). Парадоксальность этой ситуации состоит в том, что в связи с экономическим кризисом в нашей стране и обнищанием значительной части населения, к примитивному самообеспечению продуктами переходят все новые слои граждан.

Тяжелая экономическая ситуация как на селе, так и в городах ведет к дальнейшему оскудению и без того не очень разнообразного рациона питания. Особенно страдают от этого дети, беременные женщины, пожилые люди. Дефицит витаминов, минеральных веществ, микроэлементов, накладываясь на дефицит калорий и резкое увеличение в рационах доли углеводов, вызывает ослабление иммунной системы, а это в свою очередь приводит к росту "экологических" заболеваний, таких, как аллергия, бронхиальная астма и проч. Первопричиной этих заболеваний, по-видимому, является промышленное загрязнение окружающей среды, автомобильные выхлопы,

повсеместное захоронение без соблюдения должной технологии продуктов радиоактивного распада.

Реальность современной промышленной политики России такова, что промышленные предприятия располагаются без всякого учета конкретной демографической, этнической и экологической ситуации, зачастую создавая для живущих на этой территории людей смертельную опасность. Причем опасны не только вредности в виде выхлопных газов, промышленных выбросов и других активных и патогенных агентов, поступающих непосредственно в атмосферу, почву, загрязняющих реки, озера и моря, но и плохо изученные до настоящего времени, но, безусловно, вредные для человека последствия близкого соседства высоковольтных линий электропередач, радаров, передающих станций и ретрансляторов, являющихся мощными источниками специфического излучения.

И без того тяжелая ситуация усугубляется тем, что в последние десятилетия в России крупные промышленные предприятия строились не только в городах, но и в сельской местности, т.е. в непосредственной близости от сельскохозяйственных угодий. Это не могло не сказаться самым негативным образом на качестве производимых как в коллективных, так и в частных хозяйствах продуктов питания. Причем в самом невыгодном положении оказываются жители сельских населенных пунктов, расположенных в непосредственной близости от таких предприятий-загрязнителей, так как они испытывают двойное экологическое давление: от загрязненной атмосферы и воды с одной стороны и от загрязненных продуктов, выращиваемых на "грязной" земле - с другой.

Ярким примером такого острого экологического кризиса является сельская территория, обследованная нами летом 1993 года вокруг крупного нефтеперерабатывающего комплекса под Ярославлем (поселок Константиновское, нефтеперерабатывающий комплекс им. Менделеева), где экологическая ситуация обострилась настолько, что была угроза социального взрыва. Чтобы предотвратить его,

властям пришлось пойти на то, чтобы переселить на некоторое расстояние жителей ближайшего к нефтеперерабатывающему комплексу сельского населенного пункта. При этом жители других населенных пунктов, испытывающие, по всей видимости, не меньшее патогенное воздействие, и по сей день остаются "заложниками" такой неразумной политики (Григулевич, 1993). Совершенно ясно, что если в такой экологически и социально неблагополучный район будет проходить массовая миграция только на том основании, что там имеется промышленное предприятие, мигранты, попадая в столь неблагоприятные экологические и социальные условия, только усилят социальную напряженность.

Неполноценное питание, ослабляющее организм и его иммунные системы, резко ухудшает и без того тяжелую, в особенности в городах, экологическую ситуацию, усиливает дискомфорт и способствует росту психологического и социального напряжения. Промышленное загрязнение достигло таких масштабов, что им поражаются природные объекты, отстоящие на весьма значительном расстоянии от источника загрязнения. В последние годы массовый характер приняли отравления съедобными грибами, аккумулярующими из окружающей среды ядовитые (иногда смертельно) химические агенты искусственной природы. При упоминавшемся выше широко распространенном в нашей стране (включая городское население) собирательстве, это ведет к риску смертельных заболеваний значительного количества людей.

Отсутствие в пищевой промышленности специальных технологий высокого уровня ведет к производству некачественных продуктов и массовым заболеваниям. Так, в последнее время участились случаи заболевания сальмонеллезом и другими острыми желудочно-кишечными инфекциями.

Даже в крупных промышленных центрах отсутствуют специальные службы контроля за качеством продаваемых продуктов, что в условиях свободной торговли и бескон-

трольного импорта приводит к наводнению российского рынка низкосортными, а иногда и опасными для жизни продуктами питания.

Ослабить вредное влияние загрязненной окружающей среды могли бы экологически чистые продукты. Определенные высококачественные продукты выступают в роли протекторов (защиты) в случаях тех или иных патогенных воздействий.

Многие пищевые продукты одновременно являются и естественными лекарствами, ранее широко применявшимися в народной медицине. Прежде всего, это относится к продуктам растительного происхождения. Не меньшими полезными факторами обладают и продукты животного происхождения.

В.П.Казначеев подчеркивает необходимость сохранения для народов Крайнего Севера традиционного питания и недопустимости "европейского", среднестатистического типа питания как для взрослых, так в особенности для детей, воспитывающихся в детских дошкольных учреждениях и школах-интернатах (Казначеев, 1980).

Это же справедливо и для представителей других народов и этнических групп, особенно мигрирующих в города или на другую этническую территорию и вынужденных в связи с этим иногда довольно резко менять пищевые привычки, а иногда и всю систему питания, переходя на совершенно несвойственную данной этнической группе пищу. Все это приводит к увеличению в структуре заболеваемости доли желудочно-кишечных, аллергических болезней, а, кроме того, усиливает стресс, вызванный жизнью в перенаселенных городах с неблагоприятной экологической обстановкой.

Вся положительная для здоровья человека информация содержится в традиционных пищевых системах, отказ от которых привел к нынешнему тяжелому положению со здоровьем населения, которое усугубляется в крупных городах и промышленных центрах широким употреблением в пищу вместо натуральных - консервированных продук-

тов с синтетическими добавками (консервантами, красителями, антиокислителями и др.) В США насчитывается до 8 тыс. таких добавок. Употребление их достигает 532 тыс. тонн за год. Средний австралиец ежегодно употребляет в виде пищевых добавок 2,5 кг различных химических веществ (Брехман, 1980).

Особой и очень важной для России проблемой является облучение в промышленных масштабах продуктов питания (например, картофеля) для их лучшей сохранности, а также использование в качестве посевного материала протравленного солями ртути импортного зерна. В развитых странах мира (Германия, Англия и др.) население широко информируется об этом и, как правило, принимается решение о запрете подобной практики.

Как показывают многочисленные исследования, традиционное питание в той или иной мере свойственно не только "отсталым" народам или изолированным группам, но и "цивилизованным", питающимся "по науке" народам, таким, как европейцы или американцы. Пищевой комплекс, как оказалось, очень консервативен и отражает экологическую адаптированность этноса или группы к конкретным условиям. Устойчивость пищевого комплекса связана, во-первых, с устойчивостью хозяйственной деятельности, во-вторых, с устоявшимися нормами потребления, "вписанными" в конкретную этнокультурную реальность, и в-третьих - с длительной физиологической адаптированностью этносов к своей среде.

В настоящее время, когда в связи с обострившимися в бывшем СССР межнациональными отношениями, на первый план часто выходят этнокультурные различия, становится особенно актуальным анализ реального исторического взаимодействия и взаимовлияния этнических культур в самых различных сферах.

На территории СНГ с его огромными пространствами и большой пестротой этнического состава, а также приобретающими лавинообразный характер миграционными про-

цессами, исследования такого рода имеют существенное научно-теоретическое и практическое значение.

Данное исследование представляет опыт изучения адаптации русских переселенческих групп в Закавказье в процессе их этнокультурного взаимодействия с закавказскими народами, прежде всего, с экологической точки зрения, подразумевающей, в частности, изучение традиционных систем жизнеобеспечения и воспроизводства этнических групп.

В работе предпринята попытка рассмотреть проблемы традиционного питания с точки зрения разрабатываемой в последние годы новой научной дисциплины - этнической экологии. Этноэкология питания представляет важнейшее направление этой дисциплины, изучающее традиционные и новые системы изготовления и потребления продуктов питания в конкретных экологических, социальных и этнокультурных условиях.

Методы этноэкологического изучения питания объединяют методы биологии и этнологии. В последние 6-8 лет эти методы активно разрабатывались сотрудниками сектора этнической экологии Института этнологии и антропологии РАН (ранее - Институт этнографии АН СССР). Техника исследования традиционного питания применялась при изучении феномена долгожительства, а также проблем, связанных с этнической экологией переселенцев. В результате, например, появилась "Программа для изучения этноэкологии питания", которая является частью комплексной Программы: "Этническая экология русских переселенческих групп", рассчитанной на многолетние исследования.

Особенность этнической экологии питания состоит в том, что проблемы, которые она ставит, отличаются от задач медиков - диетологов с одной стороны, и от задач этнографов - с другой. Главные вопросы, на которые должна дать ответы этническая экология питания, на наш взгляд, следующие:

- как этнические общности поддерживают демографическую целостность посредством воспроизводства определенных форм питания;
- в каких природно-экологических и социальных условиях возникают характерные для данных общностей системы питания;
- за счет каких механизмов специфические пищевые комплексы воспроизводятся на протяжении длительного времени как в среде автохтонного населения, так и в среде мигрантов.

Для решения всех указанных проблем требуются длительные целенаправленные исследования, и в данной книге мы попытались представить лишь некоторые результаты.

Мы ставили своей задачей показать, что этноэкологический подход к изучению традиционного питания может быть весьма плодотворным при изучении таких различных на первый взгляд вопросов, как феномен долгожительства, проблема адаптации мигрантов, этнокультурное многообразие в сходных экологических условиях и ряда других.

Полевые исследования 1982-1988 гг. в Закавказье, которые легли в основу данной работы, проводились нами до начала армяно-азербайджанского конфликта, и все выводы, следующие из них, касаются мирного времени, предшествовавшего конфликту. Полномасштабная война, в которую перерос региональный конфликт, повлекла многочисленные человеческие жертвы, нарушила и без того хрупкое этноэкологическое равновесие, послужила катализатором ставших практически необратимыми миграционных процессов, привела к окончательному разрушению очагов русской старожильческой культуры.

Проведенное нами исследование показывает, что, несмотря на ряд противоречий и сложностей во взаимоотношениях этносов, различающихся по своим этнокультурным и конфессиональным признакам и на протяжении длительного исторического периода населяющих одну и

ту же территорию, их противостояние отнюдь не является фатальным. В мирное время такое соседство приносит больше выгод, чем неудобств и способствует лучшей адаптированности контактирующих этносов.

\* \* \*

Благодарю коллег из Института этнологии и антропологии РАН Ю.В.Иванову, О.Д.Комарову, В.И.Козлова, А.П.Павленко, Н.Х.Спицыну, Я.В.Чеснова, А.Н.Ямскова за плодотворное обсуждение данной работы и многочисленные замечания, которые способствовали ее успешному завершению. Особую благодарность приношу В.В.Степанову, который своим многолетним искренним интересом, ценными советами и дружеским участием очень помог мне в этой работе.

Пользуюсь случаем выразить искреннюю благодарность также Татьяне Крыловой и Виктору Катунину, помогавшим мне в проведении полевых исследований.

**Алексеева Т.И.** Географическая среда и биология человека. М. 1977. С. 184

**Бейкер П.Т.** Биология жителей высокогорья. М. 1981, С. 271

**Брехман И.И.** Человек и биологически активные вещества. М. 1980.

**Григулевич Н.И.** Русские старообрядцы в Румынии. Отчет об экспедиции. // Архив Института этнологии и антропологии РАН. 1992.

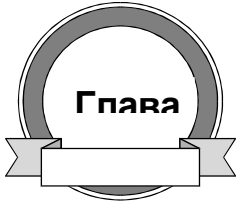
**Григулевич Н.И.** Отчет об экспедиции в Ярославскую область. Июль 1993. // Архив Института этнологии и антропологии РАН. 1993.

**Григулевич Н.И.** Духоборцы Грузии: традиционная пища и хозяйство. // Русские в ближнем Зарубежье. М. 1994.

**Казначеев В.П. и соавт.** Актуальные проблемы рационального питания пришлого населения Заполярья и аборигенов Севера. // Вопросы питания. 1980. N1. С. 23-27.

**Козлов В.И.** Иммигранты и этнорасовые проблемы в Британии. М. 1987. С. 121.





# ЭТНИЧЕСКАЯ ЭКОЛОГИЯ И ПРОБЛЕМЫ ИЗУЧЕНИЯ ПИ- ТАНИЯ

**Н** а протяжении тысячелетий шел процесс отбора из окружающей среды тех или иных компонентов, которые затем становились основой традиционной системы питания. Параллельно этому формировались биохимические механизмы, направленные на усвоение именно этих компонентов. В процессе складывания системы обмена веществ и детоксикации, обеспечивавшей распад и вывод из организма продуктов метаболизма, человек сталкивался в основном с теми веществами, которые входили в состав пищи, питьевой воды и воздуха. С переходом к индустриальному обществу появилось огромное количество новых веществ, к которым за исторически короткий срок человечество не в состоянии приспособиться.

Не менее, а быть может и более существенное негативное воздействие оказывает на человека информационный

взрыв и разрушение традиционной социокультурной среды. Все это, безусловно, является причиной роста различных заболеваний, в особенности раковой и аллергической природы.

Главной характеристикой питания, как важнейшей части культуры жизнеобеспечения, являются его качественные и количественные характеристики. Довольно часто мы сталкиваемся с тем фактом, что особенности приготовления пищи, такие, как ферментирование молока, сыроварение, приготовление обрядовых блюд носят такой локальный характер, что не знакомы не только иностранцам, но и жителям близлежащих регионов (Healthy nutrition, 1988).

Потребление белков, жиров и углеводов в мире крайне неравномерно и далеко не всегда соответствует оптимальному. Так, американцы с пищей получают в среднем больше 90 г белка в день - это в три раза больше необходимого. Новозеландцы получают с пищей еще больше белка - до 100 г в день (Reuben, 1978). С другой стороны, во многих странах третьего мира, особенно в Африке, люди ежедневно умирают от голода.

В наши дни большое внимание уделяется изучению пищевых традиций, предпочтений и особенностей культуры питания различных народов. Зачастую такие исследования носят сугубо прикладной характер. Так, например, изучая феномен лактазной недостаточности (или синдром непереносимости молока), можно реконструировать историю и быт народов (Cook, 1969, 1978; Reddy, Pershad, 1972), а кроме того прогнозировать наличие или отсутствие различных отклонений в тех или иных популяциях человека.

Традиционное питание, как часть системы жизнеобеспечения этноса, в наибольшей степени отражает экологические взаимосвязи, сложившиеся между производителями и потребителями продуктов с одной стороны, и окружающей средой - с другой. От того, насколько эти отношения гармоничны, во многом зависит качество, а иногда и

количество производимых продуктов, а это, в свою очередь, непосредственно влияет на здоровье людей.

Анализ коэффициентов корреляции типа хозяйства и его составляющих с факторами географической среды показал, что в условиях повышения холодого стресса и увеличения кислотности почв формируется тип хозяйства с высококалорийной диетой, со значительным содержанием белков и жиров в рационе. Со смягчением климата и снижением кислотности почв диета претерпевает изменения за счет увеличения удельного веса продуктов с высоким содержанием углеводов, что наблюдается, например, в земледельческих типах хозяйства (Алексеева, 1986).

В доиндустриальную эпоху практически все продукты производились самими потребителями или приобретались у таких же кустарных производителей. Качество продуктов, как правило, было выше произведенных промышленным способом. Продукты, получаемые в традиционном хозяйстве, были "экологически чистыми", так как при их производстве применялись натуральные удобрения и "естественные" способы борьбы с вредными насекомыми.

С переходом на промышленные методы хозяйствования картина резко изменилась. "Основное отличие экологии человека от экологии других существ, - как справедливо отмечает Т.И.Алексеева, - заключается в том, что обособление человека от прямого воздействия среды идет параллельно с влиянием его на все компоненты окружающей среды" (Алексеева, 1986).

Широкое распространение монокультур способствовало резкому росту различных заболеваний растений, а также усложнило борьбу с вредителями. Это, в свою очередь, вызвало к жизни необходимость широкого применения пестицидов и инсектицидов, как правило, весьма небезразличных для человеческого организма. В условиях, когда постоянно требовалось повышать урожайность, проще всего этого добиться, постоянно увеличивая количество вносимых в почву химических удобрений, что,

безусловно, также снижает качество получаемых продуктов.

\* \* \*

Кавказ является регионом, для которого характерны крайне разнообразные природно-экологические условия, пестрый этнический состав и в то же время по существу единый тип хозяйства и схожие системы традиционного жизнеобеспечения.

Именно на Кавказе сложился своеобразный хозяйственный комплекс, который послужил основой целого ряда хозяйственно-культурных типов, распространившихся потом по всей Евразии, кроме ее крайнего Севера, Востока и Юго-Востока. Это хозяйство, традиционно основанное на возделывании зерновых культур в сочетании с разведением крупного и мелкого рогатого скота (Арутюнов, Мкртумян, 1981).

Приводимый далее фактический материал относится главным образом к Восточному Закавказью, внутри которого можно говорить об исторически сложившейся хозяйственной и культурной общности населения. "Границы такого культурного единства, - подчеркивают Н.Г.Волкова и Г.Н.Джавахишвили, - в большинстве переходят этнические границы, накладываясь, таким образом, на соседние культурные общности. Наиболее ярко это явление проявляется в контактных зонах (Волкова, Джавахишвили, 1982).

Проводившиеся нами в Закавказье в течение ряда лет исследования по этнической экологии питания русских старожилов и коренных народов Закавказья, охватили различные регионы от Абхазии и Армении до Ленкорани и Талышских гор, но наиболее интересной зоной оказался Азербайджан, где контактировали азербайджанская и армянская культуры и имелись многочисленные русские старожильческие поселения (Григулевич, 1991).

Еще сравнительно недавно в сельской местности Закавказья вся жизнь людей определялась множеством эко-

логических взаимосвязей, проявившихся в специфике хозяйственной деятельности и влиявших на традиционные системы жизнеобеспечения. В настоящее время многие эти взаимосвязи утратили свое значение. Этому, безусловно, способствовал переход сельского хозяйства от индивидуальной и общинной формы к коллективной, а в последующем - и к аграрно-промышленной.

Традиционные системы питания, как часть культуры жизнеобеспечения этноса, в полной мере ощутили на себе эти перемены. Возросло значение в рационе покупных продуктов; существенно снизился процент продуктов, получаемых непосредственно в том хозяйстве, где они употребляются. Усилилось влияние на традиционные системы питания городской кухни с набором блюд, общераспространенных на Кавказе и юге европейской части бывшего СССР. Это касается как кухни коренных народов, так и русских старожилов. Тем не менее, этот район до недавнего времени мог служить примером успешного и рационального использования этносами природной среды.

В связи с изменением агротехники производства продуктов, менялся и их химический состав. Так, применение больших доз азотных удобрений при выращивании овощных культур приводит не только к увеличению урожайности, но и к значительному накоплению нитратов в овощах, употребляемых в пищу. Имеются данные о содержании высоких доз гормональных препаратов, используемых для стимуляции роста, в мясе бройлеров, что может весьма отрицательно сказываться на формировании и развитии детского организма.

Для Азербайджана в последние десятилетия перечисленные проблемы стояли очень остро. Огромные площади засеивались посевами хлопчатника, который обрабатывался раньше печально известным препаратом ДДТ, а в настоящее время - не менее опасными инсектицидами сложной органической природы. Химические удобрения, в огромных количествах вносимые на поля, смываются с осадками в реки и каналы, откуда население преимущест-

венно берет воду для питья и приготовления пищи, и без того зараженную патогенными микроорганизмами. Обширные виноградники обрабатываются соединениями медного купороса, после чего созревший виноград, не пройдя никакой обработки, поступает в продажу и на винодельческие заводы. Качество вина, получаемого из такого "сырья", вызывает большое сомнение.

Из пищевых продуктов, подвергнутых анализу в некоторых районах Азербайджана, наиболее загрязненными оказались ягоды и фрукты, а также овощи, в которых ДДТ было обнаружено в пределах 0,02-0,69 мг/кг. В продуктах животного происхождения в некоторых случаях остаточные количества его доходили до 3-4,6 мг/кг. Гексахлоран в пищевых продуктах растительного происхождения обнаруживался в пределах 0,05-0,7 мг/кг, а в продуктах животного происхождения - до 9 мг/кг. ДДТ и гексахлоран были обнаружены даже в женском молоке (Панчишина, Бабаев, 1972).

Следует отметить, что даже следовые количества ядохимикатов в пищевых продуктах представляют большую опасность для организма человека, так как имеют свойство аккумулироваться и оказывать на него мутагенное воздействие. Хорошо изучена мутагенность многочисленных химических агентов, применяемых в сельском хозяйстве. В районах Азербайджана, где широко применяют пестициды, отмечена повышенная в два раза по сравнению с районами с умеренным использованием пестицидов частота мутаций хромосом у подростков (Алекперов, 1989).

Как мы уже отмечали, проблема питьевой воды в Азербайджане стоит очень остро. Качество воды в артезианских скважинах и родниках, которые до сих пор являются главными источниками воды, весьма неудовлетворительно. Так, в Кировабад-Казахской зоне всего 33% проб воды из артезианских скважин и 41% проб из родников были удовлетворительны по санитарно-бактериологическим показателям. Еще худшего качества вода в арыках и оросительных каналах. Наличие в воде бактерий *Paracoli* (раз-

новидности кишечной палочки), которая указывает на неблагоприятное по кишечным инфекциям водного происхождения, установлено в 28,4% случаев (Ахундов и соавт., 1972).

По коли-титру вода большинства (94,4%) проб колодезной воды не отвечала гигиеническим стандартам. Население Кура-Араксинской зоны для хозяйственно-питьевых целей использует главным образом воду открытых водоемов: Куры, Аракса, оросительных каналов, которые не имеют зоны санитарной охраны, но за неимением другого источника население вынуждено использовать для питья загрязненную воду.

Наши полевые материалы подтверждают чрезвычайно тяжелое положение с питьевой водой. Как правило, на равнине воду берут из рек, обводных каналов и артезианских скважин, отстаивают и процеживают через известняковый фильтр. В горах воду, как правило, забирают из источников. Широко используется также вода минеральных источников. После замены традиционных водоводов на современные трубопроводы, контроль за их состоянием снизился, что привело к еще большему ухудшению качества питьевой воды (Козлов и соавт., 1988).

На большей части территории Азербайджана в источниках водоснабжения установлено низкое содержание фтора, что влечет за собой постоянное увеличение поражаемости кариесом. Выявлено также низкое содержание в воде микроэлементов, марганца, кобальта, меди, цинка и молибдена (Грекалова, Ахундов, 1972).

Во многих районах Азербайджана распространена патология щитовидной железы, связанная с йодной недостаточностью в окружающей среде, особенно в почве и воде. Заболеваемость усиливается, если к этому добавляются антисанитарные условия жизни, недостаточное и однообразное питание, дефицит витаминов. Зобная эндемия, встречаясь в основном в предгорных полосах Большого и Малого Кавказа, распространена в районах, расположенных на северном и южном склонах Кавказских гор (Куса-

ры, Куба, Закаталы, Белоканы). Таким образом, очаги зоба чаще всего находятся в предгорных районах на высоте 500-600 м над уровнем моря. В качестве профилактики и лечения заболевания жители снабжаются йодированной солью, что наталкивается на определенное сопротивление, так как население привыкло пользоваться каменной солью, добываемой в Нахичевани, и неохотно принимает морскую (Аликишибеков, 1965). В данном случае приверженность традиции отрицательно сказывается на здоровье популяции.

В традиционном питании сельского населения Азербайджана особая роль принадлежит чаю, который не только прекрасно утоляет жажду в летний зной, но и является непременной составляющей любой трапезы. Он подается не только в конце, но и в начале любого сколько-нибудь значительного приема пищи. Систематическое употребление свежезаваренного чая способствует накоплению витамина С в печени, почках, селезенке, надпочечниках, что облегчает работу этих органов у здорового человека и помогает быстрее излечиться в случае заболевания. В особенности это важно в условиях жаркого климата Азербайджана, распространенного на половине его площади, когда под действием высоких температур витамины быстро разрушаются.

Чай вызывает расширение кожных пор, содействует интенсивному потоотделению, что снижает поверхностную температуру кожи, предотвращая тепловой удар. На Р-витаминном эффекте катехинов чая (в первую очередь зеленого) основано его использование против разного рода лучистых воздействий: при солнечных ударах, кварцевых ожогах, последствиях лучевого воздействия (Похлебкин, 1985). Не вызывает сомнения тот факт, что целебные свойства чая в значительной мере зависят от качества воды, которое, как было показано выше, оставляет желать много лучшего.

В последние десятилетия возросло потребление продуктов фабричного изготовления, в том числе кондитер-



ских изделий, в селениях (в основном равнинных), близко расположенных от крупных райцентров. В целом потребление сахара с 1950 по 1965 гг. возросло более чем в 5,4 раза, кондитерских изделий - более чем в 2,5 раза (Ахмедов, 1968).

Еще в сравнительно недавнее время потребность человека в сладком удовлетворялась за счет плодов, фруктов, меда и других даров природы. В последнее время население перешло на употребление очищенного сахара, содержащего 99,7% сахарозы. Такой сахар быстро накапливается в организме, и, если выходят из строя компенсаторные механизмы, возникает опасность сахарного диабета. В сельских районах Азербайджана до некоторой степени сохраняются традиции употребления фруктов, сухофруктов и меда, как заменителей сахара. Но и здесь отмечается опасная тенденция увеличения потребления рафинированного сахара.

Данные по среднесуточному набору продуктов азербайджанцев и русских старших возрастных групп, собранные сотрудниками Института геронтологии АМН Украины в молканском селе Ивановка Исмаиллинского района Азербайджана (Кузнецова, 1988) представлены в таблице 1.

Анализ основных нутриентов (белки, жиры, углеводы) и энергетической ценности рационов старших возрастных групп показывает, что традиционное питание характеризуется довольно низкой калорийностью; содержание белков растительного и животного происхождения в пище русских старожиллов ниже, что особенно заметно в группе лиц пожилого возраста. В пище русских преобладают жиры растительного происхождения, у азербайджанцев - животного, что, по-видимому, связано с преимущественной ориентацией последних на животноводство.

**Таблица 1**

**Среднесуточный набор продуктов питания азербайджанцев и русских пожилого и старческого возраста, г/сутки**

Наименование пищевых продуктов	Азербайджанцы		Русские	
	60-74 года	75-89 лет	60-79 года	75-89 лет
Хлебопродукты	403,2	346,5	344,7	279,1
Крупы и зернобобовые	4,9	4,0	23,5	14,5
Макаронные изделия, мука	30,8	39,2	22,4	9,5
Кукуруза, фасоль	20,8	11,8	3,0	6,1
Овощи	191,8	144,9	159,5	149,6
Картофель	167,3	97,7	136,8	55,8
Фрукты	362,8	403,8	104,8	137,6
Сахар, мед	41,6	35,8	62,4	63,2
Масло сливочное	29,7	23,4	22,0	20,6
Масло растительное	-	-	18,9	10,6
Молоко и кисломолочные напитки	382,4	364,5	93,6	104,6
Творог	28,3	28,8	13,4	18,1
Мясо и мясопродукты	96,9	27,2	77,6	55,3
Яйца	13,6	16,0	18,2	16,0
Рыба и рыбопродукты	-	-	8,1	0,63

Медики считают, что особенности рациона русских старожилков могут способствовать повышению чувствительности организма к стрессам, развитию патологии сосудов головного мозга, а это, в свою очередь, приводило к увеличению среди русских процента сердечно-сосудистых и нервных заболеваний и к более интенсивно протекающему у них процессу старения.

Отмечаемый медиками более высокий (по сравнению с коренным населением) уровень заболеваемости среди русского старожильческого населения (Воронов, Кузнецов-

ва, 1990), по-видимому, обусловлен процессами частичной дезадаптации. Представители коренной национальности, безусловно, генетически адаптированные к данной окружающей среде, оказались более устойчивы к негативным изменениям в системе экологических взаимосвязей, которые произошли на протяжении жизни двух последних поколений. Русские же старожилы, с самого начала своей жизни в Закавказье вынужденные приспосабливаться к неблагоприятным и, что немаловажно, непривычным для них факторам среды: повышенному уровню ультрафиолетового излучения, высоким температурам, факторам электромагнитной природы, в горных районах - резким колебаниям среднесуточной температуры, за исторически короткий срок не успели адаптироваться к ним (Степанов, 1989).

Обострение в последние годы экологической ситуации наряду с экономическими трудностями и возросшей в связи с межнациональными столкновениями в Закавказье социальной напряженностью, по всей видимости, в большей степени сказалось на русском населении, как наименее адаптированном. Традиционное питание, наряду с рядом других факторов, оказалось наиболее эффективным механизмом адаптации. Это подтверждается как его высокой сохранностью по сравнению с другими элементами материальной культуры русских старожилков, так и сравнительно низким (8,8% по сравнению с 28,6% у азербайджанцев) процентом желудочно-кишечных заболеваний у русских крестьян.

\* \* \*

Подводя краткие итоги, отметим еще раз, что в Закавказье русские встали перед необходимостью налаживать хозяйство в иных, чем у себя на Родине, природных и климатических условиях. Русские крестьяне и на Кавказе по-прежнему в основном занимались земледелием. Но удельный вес скотоводства в их традиционном хозяйстве

безусловно возрастает, а в исключительных случаях (как это случилось с духоборцами) даже преобладает над земледелием. Переселенцы заимствовали не только новые для них породы скота, но и способы переработки и хранения молочных продуктов, типичные для скотоводов. Там, где позволял климат, они сохраняли и традиционные русские приемы переработки молока. Таким образом, они старались максимально воспроизводить характерную для них систему питания, основу которой составляли продукты земледелия. Полевые исследования подтвердили необычайную сохранность традиционной системы питания русских старожилов, вплоть до некоторых архаических блюд, давно уже не фиксируемых этнографическими исследованиями в местах выхода переселенцев. Проживание на иноэтнической территории способствовало внутренней консолидации этноконфессиональных групп русских, и как следствие, лучшей сохранности культуры жизнеобеспечения.

Верность культурным традициям, их воспроизведение на протяжении 150 лет в необычных природных условиях и иноэтническом окружении свидетельствуют о высоком уровне материальной и, что самое главное, духовной культуры, на который молукан и духоборцев привела вся история их вероучений. С другой стороны, та гибкость и восприимчивость к культуре коренных народов, которую продемонстрировали русские, безусловно, способствовала их этнокультурной адаптации, значительно расширила их адаптивные возможности.

**Алекперов У.К.** Антимутагены и охрана генофонда. М., 1989.

**Алексеева Т.И.** Антропозкологическое изучение различных районов мира // Проблемы экологии человека. М., 1986.

**Аликишибеков М.М.** Патология щитовидной железы (Материалы исследования по Азербайджанской ССР). Баку, 1965.

- Арутюнов С.А., Мкртумян Ю.И.** Проблема классификации элементов культуры (на примере армянской системы питания) // СЭ, 1981, N4
- Ахмедов А.А.** Медико-географические особенности кариеса зубов в Азербайджанской ССР. М., 1968.
- Ахундов В.Ю., Ахундов К.Ф., Грекалова Т.В., Бабаринова Л.Н., Меджидова М.А.** Гигиеническая оценка водоснабжения сельских населенных мест Азербайджанской ССР// Некоторые вопросы гигиены сельских населенных мест Азербайджанской ССР. Баку, 1972.
- Волкова Н.Г., Джавахишвили Т.Н.** Бытовая культура Грузии XIX-XX: традиции и инновации. М., 1982.
- Воронов А.А., Кузнецова С.М.** Состояние здоровья русских переселенцев в Азербайджане // Русские старожилы Азербайджана. Материалы по этнической экологии. М., 1990.
- Грекалова Т.В., Ахундов К.Ф.** Материалы к изучению ряда микроэлементов (йода, фтора, марганца, кобальта, меди, цинка и молибдена) в хозяйственно-питьевых источниках водоснабжения различных климато-географических зон Азербайджанской ССР // Некоторые вопросы гигиены сельских населенных мест Азербайджанской ССР. Баку, 1972.
- Григулевич Н.И.** Стабильность локального пищевого комплекса, как результат успешной адаптации переселенцев // Этническая экология: теория и практика. М., 1991.
- Кузнецова С.М.** Отчет группы Института геронтологии АМН СССР об экспедиционной работе в период с 19.09.87 по 20.10.87 в с. Ивановка Исмаиллинского района Азербайджанской ССР (рукопись). 1988.
- Панчишина Е.Н., Бабаев Д.А.** Остаточные количества ядохимикатов в продуктах питания растительного и животного происхождения в Куба-Хачмасском и Кюрдамирском районах Азербайджанской ССР // Некоторые вопросы гигиены сельских населенных мест Азербайджанской ССР. Баку, 1972.
- Похлебкин В.В.** Чай. Его типы, свойства, употребление. М., 1985.
- Степанов В.В.** Этноэкологическая адаптация к природной среде и долголетие в Азербайджане // Долгожительство в Азербайджане. М., 1989.
- Cook G.C.** Lactase deficiency: A probable ethnological marker in East Africa. 1969, 4:265-267.
- Cook G.C.** Did persistence of intestinal lactase into adult life origin on the Arabian peninsula? // Man. 1978, 13:418-427.
- Healthy nutrition, 1988. P.7.
- Reddy V., Pershad J.** Lactase deficiency in Indians // American Journal of Clinical Nutrition. 1972. V.25. P.114-119.
- Reuben D.M.** Everything you Always Wanted to Know About Nutrition. N.Y., 1978.



# ПОДХОДЫ К ИЗУЧЕНИЮ ПИТАНИЯ И МЕТОДЫ ЭТНОЭКОЛОГИЧЕСКОГО ИССЛЕДОВАНИЯ

**И**стория систематического изучения питания различных народов в отечественной науке восходит к деятельности Русского Географического Общества. Дело в том, что Общество получало от своих корреспондентов описания обрядов, праздников, сказок и другие этнографические материалы. Но неполнота и отсутствие единого плана, по которому они собирались, привели к идее выработки специальной программы, по которой бы шел сбор этнографических материалов в России. С этой целью Географическим Обществом в 1847 г. была издана "Программа для собирания сведений по этнографии", которая, наряду с целым рядом вопросов, включала и описание домашнего быта (жилища, утвари, одежды, пи-

щи, обычаев и обрядов...) (Этнографический сборник, 1853, N1). Эта программа ставила задачу собрать материал "о тех классах населения, в коих народные особенности сохранились наиболее полно - весь так называемый простой сельский народ, а также и средние классы горожан, мещане, купцы, разночинцы" (Берг, 1946).

Пищу рекомендовалось изучать с учетом следующих аспектов: "ежедневная и употребляемая по праздникам, в постные дни и скоромные, с подробным обозначением состава и способа приготовления кушаний; какие животные и птицы считаются нечистыми и почему грешно и или непозволительно употреблять их в пищу; какие именно кушанья считаются непременною принадлежностью известных простонародных праздников или обрядов..." (Императорское Русское Географическое Общество. Программа для собирания сведений по этнографии, б. г. С. 7)

С 1848 г. этнографический отдел Географического общества возглавил Н.И.Надеждин, который настаивал на необходимости изучения не только народного языка и физического облика человека, но и материальной и духовной культуры. Особое значение он придавал вопросам происхождения русского народа и его культурных связей с соседними народностями, а также русским, проживающим вне России. К 1853 г. в Русское Географическое общество было прислано две тысячи рукописей, на основе которых с 1853 по 1874 г. вышло 6 выпусков "Этнографического сборника" (Сабурова, 1977. С. 7).

Более подробно вопросы, касающиеся традиционной пищи, были разработаны в "Программе Юго-Западного Отдела Императорского Русского Географического Общества для собирания сведений по Этнографии". Данная программа предполагала изучение культуры как русского народа, так и других народов России. Раздел, посвященный изучению пищи, в этой программе был существенно расширен. При этом предлагалось выделять вначале некие первичные элементы: мясо различных видов животных, растительные продукты, дикорастущие растения, пи-

щевые суррогаты, различные виды соли. Особое внимание уделялось повседневной пище. При выполнении этой программы необходимо было выявлять различия в традиционной кухне у представителей различных народов и конфессий.

Программа сбора этнографических сведений, разработанная князем В.Н.Тенишевым, была рассчитана на сбор сведений о крестьянах Центральной России. Главной ее задачей было изучение общественного и семейного права, общественных отношений, обрядов и обычаев, связанных с рождением и воспитанием детей, духовной культурой. В.Н.Тенишев не ставил цель подробно изучать сферу материальной культуры. Следствием этого, по-видимому, и явился низкий удельный вес материалов (3% всех полученных ответов), относящихся к материальной культуре (Фирсов, 1988. С. 47).

Несмотря на краткость вопросника, посвященного изучению пищи, он затрагивал такие вопросы, как сезонность питания, режим питания, дневной рацион, соционормативные аспекты, престижность. (Тенишев, 1897. С. 112-113). Вообще, как справедливо отмечает М.М.Громыко, для тенишевской программы характерна некоторая неровность: часть вопросов была разработана необыкновенно подробно, о других было сказано вскользь. Это, впрочем, ничуть не снижает ее значимости для развития этнографической науки, тем более, что в своих ответах корреспонденты Бюро В.Н.Тенишева зачастую освещали и те проблемы, которые в самой программе отсутствовали. (Громыко, 1986. С. 16). В отличие от материалов Русского Географического Общества, материалы Бюро в значительной своей части остались неопубликованными и, следовательно, недоступными для широкого читателя. Это тем более достойно сожаления, так как они затрагивают последнее десятилетие XIX в. и характеризуют крестьянский быт накануне революционных событий. Поражают и масштабы проведенных обследований. Достаточно сказать, что по предварительным оценкам объем



рукописей Бюро В.Н.Тенишева приближается к 40 000 страницам машинописного текста (Фирсов, 1988. С. 47).

Революция и последовавшие за ней социальные потрясения надолго задержали и даже в некотором роде затормозили разработку научных подходов к полевым этнографическим исследованиям. Так, изданные в Ленинграде в 1927 г. "Программы и инструкции по монографическому обследованию деревни" предполагали в основном изучение крестьянского хозяйства, орудий труда, промыслов, хозяйственных построек, одежды. Совсем небольшой раздел был посвящен изучению пищи. Для выполнения той части программы, которая относилась к изучению гастрономических вкусов и обычаев, связанных с приемом пищи, исполнители отсылались к программе В.Н.Тенишева. Из этого можно сделать вывод, что к тому времени не было разработано новой комплексной этнографической программы.

Что касается "Программы этнографического изучения колхозов", изданной в 1930 г. Академией Истории Материальной культуры, то она предполагала этнографическое обследование деревни лишь в самой минимальной степени. В сложный период ломки сложившихся производственных отношений и насильственной коллективизации, ее составители предполагали прежде всего получить социологический срез происходивших в деревне процессов. В основу этой программы вполне в духе времени был положен классовый подход. Достаточно сказать, что респондентам предлагалось ответить на такие вопросы: "как происходило раскулачивание и как вели себя кулаки при этом; как проводилась классовая линия при приеме в колхоз; не сохранилось ли пережитков национальной вражды, и как это отражается на ходе работ..." Вопросы о питании были включены в раздел "Формы коллективизации быта". Последнее объясняется тем, что в те годы в колхозах устраивались общественные столовые, которыми предполагалось чуть ли не заменить домашнее питание.

Характерно название седьмого раздела: "Остатки верований и обрядов" (разрядка моя - Н.Г.). Предполагалось, вероятно, что при социализме отомрут и те и другие. Исполнители данной программы должны были описать, кто из колхозников ходит в церковь, говееет, исповедуется и причащается; какие посты соблюдает население; какие обрядовые печения пекут на праздники и похороны. Несколько вопросов касалось сектантов (если таковые имелись), живущих в колхозе. В частности, предлагалось описать, "какую работу ведут они среди членов колхоза; в чем выражается борьба между церковниками и сектантами и между различными подразделениями тех или других".

Мы, к сожалению, не располагаем данными о том, как проходило выполнение этой программы и обобщались ли ее результаты. Но учитывая царившую в те годы атмосферу всеобщей борьбы за новый быт, нетерпимое отношение ко всему, что ассоциировалось со "старым миром", можно предположить, что эта программа сыграла негативную роль в истории изучения культуры, и отнюдь не способствовала сохранению, и тем более возрождению традиций.

Первое в советской науке систематическое изложение методики полевых этнографических исследований было издано Г.Г.Громовым в 1966 г. В нем даются рекомендации по сбору полевых материалов по следующим разделам: хозяйство; поселения; жилище и хозяйственные постройки; одежда, обувь, украшения; утварь; пища; общественные отношения и общественный быт; верования, обряды, игры, танцы, устное народное творчество. В разделе "Пища" наряду с необходимостью изучать ее зависимость от профиля хозяйства, историко-культурных традиций и влияния современности, особая значимость придается изучению практики пищевых запретов, в том числе постам, т.е. периодам временного воздержания от тех или иных видов пищи.

Особенно интересной нам показалась мысль Г.Г.Громова о том, что "составляющие основу постов пищевые

запреты гораздо древнее, чем "оправдывающие" их верования, будь то ислам, буддизм, христианство или любая другая религиозная система" (Громов, 1966. С. 83) Этим, по-видимому, объясняется тот факт, что пищевые запреты и посты иногда обнаруживают поразительные аналогии у представителей различных народов и конфессий, этногенетически никак не связанных между собой, как мы это увидим на примере азербайджанцев и русских сектантов - молокан.

Г.Г.Громов подчеркивает приоритетность стоящей перед полевой этнографией задачи этнографического изучения современности, признавая при этом, что главным тормозом на пути ее выполнения является слабая разработанность методических подходов.

Об этом же пишет М.Н.Шмелева, подчеркивая, что "нецелесообразно изучать современное состояние этносов (этнокультурные, культурно-бытовые, демографические и другие процессы) путем простого сопоставления его с дореволюционным (Шмелева, 1985. С. 45).

Существенным вкладом в развитие методических подходов к этнографическому изучению современности явилась публикация серии детально разработанных программ для сбора сведений, в частности, по обычаям и обрядам, связанным с рождением ребенка (Листова, 1989), по похоронно-поминальным обычаям и обрядам (Кремлева), по крестьянской общине и семье, поземельным и имущественным отношениям (Власова, 1989).

\* \* \*

Для проведенного нами исследования особое значение имеют отношения, складывающиеся в зоне межэтнических контактов двух или нескольких этносов. Процессы межэтнического взаимодействия привлекали внимание еще дореволюционных исследователей. Учитывая широкую колонизацию окраин Российской империи, как правило, это были контакты русских переселенцев с коренными на-

родами Севера, Дальнего Востока, Сибири, Средней Азии, Кавказа. В многочисленных работах рассматривались не только вопросы "обрусения" и христианизации, но и обсуждались возможные польза и вред русификаторской политики (Харузин, 1894; Лыкошин, 1904). Была даже издана специальная "Программа для собирания сведений об обрусении инородцев Восточной России" (Смирнов, 1894). Эти вопросы обстоятельно рассмотрены в специальной работе Т.А.Жданко "Этнические общности и этнические процессы в дореволюционной России" (Жданко, 1977).

Русская культура в свою очередь также выступала в роли рецептора. "Русское население, - пишет в этой связи Т.А.Жданко, - повсеместно испытывало на себе влияние соседних народов, в особенности в отдаленных районах, в местах своего дальнего расселения". Русские переселенцы восприняли от населения Средней Азии и Казахстана приемы поливного земледелия, скотоводства и т.д. В Сибири русские заимствовали у местных жителей некоторые виды одежды, способы передвижения, пищу и способы ее приготовления (Жданко, 1977. С. 85) К сожалению, исследователи уделяют очень мало внимания изучению взаимного влияния материальных культур (в частности - пищи) разных народов. В качестве исключения можно назвать работы В.К.Борисенко "Пища польских крестьян Подолии" (1973), В.П.Тумайкина "О некоторых особенностях материальной и духовной культуры закавказской мордвы" (1978), В.Я.Бабенко "Пища украинского населения Башкирии" (1989) и некоторые другие.

Наиболее подробно влияние межэтнических контактов на хозяйство, общественный и семейный быт, материальную культуру отражено в специальных работах, посвященных культуре и быту мигрантов, это монографии С.Г.Федоровой (1971), Д.И.Исмаил-заде (1982), Г.Г.Копешавидзе (1985), И.В.Долженко (1985), Л.Н.Чижиковой (1988).

Особенно подробно эти вопросы освещаются в серии статей о русских старожилах в Закавказье (В.И.Козлов и соавт., 1988; Н.А.Дубова и соавт., 1989; Н.И.Григулевич, 1990), а также в сборниках "Русские старожилы Азербайджана: материалы по этнической экологии" (1990, т. 1, 2) и "Духоборцы и молокане в Закавказье" (1992), в которых влияние межэтнических контактов на культуру жизнеобеспечения этноса показано с точки зрения их адаптивной значимости для последней.

Специальных работ, посвященных изучению традиционного питания, немного. Среди них можно выделить такие, как "Этнография питания народов стран Зарубежной Азии" (1981), монографию Н.П.Джикии, посвященную культуре питания грузинских горцев (1988), работы А.Е. Пахутова (1979), Л.М.Минца (1985), М.С.Бердыева (1990) и ряд других.

\* \* \*

Особое место среди работ, посвященных методическим аспектам исследований по материальной культуре, занимает небольшая по объему, но очень содержательная статья С.А.Токарева "К методике этнографического изучения материальной культуры". Позволим себе остановиться на высказываемых в ней положениях, не потерявших своей актуальности и сегодня, более подробно.

Основная мысль этой статьи, пронизывающая ее от начала до конца, состоит в том, что для этнографа не столь важно уяснить отношение вещи к человеку или отношение человека к вещи, сколько отношения между людьми по поводу данной вещи. Иными словами, материальная культура не может интересовать этнографа вне ее соционормативных аспектов. Как отечественные, так и зарубежные исследователи по мнению С.А.Токарева не уделяют достаточного внимания этим сторонам изучения материальной культуры.

Развивая эту мысль на примере изучения традиционной пищи, С.А.Токарев показывает, что она не только служит удовлетворению биологических потребностей человека, но играет также роль формы, опосредующей социальное общение людей. "Больше того, - пишет он далее, самый акт совместной еды и питья зачастую есть не только проявление дружбы или родства между людьми, но в ряде случаев он сам создает отношения дружбы или родства. В этнографической и исторической литературе часты описания обычаев побратимства через совместную еду; съесть кусок хлеба в доме врага - значит погасить вражду и восстановить мир..." (Токарев, 1970. С. 5) Отметим здесь, что отношения куначества, сложившиеся между представителями кавказских народов и русскими переселенцами в Закавказье, о которых речь пойдет ниже, полностью подтверждают все вышесказанное.

Далее С.А.Токарев обращает внимание на то, что наряду с функцией социального общения пища выполняет и обратную функцию - социального разобщения. Это касается как половозрастной сегрегации при приеме пищи, пережитки которой сохранились у народов Кавказа, Балканского полуострова и в других странах, так и сословных, классовых, кастовых различий, не говоря уже об этноконфессиональных. Как мы знаем, русские старообрядцы и сейчас зачастую не едят из одной посуды с "мирскими". В США, где они живут уже на протяжении нескольких десятков лет, угощая посторонних, они используют посуду одноразового пользования, которую затем выбрасывают.

По С.А.Токареву, с точки зрения функции социального разобщения, надо рассматривать и все пищевые запреты и ограничения, как постоянные (религиозный аскетизм, монашество и др.), так и временные (посты). "Народ, - пишет он в этой связи, - соблюдающий известный пищевой запрет, противопоставляет себя тем народам, которые этого запрета не соблюдают. Если мусульмане не едят свинину, в этом проявляется противопоставление мусульман всем не мусульманам... Монахи, воздерживающиеся

от употребления мяса, молока, вина и пр., отмежевывают себя тем самым (как и другими "обетами") от мирян, не соблюдающих этих обетов. Те верующие, которые строго держат посты, противопоставляют себя вольнодумцам, которые не хотят поститься" (Токарев, 1970. С. 6). От себя добавим, что бывает и наоборот. Русские сектанты (молокане и духоборы), противопоставляя себя последователям ортодоксальной православной церкви, не соблюдали постов, во всяком случае в той форме, в какой они соблюдались православными.

С другой стороны, приверженность к традиционной национальной пище является этническим маркером в такой же степени, как запреты или пищевые ограничения. И то и другое объединяет членов данной этнической группы, одновременно противопоставляя ее другим группам.

Более глубокому изучению механизмов формирования и развития системы питания, как общечеловеческой культурной категории, выявлению качественного своеобразия компонентов системы питания, способствовали работы С.А.Арутюнова и Ю.И.Мкртумяна, которые ввели в научный оборот такие понятия, как "модель питания" (Арутюнов, 1981) и "система питания" (Арутюнов, Мкртумян, 1981). Для упорядочения сравнительного изучения различных систем питания было предложено их классифицировать.

Отличие данного подхода к изучению материальной культуры в том, что подвергаемые классификации явления должны рассматриваться как составные части более сложного и емкого комплекса, а именно - хозяйственно-культурного типа (ХКТ). Авторы признают сложность и трудоемкость поставленной задачи, тем более, что "вопрос о группировке ХКТ и о принципах более дробной хозяйственно-культурной типологии все еще является предметом дискуссий, в ходе которых высказываются весьма различные мнения" (Арутюнов, Мкртумян, 1981. С. 5). Таким образом, предлагается включить различные системы питания в соответствующие им ХКТ, вопрос о которых в

значительной степени остается открытым. Не говоря уже о том, что при переходе к изучению современности, с характерными для нее индустриальными методами ведения сельского хозяйства, он еще более усложняется.

Вместе с тем, предложенный С.А.Арутюновым и Ю.И.Мкртумяном принцип "последовательной классификационной дихотомизации", позволил выделить в традиционной системе питания (в данном случае армянского этноса) пласты, весьма различные по времени образования. Авторы выделяют три наиболее существенных пласта: "основной пласт, который связан с ведущим хозяйственно-культурным типом, непосредственно укладывается в зерново-мясо-молочный комплекс; пласт субстратного характера, связанный с рудиментами древнего ХКТ, предшествовавшего становлению производящего хозяйства и основанного на собирательстве, охоте и рыболовстве; и наконец, пласт адстратно-суперстратного характера, являющийся отражением формирования историко-этнографических областей на Кавказе и во всей Передней Азии, развития межэтнических контактов и культурных заимствований, последующего усложнения, развития и обогащения структуры и спектра производящего хозяйства" (Арутюнов, Мкртумян, 1981. С. 9).

В настоящее время весьма актуально изучение традиционных систем жизнеобеспечения с этноэкологической точки зрения. Оно подразумевает тщательное этнографическое изучение наряду с привлечением медико-биологических материалов. Главной чертой такого подхода является оценка адаптивной значимости системы питания и характеристика ее динамического развития. Такой подход прослеживается в работах Т.И.Алексеевой (1977, 1986), И.И.Крупника (1976, 1989), Дж.Уайнера, Е.Пикона-Ретегю (1981), М.В.Кантария (1989). В многочисленных работах зарубежных исследователей (У.А.Сохен, 1968, 1974; J.W.Bennett, 1976; L.Melichar, 1988; В.Сомек-Мачала, 1988) ставятся и успешно решаются проблемы, связанные с влиянием экологии питания на адаптацию человека.



Ряд зарубежных авторов исследует очень интересную проблему унификации, нивелирования национальных пищевых традиций в современном развитом обществе. Было показано, что переход от традиционной пищи, основу которой как правило составляют натуральные продукты, к унифицированной с большим процентом пищевых добавок, неблагоприятно сказывается на здоровье. В последние годы в ряде высокоразвитых стран проводятся общенациональные кампании, пропагандирующие здоровую, как правило, традиционную пищу (Norum, 1985).

## **ЭТНОЭКОЛОГИЧЕСКИЙ МЕТОД ИЗУЧЕНИЯ ТРАДИЦИОННОГО ПИТАНИЯ СЕЛЬСКОГО НАСЕЛЕНИЯ**

В этнической экологии продолжается разработка подходов и концепций научных исследований. В настоящей работе предлагается подход, который можно было бы назвать изучением локальных комплексов жизнеобеспечения. Сам по себе метод подробного исследования небольших территорий не нов для этнографической науки. Но есть существенное различие между предлагаемым методом и тем, что уже имеется. Широкое распространение того или иного явления культуры объясняется прежде всего длительной историей его развития. Именно широкий ареал распространения подобного явления, своего рода проверка на "прочность" в самых разнообразных условиях и является одной из главных предпосылок становления этого явления на уровень культурно значимого. Поэтому в традиционной этнографии "точечное" исследование - чаще всего только шаг на пути к обобщению и анализу гораздо более обширного материала.

Для этнической экологии интересны не столько собственно явления культуры, сколько их "изменчивость", иными словами то, как эти явления ведут себя в разных природных и других условиях, насколько они деформируются, при каких условиях исчезают, в какой степени одни эле-

менты культуры альтернативны другим и т.д. Этноэколог стремится выяснить именно специфическое проявление какого-либо элемента культуры для того, чтобы понять его роль в конкретной системе жизнеобеспечения. Вместе с тем известно, что для жизнеобеспечения, в особенности осуществляемого по традиционным принципам, необходимым условием является наличие комплекса локальных связей человека с природой. Поэтому для этнической экологии данные о локальных этнокультурных процессах могут оказаться достаточными для глубокого осмысления таких явлений, как жизнеобеспечение, этнокультурная адаптация и других.

Особые проблемы возникают в случае изучения особенностей систем жизнеобеспечения переселенческих групп. Оказавшись на далеком расстоянии от прежней этнической территории в новых природно-экологических условиях и в окружении иноэтнического населения такие группы вынуждены в той или иной степени изменять прежнюю систему питания. Миграция населения - это важнейший фактор этнической эволюции и трансформации, прослеживаемый на протяжении всей истории народов мира, однако происходящим в результате этого изменениям системы питания, как мы уже отмечали выше, до сих пор не уделялось достаточного внимания.

В 1983 г. нами была разработана "Программа для изучения питания сельского населения", по которой обследовались жители русских сел в бывших республиках Закавказья, а также представители коренных национальностей. Программа состоит из "Практических рекомендаций для сбора материала" и трех типов анкет, а также образцов заполнения анкет и списка дикорастущих растений с указанием русского ботанического, а также азербайджанского и русского простонародного названия.

Приступая к разработке этой программы, мы исходили из того, что "программы и вопросники с заложенными в них задачами, основанными на определенных гипотезах исследования, должны быть нацелены на добывание не

суммарных, а дифференцированных и детализированных конкретных сведений" (Шмелева, 1985, с. 46) Это особенно необходимо было в нашем исследовании, когда предстояло изучить особенности этнокультурной адаптации компактных групп русских переселенцев в различных районах Закавказья.

Поскольку осветить все вопросы в одной анкете не представляется возможным (это заняло бы слишком много времени и не всегда целесообразно), мы разделили весь континуум на три смысловые части или анкеты. Анкета 1 - самая объемная. Она предназначена для сбора наиболее детальной информации о фактическом питании на сегодняшний день и предполагает поэлементное описание компонентов системы питания того или иного этноса. Кроме того, в Анкете 1 с пометкой "История" собирается та же информация, но на более ранние временные периоды. В ходе исследования мы старались охватить следующие временные интервалы: конец 19-начало 20-го в.; 30-е годы - период коллективизации; 40-50-е гг. - послевоенный период.

Анкета 2 предназначена для сбора данных о повседневном рационе сельской семьи на момент обследования (завтрак, обед, ужин) с учетом количества потребляемых продуктов и вкусовых предпочтений. В Анкете 3 акцент сделан на ритуальных, праздничных блюдах и напитках, наиболее архаических, но зачастую сохранившихся по сей день. Эта анкета разрабатывалась для целенаправленного изучения русской традиционной пищи и соответственно использовалась только при опросе информаторов русской национальности. Полностью программа "Традиционное питание сельского населения" приводится в 1-4 "Приложения".

Мы согласны с М.Н.Шмелевой, которая придает большое значение подбору информаторов и респондентов при этнографическом изучении современности. Обычно наиболее знающие информаторы, так называемые эксперты, выявляются эмпирическим путем. Иногда это происходит

случайно, иногда к эксперту исследователь попадает через длинную цепочку информаторов.

Сбор полной информации по программе требует продолжительных, иногда неоднократных бесед с одним и тем же информатором, что безусловно затрудняет обследование большого контингента жителей села. Сокращение времени бесед возможно только тогда, когда по полной схеме опрошено хотя бы несколько человек. Определенные затруднения возникают при выявлении наиболее знающих информаторов. Это прежде всего касается выполнения той части программы, которая касается питания в прошлом. Как правило, наиболее ценную информацию сообщают не самые пожилые люди, а достигшие 60-65 - летнего возраста, т.е. те, которые довольно отчетливо помнят "традиционный период", связанный с единоличным хозяйством. При этом оказывается, что не на все вопросы компетентны ответить "хранительницы очага". Они, как правило, досконально знают технологию приготовления блюд и полуфабрикатов. А вот объемы запасов, источники их пополнения, период хранения, закупочные цены - обо всем этом лучше осведомлены мужчины. Кроме того, от них можно получить более исчерпывающую дополнительную информацию (о хозяйстве, условиях заготовки и хранения продуктов, характере и объеме трудовых затрат для их получения). Молодые люди, как правило, обладают более полной информацией относительно инноваций и особенно заимствований из пищи коренных народов. Нам приходилось часто наблюдать, как в одной и той же семье люди старшего поколения больше привержены традициям, а молодежь наряду с традиционными широко употребляет в пищу заимствованные блюда.

К трудностям обследования фактического питания сельского населения следует отнести и то обстоятельство, что сведения, даваемые информаторами, не всегда соответствуют действительности. Нередко это связано с соображениями престижности, в особенности когда дело касается употребления ими мясных и молочных блюд. По-

этому в ходе обработки полученных сведений приходится производить коррекцию, учитывая данные о личном подсобном хозяйстве и доходах информаторов, а также данные, полученные в ходе включенного наблюдения.

Анализ собранных нами полевых материалов будет проведен в последующих главах. Здесь же мы представляем в качестве иллюстрации к предложенной методике итоговые таблицы и матрицу (в виде круговой диаграммы), составленные по полевым материалам, собранным в селе Новоивановка Кедабекского района Азербайджана, в селах Лермонтово и Фиолетово Гугаркского района Армении в 1987 г., которые наглядно показывают, что для традиционной системы питания русских старожиллов характерна значительная стабильность.

**Таблица 2**

**Ассортимент продуктов питания в с. Новоивановка (1850-е - 1980-е годы)**

Продукты (сырье)	до 1900 г.		до 1930 г.		до 1960 г.		до 1987 г.	
	н	п	н	п	н	п	н	п
мука	■ ■ ■		■ ■ ■	□	■	□ □ □		□ □ □
пшеничная								
мука ржаная		□		□		□		
мука ячменная	■ ■ ■		■ ■ ■		■			□
мука кукурузная				□ □		□ □		□
крупа манная								□ □
крупа	■ ■		■			□		
гречневая								
крупа рисовая				□		□ □		□ □
крупа пшеничная	■ ■		■ ■	□ □		□ □		□ □
макаронные изделия						□		□ □ □

соль		□□□		□□□		□□□		□□□
отруби пшеничные	■		■					
сахар						□□		□□□
мед	■ ■		■ ■		■			
молоко	■ ■		■ ■ ■		■ ■ ■	□	■	□
молоко топленое	■ ■ ■		■ ■ ■		■ ■ ■	□	■ ■	□
сливки	■ ■		■ ■		■		■	
сметана	■ ■		■ ■		■ ■	□		□
творог	■ ■		■ ■		■ ■	□		□
пахта					■			□
сыворотка					■			
масло сливочное	■ ■ ■		■ ■ ■		■ ■			□
масло топленое	■ ■ ■		■ ■ ■		■	□		□
масло горчичное		□		□				

*Продолжение*

Продукты (сырье)	до 1900 г.		до 1930 г.		до 1960 г.		до 1987 г.	
	н	п	н	п	н	п	н	п
масло конопляное	■ ■		■ ■					
масло подсолнечное		□		□		□		□ □
баклажаны	■		■		■	□		□ □
брюква	■ ■		■ ■		■			
кабачки				□	■	□		□
капуста	■ ■	□ □	■ ■ ■		■ ■ ■		■ ■	
картофель	■ ■		■ ■ ■		■ ■ ■		■ ■ ■	

лук зелен. (перо)					■		■	
лук репчатый					■		■	
морковь	■■■		■■■		■■■		■■■	
огурцы	■■■		■■■		■■■		■■■	
перец сладкий					■	□	■	□
петрушка	■■		■■		■■		■	□
редис				□	■	□	■	□
салат					■		■	□
свекла	■■		■■		■■		■	
сельдерей			■		■		■	
хмель	■■		■■		■			
томаты	■	□	■	□	■	□	■	□
укроп	■■		■		■		■	
фасоль	■■		■■		■■		■	□□
хрен						□		□
черемша						□		□
чеснок						□		□
щавель	■■		■■		■■		■■	
тыква		□		□		□		□
вишня		□□		□□	■	□□		□□

Продолжение

Продукты (сырье)	до 1900 г.		до 1930 г.		до 1960 г.		до 1987 г.	
	н	п	н	п	н	п	н	п
груша	■■	□□	■■	□□	■■	□□	■	□□
инжир		□		□□		□□		□
рябина	■■		■■		■■		■■	
слива		□		□□		□□		□□
терн	■■		■■		■■		■■	
шелковица		□□		□□		□□		□□

яблоки	■ ■	■ ■	■ ■	■ ■	□
ежевика	■ ■	■ ■	■ ■	■ ■	
малина	■ ■	■ ■	■ ■	■ ■	
грибы белые	■ ■	■ ■	■ ■	■ ■	
лисички	■ ■	■ ■	■ ■	■ ■	
подосиновики	■ ■	■ ■	■ ■	■ ■	
чай черный (байховый)			□	□ □	□ □ □
баранина	■ ■ □ □	■ ■	■ ■ □	■ ■ □	□
говядина	■ ■ ■	■ ■ ■	■ ■ ■ □	■ □	□
свинина		■	■ ■	■	
гуси	■ ■	■ ■	■ ■	■ ■	
куры	■ ■	■ ■	■ ■	■ ■	
утки	■ ■	■ ■	■ ■	■ ■	
яйцо домаш- ней птицы	■ ■ ■	■ ■ ■	■ ■ ■	■ ■ ■	
<b>всего продуктов</b>	<b>42 + 13</b>	<b>43 + 18</b>	<b>48 + 32</b>	<b>34 + 38</b>	

**Условные обозначения:**

н - натуральные

п - покупные

**Частота употребления продуктов:**

■ □ - эпизодическое

■ ■ □ □ - сезонное, частое

■ ■ ■ □ □ □ - систематическое



**Рисунок 1**

**Динамика и структура пищевого комплекса русских старожилов  
сел Лермонтово и Фиолетово**

**1 - продукты и блюда, традиционные для пищевого комплекса русских**

**2 - заимствованные продукты и блюда, а также те, что возникли в XX в.**

**3 - покупные продукты**

**4 - продукты и блюда, вшедшие ныне из употребления**

В ходе составления матрицы объем данных группируется по 8 параметрам:

- продукты, блюда,
- к какому комплексу (земледельческому или животноводческому) относятся,
- исторический период их употребления,
- частота употребления (систематически употребляемые или эпизодические),
- свои-покупные (рис. 1).

Такая матрица дает представление об основной структуре изучаемого пищевого комплекса и происшедших в нем изменениях приблизительно за 150 последних лет.

В ее центре представлены культуры и производные от них продукты земледельческого комплекса, составляющие основу питания, а также изготавливаемые из этих продуктов блюда - "основные" (систематически употребляемые) и "дополнительные" (редко употребляемые, сезонные). Дальше идут блюда, включающие в себя компоненты как растительного, так и животного происхождения; блюда, для приготовления которых использовались только продукты животного происхождения (также с подразделением на основные и дополнительные); и наконец - продукты животноводческого комплекса.

## **Продукты земледелия**

*Употребляемые постоянно со времени переселения в Закавказье:*

1. \* капуста (белокочанная);
2. морковь;
3. картофель;
4. свекла;

---

\* Порядковые номера соответствуют очередности расположения продуктов и блюд в диаграмме.

5. мука пшеничная;
6. дрожжи;
7. крупа гречневая;
8. крупа рисовая;
9. крупа пшенная;
10. крупа перловая;
11. крупа манная;
12. тыква;
13. сухофрукты;
14. мед;
15. огурцы;
16. подсолнечное масло;
17. фрукты (яблоки, груши, вишня...);
18. грибы;
19. ягоды (клубника, смородина, малина);
20. мята, хмель;
21. дикорастущие травы;
41. соль;
42. перец.

*Вышедшие из употребления:*

22. ржаная мука;
23. льняное масло;
24. конопляное масло;
25. мука гречневая.

*Заимствования и инновации:*

26. чай байховый;
27. сахар;
28. пареная свекла;
29. крупа кукурузная;
30. кабачки;
31. баклажаны;
32. фасоль;
33. листья винограда;
34. пряности и специи;
35. чеснок;

36. петрушка;
37. кишнец;
38. перец болгарский;
39. лук;
40. помидоры.

### **Блюда на основе продуктов земледельческого и скотоводческого комплексов**

*Употребляемые эпизодически:*

43. икра (баклажаны, кабачки, лук...);
44. курага;
45. пироги (с творогом, картошкой, морковью...);
46. хлеб (собственной выпечки);
47. кулеш;
48. окрошка;
49. супы (мясо, рис, лук);
50. щи (картофель, капуста, морковь...);
51. аджика.

*Употребляемые систематически:*

52. квашеная капуста;
53. борщ;
54. вареный картофель;
55. жареный картофель;
56. блины;
57. саламата;
58. затирушка;
59. вареники;
60. лапша;
61. квас;
62. каша;
63. плов;

64. харчо;
65. долма;
66. соленые огурцы;
67. лобио;
68. варенья;
69. компоты;
70. чай (из дикорастущих);
71. мамалыга;
72. жареные кабачки;
73. печеные, тушеные баклажаны;
74. перец болгарский запеченый;
75. соусы;
76. мясо с картошкой;
77. яичница с помидорами;
78. молоко свежее коровье;
79. простокваша;
80. творог;
81. мацони;
82. масло сливочное (в том числе топленое);
83. сыры;
84. пахта.

### **Мясные и рыбные блюда, употребляемые эпизодически**

85. кишки, начиненные печенью и гречкой;
86. уха из форели;
87. жареная форель;
89. шашлык,
90. жаркое из дичи;
91. уха.

### **Продукты скотоводства, охоты и рыбной ловли**

92. говядина;

93. яйца;
94. молоко овечье;
95. молоко козье;
96. сливки;
97. форель;
98. рыба (сазан, карась, сиг и др.);
99. медвежатина;
100. мясо копытной дичи (джейран, кабан);
101. мясо дикой птицы (куропатка, перепел);
102. баранина;
103. козлятина;
104. коворма;
105. домашняя птица (куры, утки, гуси);
106. курдючное сало.

Целостность пищевого комплекса, представляемого на основе собранных материалов, в значительной степени условна, особенно на нынешнем этапе социально-экономического и культурного развития, когда система и номенклатура питания каждой семьи в известной степени индивидуальна. В прошлом, особенно в период единоличного хозяйствования, приблизительно до середины 30-х годов нашего столетия, питание отдельных семей дифференцировалось в зависимости от уровня личного благополучия. Однако это не исключает вероятности выявления общих закономерностей в питании жителей описываемых сел. Так или иначе, но в целом возможности получения и использования продуктов питания всегда были ограничены определенными рамками, что связано не только с этапами хозяйственно - экономического развития, но и со сложившимися культурно - историческими и природными условиями существования каждого конкретного села или группы сел.

- Алексеева Т.И.** Географическая среда и биология человека. М., 1977.
- Алексеева Т.И.** Адаптивные процессы в популяциях человека. М., 1986.
- Алексеева Т.И.** Антропозокологическое изучение различных районов мира // Проблемы экологии человека. М., 1986а.
- Арутюнов С.А., Мкртумян Ю.И.** Проблема классификации элементов культуры (на примере армянской системы питания) // 1981. СЭ. 1981, N4.
- Берг Л.С.** Всесоюзное географическое общество за сто лет. 1845-1945. М.-Л., 1946.
- Бабенко В.Я.** Пища украинского населения Башкирии // СЭ. 1989. N2.
- Борисенко В.К.** Пища польских крестьян Подолии (конец 19 - начало 20 века) // СЭ. 1973, N3.
- Власова И.В.** Программа для собирания сведений по вопросам: "Крестьянская община и семья. Структура и состав общинных и семейных коллективов. Поземельные и имущественные отношения" (на примере областей европейского Севера) // Русские: семейный и общественный быт. М., 1989.
- Григулевич Н.И.** Этноэкологическое исследование локальных пищевых комплексов русских старожилов Армении // СЭ. 1990. N1.
- Громов Г.Г.** Методика этнографических экспедиций. М., 1966. С. 83.
- Громько М.М.** Традиционные нормы поведения и формы общения русских крестьян 19 в. М., 1986. С. 16.
- Дубова Н.А., Лебедева Н.А., Оборотова Е.А., Павленко А.П.** Адаптация русских старожилов в Азербайджане // СЭ. 1989. N5.
- Духоборцы и молокане в Закавказье. М., 1992.
- Жданко Т.А.** Этнические общности и этнические процессы в дореволюционной России//Современные этнические процессы в СССР. М., 1977.
- Императорское Русское Географическое Общество. Программа для собирания сведений по этнографии. СПб., б. г. С. 7.
- Кантария М.В.** Экологические аспекты традиционной хозяйственной культуры народов Северного Кавказа. Тбилиси. 1989.
- Козлов В.И., Комарова О.Д., Степанов В.В., Ямсков А.Н.** Проблемы адаптации русских старожилов в Азербайджане (середина 19 - 20 вв.) // СЭ. 1988. N6.
- Кремлева И.А.** Программа сбора материала по похоронно-поминальным обычаям и обрядам // Русские: семейный и общественный быт. М., 1989.
- Крупник И.И.** Питание и экология хозяйства ненцев большеземельской тундры в 20-х годах 20 в. // Некоторые проблемы этногенеза и этнической истории народов мира. М., 1976.



- Крупник И.И.** Арктическая этноэкология. Модели традиционного природопользования морских охотников и оленеводов Северной Евразии. М., 1989.
- Листова Т.А.** Программа сбора материала по обычаям и обрядам, связанным с рождением ребенка // Русские: семейный и общественный быт. М., 1989.
- Лыкошин Н.С.** Результаты сближения русских с туземцами // Туркестанский календарь за 1904 г. Ташкент, 1904.
- Пикон-Ретею Е.** Пища и питание у высокогорных популяций // Биология жителей высокогорья. М., 1981.
- Программа для собирания сведений по этнографии // Этнографический сборник. СПб., 1853. N1.
- Программа этнографического изучения колхозов. Л., 1930.
- Программа Юго-Западного Отдела Императорского Русского Географического Общества для собирания сведений по этнографии. Без года и места издания.
- Программы и инструкции по монографическому обследованию деревни. Л., 1927.
- Русские старожилы Азербайджана: материалы по этнической экологии. М., 1990. Т. 1, 2.
- Смирнов И.** Обрусение инородцев и задачи обрусительной политики // Исторический вестник. 1892. Т. 47.
- Смирнов И.** Программа для собирания сведений об обрусении инородцев Восточной России // Известия общества археологии, истории и этнографии при Казанском Университете. Казань. 1892а. Т. 10. Вып. 5.
- Тенишев В.Н.** Программа этнографических сведений о крестьянах Центральной России. Смоленск, 1897. С. 112-113.
- Токарев С.А.** К методике этнографического изучения материальной культуры // СЭ. 1970. N4. С. 5.
- Тумайкин В.П.** О некоторых особенностях материальной и духовной культуры закавказской мордвы // Материальная и духовная культура мордвы в 18-20 в. Саранск, 1978.
- Уайнер Дж.** Экология человека // Биология человека. М., 1979.
- Фирсов Б.М.** "Крестьянская" программа В.Н.Тенишева и некоторые результаты ее реализации // СЭ. 1988. N4. С. 47.
- Харузин И.Н.** К вопросу об ассимилятивной способности русского народа // Этнографическое обозрение. 1894. N4.
- Шмелева М.Н.** Полевая работа и изучение современности // СЭ. 1985. N4. С. 45.
- Этнографический сборник. СПб., 1853, N1. С. 5.
- Bennet I.W.** The Ecological Transition: cultural Anthropology and Hunam Adaptation. N.Y., 1976.
- Cohen Y.A.** Man in adaptation. The Biosocial Background. Chicago, 1968.
- Cohen Y.A.** Man in adaptation. The cultural Present. Chicago, 1974.

- Melichar L.** The integration of traditional meals into modern Austrian cuisine // Abstracts. 12 International Congress of Anthropological and Ethnological Sciences. Zagreb. 1988.
- Norum K.R.** Ways and means of influencing national nutritional behavior experience from the Norwegian nutrition and food policy // Influence of modern style of life on food habits of man. Basle. 1985. P. 29-43.
- Somek-Machala B.** The reflection of cultural changes on the nutrition of the population on sulta borders // Abstracts. 12 International Congress of Anthropological and Ethnological Sciences. Zagreb. 1988.



## ТРАДИЦИОННОЕ ПИТАНИЕ И ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ ЖИЗНИ

**И**с научной и с практической точек зрения важно знать, как происходил отбор определенных элементов питания, методов их обработки и потребления. Результаты подобных исследований могут служить основой ретроспективного анализа условий жизни и питания населения в различных регионах. Такой анализ был проведен, например, для выявления факторов долгожительства (Григулевич, 1989). При этом мы исходили из тех соображений, что феномен долгожительства наряду с другими причинами может являться следствием каких-то особых экологических взаимосвязей людей с природой, важнейшей составляющей которых является система питания.

Известно, что азербайджанское, особенно сельское, население, характеризующееся высоким процентом долгожителей, отличается традиционными взаимосвязями со средой. Поэтому проблема питания в связи с изучением феномена долгожительства рассматривается нами в рамках этнической экологии. По В.И.Козлову "этническая экология - научная дисциплина, расположенная на стыке этнографии с экологией человека и имеющая зоны перекрытия с этнической географией, этнической антропологией и этнической демографией. Она ставит своей задачей изучение особенностей традиционных систем жизнеобеспечения этнических групп и этносов в целом в природных и социо - культурных условиях их обитания, а также влияния сложившихся экологических взаимосвязей на здоровье людей; изучение специфики использования этносами природной среды и их воздействия на эту среду, традиций рационального природопользования, закономерностей формирования и функционирования этноэкосистем" (Козлов, 1983).

На наш взгляд, изучение питания является составной частью следующих задач, которые поставлены перед этнической экологией:

- изучение особенностей традиционных систем жизнеобеспечения этнических групп и этносов в целом в природных и социокультурных условиях их обитания;
- влияние сложившихся экологических взаимосвязей на здоровье людей;
- изучение специфики использования этносами природной среды и их воздействия на нее.

Мы рассматриваем лишь некоторые компоненты традиционных систем питания, а именно те, которые могут быть проанализированы с точки зрения концепции этнической экологии. Нас будет интересовать прежде всего повседневная пища сельского населения, и соответственно освещение таких вопросов, как ритуальная, обрядовая и праздничная кухня уйдет на второй план.

Как известно, в ведении домашнего хозяйства ведущая роль принадлежит женщине. Особенно это касается тех районов, в которых процент женщин, занятых в общественно-полезном труде, сравнительно низок. Женщины смотрят за домом, следят за тем, чтобы дети и старики получали соответствующую их возрасту пищу, поддерживают и передают следующим поколениям традиции питания. Формирование навыков приготовления пищи издавна являлось важной составляющей процесса воспитания девочек в сельских семьях. В особенности это относится к семьям, где матери работают.

Информаторами мы выбирали женщин-домохозяек, на которых лежит обязанность готовить на всю семью. При этом возраст интервьюируемой не имел решающего значения. Как правило это женщины среднего и пожилого возраста. Но бывают исключения из общего правила. Так, однажды в Азербайджане я столкнулась с тем, что 14-летняя девочка готовили пищу на семью из 9 человек.

Для традиционного питания сельских жителей Азербайджана характерна молочно - растительная основа при умеренном использовании мясных продуктов. В чем состоят особенности повседневной пищи азербайджанцев как составляющей традиционной системы жизнеобеспечения данной этнической группы? Прежде всего рассмотрим вопрос об употреблении молочных продуктов. В каждом приусадебном хозяйстве, как правило, имеется несколько голов крупного и мелкого рогатого скота, молоко которого идет в пищу данной семьи. По нашим полевым материалам, в Уджарском, Зардобском и Ахсуинском районах в пищу в основном употребляется коровье, буйволиное и овечье молоко. Предпочтение отдают буйволиному молоку, как более жирному. Все молоко, полученное от разных видов животных, смешивают и затем подвергают кипячению. В цельном виде его употребляют обычно во время завтрака, по 1-2 стакана на человека, особенно его предпочитают дети и старики. Оставшееся молоко заквашивают небольшим количеством ранее приготовлен-

ного кислого молока, получая гатых, аналогичный армянскому мацуну и грузинскому мацони.

На семью из 8 человек ежедневно заквашивают 2 казана по 7 л, получая 14 л гатыха. Нас заинтересовал вопрос, как делают закваску для гатыха, когда от предыдущей порции кислого молока ничего не остается? Данные, полученные от нескольких информаторов, сводятся к следующему: в кипяченое молоко, предварительно охлажденное приблизительно до температуры 36°C, добавляют одну из четырех заквасок:

- кусочек сливочного масла собственного приготовления;
- 1 столовую ложку кипяченой (предпочтительно родниковой или профильтрованной через известняковый фильтр) воды;
- несколько свежесорванных веточек тутовника;
- 1 каплю лимонного сока на стакан молока.

Через сутки эту закваску выливают в казан.

Чаще всего гатых, как уже отмечалось, заквашивают небольшим количеством оставшегося кислого молока. В случае его отсутствия применяют один из вышеперечисленных способов, либо берут немного гатыха у соседей, при этом обязательно дают им взамен соль. Вообще, следуют заметить, что почти все молоко, получаемое в хозяйствах Уджарского, Ахсуинского и Зардобского районов, идет на приготовление гатыха, который используется в натуральном виде, а также служит субстратом для приготовления других традиционных молочных продуктов. В то же время в Шекинском районе семьи зачастую покупают молоко и сыр в магазине, причем молоко целиком перерабатывается в масло. Похожая ситуация складывалась и в Агдамском районе.

Как показывают наши полевые материалы, чаще всего в пищу идет гатых, полученный из снятого молока, а пенки - каймак употребляют в свежем виде или добавляют к гатыху при сбивании масла. Это увеличивает выход послед-

него. Пенки - любимое блюдо детей и стариков, их поливают медом и подают на завтрак.

Из гатыха делают и сыр-пендир. Гатых доводят до кипения, иногда в конце добавляют немного айрана. Через 10 минут содержимое казана переливают в полотняный мешок и дают стечь. Сухой остаток выкладывают на специальную тростниковую циновку, через которую сыворотка стекает в плоское блюдо - чатан. Затвердевшую массу режут на куски, получая сыр - пендир. Иногда в пендир добавляют семена "черной воды" (кара чорэк оту). В Уджарском и Зардобском районах хозяйки предпочитают делать пендир из смеси коровьего и буйволиного молока, а в Агдамском лучшим считается пендир из овечьего молока. Реже для его приготовления используется козье молоко.

Гатых, приготовленный из цельного молока, наливают в традиционную глиняную маслобойку (нэгрэ), добавляют воду и сбивают масло; иногда масло сбивают из молока. В одном из селений Ахсуинского района в июле 1983 г. мы наблюдали интересный случай применения бытовой техники (в данном случае это была стиральная машина) в традиционном хозяйстве. В стиральную машину наливают предварительно прокипяченное молоко и сепарируют сливки, которые накапливают обычно в течение недели и хранят на холоде или в холодильнике (если он имеется). Накопленные сливки помещают в негрэ, добавляют к ним воду и сбивают масло. Из 5 л сливок обычно получают 0,5 кг масла. Масло, как правило, перетапливают, солят и хранят на холоде в стеклянных или глиняных глазурованных сосудах.

Сыворотку разбавляют водой, солят и охлаждают, получая айран - традиционный прохладительный напиток, используемый преимущественно в теплое время года. В грузинской кухне айрану соответствует до, в армянской - тан. Зимой айран идет в основном на приготовление творога - шора. Айран, нагретый до кипения, ставят на сутки в прохладное место. Осевшую на дно массу кладут в холщевый мешок под гнет. В готовый шор кладут укроп и

соль. Из 10 л айрана получается 2 кг шора, который, как и пендир, хранится в мотал - бурдюках из овечьей шкуры.

Так как в пищевом рационе азербайджанцев молоко и молочные продукты издавна занимают большое место, естественно, возникла необходимость их обработки с целью увеличить сроки хранения, в особенности летом. К таким способам обработки молочных продуктов относится изготовление всевозможных сыров, а также сухой сыворожки (гуруда). Способ выработки гуруда прост: айран процеживают в тканевых мешках, сильно отжимают и из полученной гущи (сузме) катают шарики. Гуруд сушится на особой подставке и хранится в мешках. При размалывании шариков получается порошок белого цвета, который хорошо растворяется в воде. Гуруд для длительного хранения также помещают в мотал.

Таким образом, как видно из вышеизложенного, азербайджанская традиционная кухня очень рационально использует молоко и молочные продукты. В пищу идет даже молозиво, которое отличается от молока повышенной кислотностью, большим содержанием сухих веществ и витаминов, содержит большое количество иммунных тел и антитоксинов.

В первый день после отела из молозива готовят агыз: на 0,5 л молозива добавляют 0,5 л молока и упаривают на медленном огне в течение часа. На второй и третий день из молозива, уже не добавляя молока, готовят буламу.

Для азербайджанской кухни очень характерен кисломолочный суп - довга, составными компонентами которого, кроме гатыха или айрана, являются рис, горох, мука, а также набор трав: лебеда, укроп, кишнец, мята, базилик, шпинат, пастушья сумка, мокрица. На 1 л айрана добавляют 100-150 г муки. Иногда в довгу разбивают 3-4 яйца. Подают довгу обычно в теплом виде. По другому готовится атлама: в гатых добавляют немного воды, зеленый лук, огурцы, рэйхан, соль. Употребляют атламу в холодном виде. Довга и атлама являются повседневными блюдами, в особенности в теплое время года, практически во всех об-



следованных нами районах. Кроме того, гатых с толченым чесноком подается ко многим блюдам, а без чеснока - в конце обеда, в особенности после жирной тяжелой пищи.

Остановимся подробнее на пищевой и биологической ценности молока. Прежде всего она заключается в оптимальной сбалансированности его компонентов, их легкой усвояемости и высокой используемости для построения новых клеток, что делает молоко незаменимым продуктом питания человека. Особенно это касается крайних возрастных категорий - детей и людей преклонного возраста. Жиры молока содержат дефицитную арахидоновую кислоту и встречающийся только в нем белково-лецитиновый комплекс. Углеводы молока представлены своеобразным сахаром - лактозой, ни в каких других продуктах не встречающейся. Кальций молока является наиболее усвояемым из всех существующих в природе. Общая сбалансированность всех веществ, входящих в состав молока, характеризуется антисклеротической направленностью, которая оказывает нормализующее действие на уровень холестерина в крови.

Особенно высокими пищевыми и энергетическими свойствами обладает буйволиное и овечье молоко (Петровский, Ванханен, 1982). Его потребление широко распространено в быту сельских азербайджанцев. Так, овечье молоко имеет большее по сравнению с коровьим содержание белка и в особенности жира, что обуславливает его большую калорийность. Молоко буйволицы содержит почти в 2 раза больше жира и в 1,5 раза больше белка, чем коровье. Молочные глобулины обладают антибиотическими свойствами и являются фракцией сывороточных белков, в которую входят антитела. Носителями иммунологических свойств являются эвглобулины и псевдоглобулины. В белке сыворотки молока содержится около 10 % эвглобулина и псевдоглобулина, в молозиве их количество резко возрастает, достигая 90 % .

Усвояемость молочнокислых продуктов выше, чем молока. Под действием желудочного сока белок молока коагулирует в виде крупных плотных частиц, а при приготовлении молочнокислых продуктов под влиянием молочной кислоты образуются мелкие хлопья, более доступные действию ферментов пищеварительного тракта. Диетические и лечебные свойства некоторых молочнокислых продуктов определяются тем, что молочнокислые бактерии (особенно ацидофильная палочка) легко перевариваются в кишечнике людей и, являясь антагонистом гнилостной микрофлоры кишечника, подавляют ее жизнедеятельность и тем самым оказывают благотворное действие на организм человека.

Очень ценным продуктом, получаемым путем молочнокислого брожения, является творог. Его особая физиологическая ценность определяется аминокислотным составом белка, содержанием липотропных веществ (метионин и холин), большим количеством солей кальция (Гигиена питания, 1971).

Следует подчеркнуть, что необыкновенное разнообразие молочных и кисло-молочных продуктов и способов их переработки, которые имеют место в азербайджанской традиционной кухне, ведет к практически полной утилизации белков молока, являющихся наиболее ценными белками животного происхождения. В особенности это относится к белкам молочной сыворотки, которые в процессе промышленной переработки молока зачастую теряются, идут в отходы. Кроме того, известно, что белок пшеницы не идеален для питания, так как в нем мало лизина и триптофана - двух важнейших незаменимых аминокислот. Это обстоятельство приобретает особое значение, при таком широком употреблении в пищу пшеничного хлеба, как это имеет место у азербайджанцев. Полная же утилизация белков молока при потреблении традиционной пищи позволяет компенсировать этот существенный недостаток.

Переходя к анализу потребления хлеба и зернобобовых продуктов, следует сказать, что на территории Азербайджана зафиксированы различные виды тендиров для выпечки хлеба: дойле тендир, бадлы тендир и кэрпич тендир (Каракашлы, 1964). В обследованных нами районах распространен в основном бадлы тендир, стены которого обкладывают жгутом - бадом.

Хлеб выпекают из пшеничной муки (ячмень, просо и полба вышли из употребления и используются только на корм скоту). Тесто (мука, вода, соль и дрожжи) после замеса подходит в течение трех часов, затем его выпекают в тендире. Как правило, тендир расположен на хозяйственном дворе, в некотором удалении от жилых и хозяйственных построек (во избежание пожара). Перед тем, как печь хлеб, тендир топят сушняком в течение получаса. За 15 минут хозяйка выпекает 16-17 чуреков из расчета на семью, состоящую из 12 человек. Этого хлеба хватает на три дня. Вес каждого чурека приблизительно равен 1 кг. Хлеб хранят в кастрюле с плотно закрытой крышкой. Таким образом, в день на человека приходится около 500 г хлеба. Кроме того, пшеничная мука используется для приготовления лапши, пельменей, пирогов, первых и вторых блюд.

Высокое потребление хлеба и мучных продуктов имеет большое значение, так как в питании человека они являются основным источником растительного белка и углеводов, а также витаминов группы В и минеральных солей. За счет зерновых продуктов обеспечивается не менее 40 % суточной потребности организма в белке.

Основная ценность зерновых продуктов заключается в высоком содержании в них углеводов, которые представлены в основном в виде крахмала. При обычном смешанном питании только за счет зерновых продуктов в течение суток организм получает около 1600 мг фосфора и 2000 мг магния, которые в значительной степени удовлетворяют потребность организма в этих веществах. В 100 г зерновых продуктов содержится 0,4-0,7 мг тиамина, около 0,2

мг рибофлавина и 2-5 мг ниацина (Петровский, Ванханен, 1982). Дефицит лизина и триптофана в белке пшеницы, как уже отмечалось выше, компенсируется за счет более полного усвоения белков молока.

Особое место отводится в азербайджанской кухне бобовым (в основном это горох и фасоль). Они используются при приготовлении первых и вторых блюд как повседневного, так и праздничного рациона. Содержание белка в них достигает 23% (по сравнению с 10-12% в зерновых культурах), жира - 2%, углеводов - 60%.

Что касается животного белка, то в Уджарском, Зардобском и Ахсуинском районах в пищу употребляют в основном говядину и баранину, а также телятину. Очень редко - козлятину, которую считают менее вкусной и менее престижной. Ни при каких условиях в пищу не идет мясо буйволов и, конечно, свинина. Последний продукт - ввиду религиозных запретов. Вообще, по нашим полевым материалам, наиболее престижной и желательной считается баранина, но в быту сельские азербайджанцы чаще употребляют в пищу мясо домашней птицы. Баранина и говядина поступают на стол как из своего хозяйства, так и через госторговлю.

Мясо и мясные блюда занимают весьма значительное место в пищевом рационе азербайджанцев. Так, некоторые долгожители уверяли нас, что их самой любимой пищей является именно мясная. Но на практике, в особенности в теплое время года, мясной рацион довольно ограничен. Так, в среднем на семью приходится приблизительно 3-4 кг мяса в неделю, причем, как правило, это мясо птицы. В пищу идет вареное, запеченое и жареное мясо. Жарят его, как правило, на топленом масле. Варка и тушение - самые распространенные способы тепловой обработки мясных продуктов. По традиции самым престижным способом приготовления мяса является запекание его на вертеле. По-видимому, этот способ и один из наиболее древних. Шашлык из мяса или птицы не только ри-

туальное и гостевое блюдо, но и любимая пища сельских жителей, а также пастухов.

Говоря о биологической ценности мяса, следует сказать, что оно содержит такие белки, как миозин (около 50%), актин (около 15%), глобулин (около 20%). Из минеральных веществ преобладают калий, фосфор, железо. Значительно меньше в нем натрия и кальция. В мясе есть почти все витамины, причем некоторые из них в количествах, существенных для организма. Эти данные позволяют считать мясо одним из важнейших продуктов питания (Гигиена питания, 1971).

Среднее содержание белка в мясе птиц составляет около 18-20%; в мясе индеек содержание белка наиболее высокое - 24,7%. По аминокислотному составу белки мяса птицы относятся к высокоценным, содержащим все незаменимые аминокислоты, сбалансированные в оптимальных отношениях. Они в больших количествах содержат стимулирующие рост аминокислоты - триптофан, лизин, аргинин. Особенно много в мясе птицы глутаминовой кислоты, которая принимает активное участие в освобождении организма от продуктов распада белка, прежде всего от аммиака.

Жиры птиц богаты ненасыщенными жирными кислотами, что делает их биологически активными. Высокое содержание непредельных жирных кислот определяет их низкую температуру плавления, а следовательно, более легкую перевариваемость и усвояемость. При оценке минерального состава куриного мяса сравнительно с говяжьей можно отметить, что куриное мясо содержит в 3 раза больше железа и несколько богаче фосфором и серой. Оно является ценным источником витаминов группы В, особенно витамина В12, фолиевой кислоты и никотинамида. (Гигиена питания, 1971).

В качестве основы для изготовления первых блюд, как правило, используются мясные или костные бульоны. Первые блюда в азербайджанской кулинарии по своей консистенции являются более концентрированными и гус-

тыми, чем обычные супы, так как в них обычно содержится небольшое количество бульона. Другой характерной особенностью азербайджанских жидких кушаний является заправка мелко нарезанным курдючным жиром, а также сдабривание разными специями и пряностями.

Определенное место в пищевом рационе азербайджанцев занимает рыба, главным образом среди населения, проживающего в районах, прилегающих к Каспийскому морю и к рекам, впадающим в него. В Каспии вылавливают различные виды сельди, а также каспийского лосося, осетра, севрюгу, белугу, кутума, судака и других рыб. Вокруг Куры и Аракса много озер и заполненных водой низин, где идет нерест и выкормка воблы, сазана, леща, щуки, сома, судака. После зарегулирования стока Куры большинство придаточных водных систем высохло и площадь нерестилищ сократилась, что привело к уменьшению уловов.

В традиционной азербайджанской кулинарии существовал запрет на употребление в пищу рыбы без чешуи (осетровых, например). В настоящее время его придерживаются в основном люди старшего поколения. Рыбу жарят на вертеле, варят из нее уху, вялят и коптят.

Традиционным является употребление в пищу культурных и дикорастущих фруктов, овощей, орехов, ягод и трав. Их употребляют в свежем виде, для приготовления первых и вторых блюд, а для длительного хранения перерабатывают различными способами. Овощи засаливают и маринуют, из фруктов варят варенье, компоты, делают турш-лаваш (род кислой приправы), а из сока винограда, граната и тутовника готовят бекмез и дошаб (уваренные соки с добавлением сахара).

Для азербайджанской повседневной кухни характерно умеренное по сравнению с кухней других закавказских народов употребление пряностей: черный и душистый перец, имбирь, гвоздика, ваниль, шафран, сумач. Шафран добавляют в плов, пити, халву, тмин - в шор. Лавровый лист, черный перец и уксус используют для приготовления

маринада. Из перебродившего сока зеленого винограда делают виноградный уксус, а из гранатового сока - нар шараб.

Наряду с традиционными, широко распространенными среди азербайджанцев напитками (чай, айран, шербет) можно отметить некоторый рост в последнее время потребления спиртного, чего прежде совершенно не было. Он произошел прежде всего за счет водки, коньяка и некоторого количества виноградных вин.

Таким образом мы видим, что повседневная пища сельских азербайджанцев в значительной степени сохраняет традиционные черты. В ней, как и в конце XIX - начале XX в., преобладают зернобобовые и кисломолочные продукты, а также продукты растительного происхождения при значительной доле мясных продуктов.

Теперь рассмотрим, как влияют сложившиеся экологические взаимосвязи и традиционное питание сельских азербайджанцев на здоровье людей.

Во многих районах Азербайджана распространена патология щитовидной железы, связанная с йодной недостаточностью в окружающей среде, особенно в почве и воде. Заболеваемость усиливается, если к этому добавляются антисанитарные условия жизни, недостаточное и однообразное питание, дефицит витаминов. Зобная эндемия, встречаясь в основном в предгорных полосах Большого и Малого Кавказа, распространена в районах, расположенных на северном и южном склонах Кавказских гор (Кусары, Куба, Закаталы, Белооканы). Таким образом, очаги зоба чаще всего находятся в предгорных районах на высоте 600-800 м над уровнем моря. В качестве профилактики и лечения население снабжают йодированной солью, что наталкивается на определенные трудности, так как оно издавна привыкло пользоваться каменной солью, добываемой в Нахичевани, и неохотно принимает морскую. В данном случае налицо пример отрицательного влияния традиции на здоровье.

Известно вредное воздействие рафинированных продуктов на человеческий организм. По традиционной технологии азербайджанцы выжимали растительное масло из семян масличных растений, при этом оно содержало очень много сопутствующих веществ, или, как теперь говорят, структурной информации (Брехман, 1976). В наше время масло извлекается органическими растворителями, после чего необходима очистка от них, которая уносит много ценных компонентов из этого очень полезного продукта.

Еще в сравнительно недавнее время потребность в сладком удовлетворялась за счет плодов, фруктов, меда и других даров природы. В последние десятилетия население перешло на очищенный сахар, содержащий 99,7% сахарозы. Организм очень быстро насыщается им, и когда выходят из строя компенсаторные механизмы возникает опасность сахарного диабета. В сельских районах Азербайджана до некоторой степени сохраняются традиции употребления фруктов, сухофруктов и меда как заменителей сахара. Но и здесь мы отметили опасную тенденцию увеличения потребления рафинированного сахара.

В последнее время, несомненно, возросло потребление продуктов фабричного изготовления, в том числе кондитерских изделий, в селениях (в основном равнинных), расположенных близко от крупных райцентров. В целом в Азербайджане потребление сахара с 1950 по 1965 г. возросло более чем в 5,4 раза, кондитерских изделий - более чем в 2,5 раза (Ахмедов, 1968).

В традиционном питании азербайджанцев особая роль принадлежит чаю, который не только используется как напиток, прекрасно утоляющий жажду, но и является непременной составляющей любой трапезы. Чай подается не только в конце, но и в начале сколько-нибудь значительного приема пищи. Систематическое употребление свежезаваренного чая способствует накоплению витамина С в печени, почках, селезенке, надпочечниках, что облегчает работу этих органов у здорового человека и помогает бы-



стрее излечивать их в случае заболевания. В особенности это важно в условиях жаркого климата Азербайджана, когда под воздействием высоких температур витамины быстро разрушаются.

Чай вызывает расширение кожных пор, содействует интенсивному потоотделению, а это в свою очередь снижает поверхностную температуру кожи, предотвращая тепловой удар. На Р - витаминном эффекте катехинов основано использование чая (в первую очередь зеленого) против разного рода лучистых воздействий: при солнечных ударах, кварцевых ожогах (Похлебкин, 1985). Таким образом ясно, что чай очень полезен, особенно в условиях жаркого климата, который, кстати, распространен на половине площади Азербайджана (равнины и предгорные зоны).

Не вызывает сомнения тот факт, что целебные свойства чая в значительной мере зависят от качества воды, используемой для заварки. Как правило, сельские жители равнин воду берут из рек, обводных каналов и артезианских скважин, отстаивают и процеживают через известняковый фильтр. В горах воду забирают из источников, используя для этого традиционные сосуды для переноски воды. Широко используется также вода минеральных источников. К сожалению, за неимением достоверных данных мы не можем подробно проанализировать качественный состав питьевой воды. Отметим лишь, что санитарное состояние источников водоснабжения крайне неудовлетворительное, и это, безусловно, является одной из причин сравнительно широкого распространения желудочно-кишечных заболеваний. В ряде населенных пунктов в связи с изменением водоснабжения и уменьшением содержания фтора резко возросла поражаемость зубов кариесом. (Ахмедов 1968).

Что касается зависимости традиционного питания от специфики использования этносами природной среды, необходимо подчеркнуть следующее: наиболее четко эта зависимость проявлялась в первобытном обществе как на стадии охоты и собирательства, так и на начальной ста-

дии земледелия и животноводства, когда использовались растения и животные, распространенные в местной флоре и фауне (Козлов, 1977). Богатство Восточного Закавказья как пернатыми, так и млекопитающими животными еще со времен глубокой древности обусловило значительную роль охоты в хозяйстве местного населения. При археологических раскопках древних поселений и погребений в Азербайджане были найдены костные остатки не только домашних животных и птиц, но и диких: джейранов, оленей, кабанов и птиц.

И в наши дни в некоторых районах республики существенной добавкой к столу является мясо диких животных (джейрана, горного козла, тура), а также мясо фазанов, турачей, куропаток, перепелок, диких гусей и уток. Все долгожители, с которыми довелось беседовать, отмечали падение численности диких животных и птиц, что вероятнее всего объясняется сокращением их естественных угодий в связи с хозяйственной деятельностью.

Весьма важную роль в повседневной пище сельских азербайджанцев всегда играли дикорастущие растения. Вплоть до недавнего времени сохранялось сезонное распределение пищи, и в частности дикорастущих растений. Весной, когда подходили к концу зимние запасы и резко ощущалась нехватка витаминов, дикорастущие играли важную роль, особенно в неурожайные годы. Наибольшее количество видов шло в пищу в отваренном виде. Так приготавливали сахаристые корни козлобородника, луковицы птицемлечника плосколистного, молодые стебли купены многоцветковой, листья щавеля и особенно дающий богатый слизью отвар портулака. Значительно меньшее количество видов шло в пищу в сыром виде. В качестве салата использовалась молодая зелень крапивы, кислого щавеля, пастушьей сумки, кресс-салата. Весной изготавливались традиционные пирожки (кутабы) из пшеничной муки с начинкой из мелко нарезанной зелени различных дикорастущих травянистых растений, тушеной на растительном масле.

Летом резко снижалось количество потребляемых дикорастущих растений, заменяемых молочным столотом. В это время года дикорастущие в основном заготавливались на зиму (засаливались или сушились). В наибольших количествах засаливали "пэки"- листовые черешки гипоматраума и других зонтичных. Сушили листья двух видов щавеля, чабрец, рэйхан, кузину крупнокорзинчатую, эфиопский шалфей и другие травы.

Осенью дикорастущие снова начинали играть важную роль в рационе; но это, как правило, были уже не травянистые части растений, а их плоды. Тогда же начиналась заготовка плодов на зиму и весну. Из алычи варили кислую пастилу - "турш-лаваш". Из плодов кизила делали уксус; сушеный кизил служил приправой к первым и вторым блюдам. Высушенные и протертые плоды сумаха служили непременной приправой к мясным блюдам. На варенье шли мелкие плоды дикого терна и тутовника.

Многие дикорастущие растения являлись одновременно лекарственными или тонизирующими. Будучи сами по себе малокалорийными, они содержали большое количество биологически активных веществ и витаминов. Систематическое поступление их в организм человека в сочетании со сравнительно низкокалорийной пищей, несомненно, способствовало лучшему приспособлению к экстремальным условиям окружающей среды.

Каких-то качественных различий в потреблении продуктов населением отдельных областей Азербайджана не наблюдается. Не так много потребляется фруктов и овощей в средне- и высокогорьях, особенно в местах, не имеющих хороших связей с рынками. Так как для низкогорно-предгорной зоны Большого Кавказа характерна традиционная приверженность садоводству, в этих местах потребление фруктов (груши, яблоки, а в предгорных равнинах - гранаты) значительно. С другой стороны, в послевоенное время площади садов значительно сократились. Многие селения предгорно-низкогорного пояса были целиком переориентированы на выращивание винограда. А

селения этой полосы составляют большую часть селений Азербайджана.

Попытаемся проанализировать некоторые элементы традиционного рациона с точки зрения их геродиетических свойств. При первом взгляде на проблему может создаться впечатление, что в современной науке о питании решены все основные вопросы. Разработаны определенные нормы потребления белков, жиров, углеводов, а также калорий, придерживаясь которых человек тем самым и будет осуществлять рациональное питание. Однако это далеко не так. Достаточно сказать, что эти нормы в разных странах сильно различаются. Как правило, они представляют некие средние величины, не учитывающие как национальные, так и экологические особенности того или иного региона.

Среди специалистов нет единого мнения по вопросу о влиянии того или иного рациона на здоровье человека вообще и пролонгирование жизни в частности. Так, по данным Д.Ф.Чеботарева, 8,4% обследованных долгожителей нашей страны придерживаются вегетарианской диеты, в более молодых группах населения этот процент существенно ниже (Чеботарев, 1979). Отсюда делается вывод, что у вегетарианцев выше шансы дожить до преклонного возраста. Действительно, наши полевые материалы свидетельствуют о том, что азербайджанские долгожители 40-45 лет назад были вынуждены ограничить свой рацион молочно-растительными продуктами. Весьма вероятно, что это тоже сыграло свою роль в появлении так называемого "скачка долгожительства" (Комарова,1989), наблюдаемого по переписи 1979 г., наряду с таким важным фактором, как "экологически чистая" пища, которая была доступна данному поколению долгожителей практически на всем протяжении его жизни.

В растительной пище содержатся активные компоненты, необходимые для жизнедеятельности человека. Она обладает следующими преимуществами: более высоким содержанием некоторых витаминов и минеральных ве-

ществ, благоприятным соотношением K/Na, способствующим профилактике гипертонической болезни; кроме того, растительные белки наряду с пектинами и аскорбиновой кислотой обладают противоатеросклеротическим действием. Растительные рационы обеспечивают организм щелочными веществами. При вегетарианстве менее выражены гнилостные процессы в кишечнике, по всей видимости, гнилостная флора кишечника подавляется эфирными маслами и другими компонентами растительной пищи (Конышев, 1985).

Как известно, дефицит балластных веществ в питании является одним из факторов, обуславливающих развитие ряда заболеваний: дивертикулеза и рака прямой кишки, диафрагмальной грыжи, желчнокаменной болезни, сахарного диабета, ожирения, атеросклероза. И наоборот, применение диеты, обогащенной овощами, в качестве основного лечебного агента при хронических заболеваниях пищеварительных органов дает очень хорошие результаты (Скуя и соавт., 1984). При этом на пищеварительный тракт действуют не только балластные вещества, но и витамины, минеральные вещества, эфирные масла и органические кислоты. Они воздействуют как на бактериальную флору, так и на общий обмен веществ.

Особенно значительна в растительном рационе роль чеснока (*Allium sativum*) и лука (*Allium cepa*). По-видимому, их начали выращивать в Центральной Азии еще в доисторическую эпоху. В написанном примерно в 1550 г. до н.э. египетском папирусе "Кодекс Эберса", посвященном медицине, в 22 из более чем 800 рецептов чеснок упоминается как эффективное средство при различных заболеваниях сердца, головной боли, а также при глистах, укусах насекомых и даже при раке. Во время первой и второй мировых войн чеснок использовали как антисептик для предупреждения гангрены. Было показано, что даже разбавленный в 125 тыс. раз сок чеснока подавляет рост ряда болезнетворных бактерий. Лук и чеснок обладают и антитромбозным действием. В 1970-е годы проводились рабо-

ты, в ходе которых выяснилось, что масла, выделенные из лука и чеснока, препятствуют агрегации тромбоцитов. Последующие эксперименты показали, что в качестве антитромбозного агента айоеен (вещество, выделенное из чеснока) не менее активен, чем аспирин (Блок, 1985).

Большой интерес представляют данные о воздействии активного ингредиента различных сортов перца - капсаицина на обмен веществ. Включение в рацион экспериментальных животных 5% красного перца (или 15 мг% капсаицина) вызывает снижение концентрации общих и нейтральных липидов и холестерина в печени (Sambaiah K., 1978). Капсаицин стимулирует моторику желудка, не влияя на секрецию. При однократной местной аппликации это вещество вызывает раздражение кожи и слизистых, но при постоянном системном или местном применении способствует понижению чувствительности к внешним воздействиям. Особое внимание обращает на себя гипотермический эффект капсаицина, что имеет важное значение для районов с жарким климатом (Virus, Jebhart, 1979).

Но, несмотря на все перечисленные достоинства, употребление чисто растительной пищи ведет к ряду нежелательных сдвигов в обмене веществ. Дело в том, что растительная пища характеризуется полным отсутствием витамина В12, относительно низким содержанием белков и их неблагоприятным аминокислотным составом, выражающимся в дефиците ряда незаменимых аминокислот (лизина, треонина и др.). Сырая растительная пища плохо поддается действию пищеварительных ферментов (Скурихин, Шатерников, 1983). Кроме того, растительные белки в отличие от белков мяса менее способны участвовать в строительстве животных клеток и поддерживать процессы их роста и развития.

Важнейшее свойство организмов, благодаря которому они сохраняются и развиваются в процессе эволюции, - это способность оставлять потомство достаточной численности. Употребление наряду с растительным и такого белка, который способствовал бы быстрейшему росту и

размножению, т.е. белка мяса, давало нашим предкам определенное преимущество перед теми, кто оставался на чисто растительной диете. Доисторический человек стал охотником - собирателем и перешел на смешанную пищу. С другой стороны, известно, что рационы с пониженной калорийностью и уменьшенным содержанием белка способствуют пролонгированию жизни экспериментальных животных при условии, что организм обеспечен витаминами и минеральными солями (Никитин, 1980). Экстраполяция этих и им подобных данных на человека требует большой осторожности, так как они получены в условиях экстремального воздействия с точки зрения современной геродиетики (Григоров и соавт., 1982).

\* \* \*

Возвращаясь к нашим полевым материалам, еще раз подчеркнем, что повседневная пища азербайджанцев в большинстве обследованных нами районов сохраняет архаические черты. Как правило, в ней преобладают зернобобовые и кисломолочные продукты, а также растительные и мясные продукты.

Что касается половозрастных различий в питании, то в наше время они практически сошли на нет. Обычай, когда женщины приступали к приему пищи после мужчин, в повседневном быту ушел в прошлое. Его следы иногда обнаруживаются в ритуальных и гостевых трапезах.

Пожилые люди и даже долгожители не обнаруживают каких-либо пищевых предпочтений. Напротив, в беседах с нами они нередко подчеркивали, что ни в чем себе не отказывают и питаются согласно сложившимся привычкам. Весьма вероятно, что именно эти привычки и особенности рациона того или другого этноса, остающиеся практически неизменными на протяжении жизни одного поколения, влияют на формирование того адаптивного типа, который со временем складывается в долгожительскую популяцию. В данном случае, по-видимому, большее значение

имеет не то, что и как едят, а соответствие поступающих с пищей веществ, сформировавшимся в процессе эволюции адаптационным механизмам.

- Ахмедов А.А.** Медико-географические особенности кариеса зубов в Азербайджанской ССР. М. 1968. С. 17.
- Блок Э.** Химические основы биологического действия чеснока и лука // В мире науки. 1985, N5. С. 59.
- Брехман И.И.** Человек и биологически активные вещества. М., 1976. С. 36. Гигиена питания. М., 1971. Т. 2. С. 80, 98, 145.
- Григоров Ю.Г. и соавт.** Особенности питания пожилых людей в Абхазии // Феномен долгожительства. М., 1982. С. 100.
- Григулевич Н.И.** Традиционное питание азербайджанцев и проблема долгожительства // Долгожительство в Азербайджане. М., 1989. С. 99-115.
- Каракашлы К.Т.** Материальная культура азербайджанцев северо-восточной и центральной зон Малого Кавказа. Баку, 1964. С. 108.
- Козлов В.И.** Этническая демография. М., 1977. С. 204.
- Козлов В.И.** Основные проблемы этнической экологии // СЭ. 1983. N1.
- Комарова О.Д.** Демографические аспекты изучения долгожительства в Азербайджанской ССР по материалам переписей населения // Долгожительство в Азербайджане. М., 1989. С. 26.1
- Коньшев В.А.** Химия и жизнь. 1985, N8. С. 41.
- Никитин В.Н.** Экспериментальные подходы к продлению жизни // Проблемы возрастной физиологии, биохимии и биофизики. Киев, 1980. С. 26.
- Петровский К.С., Ванханен В.Д.** Гигиена питания. М., 1982. С. 164, 179.
- Похлебкин В.В.** Чай: его типы, свойства, употребление. М. 1985. С. 58-59.
- Скурихин И.М., Шатерников В.А.** Как правильно питаться. М., 1983. С. 7.
- Скуя Н.А. и соавт.** Влияние "диеты с зеленью" на некоторые клинические и обменные показатели у больных с гастроинтестинальными заболеваниями // Вопросы питания. 1984, N6. С. 22.
- Чеботарев Д.Ф.** Прожить долго - проблема социальная // Здоровье мира. 1979, N3. С. 10.
- Sambaiah K., Satyanarayana M.N., Rao M.V.L.** Effect of red pepper (Chillies) and capsaicin on fat absorption and liver fat in rats // Nutrition Reports International. 1978. V. 18, N 5. P. 521-529.



**Virus R.M., Jebhart J.F.** Pharmacologic actions of capsaicin apparent involvement of substans P and seretonin // Life Sciences. 1979. V. 25. N15. P. 1273-1287.



## **КОНСЕРВАТИВНОСТЬ ПИЩЕВОГО КОМПЛЕКСА (на примере русских старожилов Грузии)**

**В** этой главе рассматривается традиционная пища духоборцев Грузии, которые из всех русских старожилов в Закавказье, пожалуй, в наибольшей степени сохранили свойственную им традиционную систему питания.

Мы приехали в высокогорный район Грузии, населенный выходцами из России - духоборцами и издавна называемый Духоборьем, в конце мая 1988 г. в день одного из самых почитаемых русскими праздников - Троицы.

Въезжая в районный центр - Богдановку, мы видели, как по улицам идут празднично одетые женщины - духоборки в белых платках, цветастых юбках и духоборских шапочках (истории традиционного костюма духоборцев Закавказья посвящена статья С.А.Иниковой "Особенности костюма кавказских духоборцев").

В Богдановке мы долго не задержались. Наш путь лежал дальше - в высокогорную Гореловку, бывший центр Духоборья. Гореловка поразила нас. Вдоль главной улицы тянулись старинные, крытые дерном дома, на крышах которых зеленела трава и цвели одуванчики. Степенные духоборцы и духоборки возвращались с праздничного моления.

В общей сложности мы проработали в Гореловке почти месяц. Успели побывать в окрестных духоборческих селах (Орловке, Спасовке), а также в отдаленных Тамбовке и Родионовке, которые расположены на берегу высокогорного озера Паравани.

Нам повезло, так как летом 1988 г. Гореловка, Орловка, Спасовка были вполне благополучными, их еще не коснулась массовая миграция, или даже бегство в Россию, к великому сожалению характерные для нынешних дней. По этим прекрасно сохранившимся русским селам можно было судить о былом высоком уровне благосостояния, который был характерен для духоборцев края.

В последнее время осложнившиеся на Кавказе и, в частности, в Грузии межэтнические взаимоотношения вынуждают духоборцев Грузии возвращаться на свою Родину, в Россию. Так, в Чернском районе Тульской области им выделили землю, на которой они пытаются восстановить духоборческий уклад жизни и не дать умереть традициям (Степанов, Сусоколов, 1991).

Когда русские крестьяне, исповедовавшие духоборческое учение, в начале прошлого столетия получили воз-

---

\* Желающих ознакомиться более подробно с проблемой миграции русского населения из Закавказья, я отсылаю к статьям, специально посвященным этой теме: А.Н.Ямсков. "Различия в профессиональном составе этнических групп и миграции" // Русские старожилы Азербайджана: материалы по этнической экологии. Москва, 1990. С.51-61; А.Н.Ямсков. "Этнические различия в социально-профессиональном составе сельского русского и коренного населения Закавказья" // Духоборцы и молокане в Закавказье. Москва, 1992 С. 144-161; О.Д.Комарова. "Современные миграции населения из русских сел Закавказья" // Духоборцы и молокане в Закавказье. Москва, 1992. С. 105-144.

возможность основать компактные поселения на Кавказе, они охотно ею воспользовались. Их не испугали расстояния, дикая природа и суровый климат высокогорного края, ставшего для них новой Родиной, иноэтническое окружение. Стоически перенесли переселенцы все тяготы нелегкого пути в первые, самые тяжелые годы жизни на новом месте.

Переселение всегда сопряжено с рядом трудностей, а в данной ситуации русские крестьяне встали перед необходимостью налаживать традиционное хозяйство в совершенно непривычных для них условиях высокогорья. Дело в том, что земли, отведенные духоборцам (Ахалцихский уезд Тифлисской губернии), находились высоко в горах, в поясе альпийских лугов.

\* \* \*

Живя на Кавказе, духоборцы довольно быстро поняли, что если они будут пытаться воспроизвести на новых землях в полном объеме традиционную для них земледельческую культуру, это приведет к неоправданно большим затратам и низкой производительности. Поэтому был избран другой путь - земледелие почти полностью сменило скотоводство.

При этом духоборцы старались максимально сохранить свойственную им традиционную культуру и, в частности, пищу. Для этого приходилось выращивать несвойственные высокогорью картошку и пшеницу в тех локальных, опытным путем установленных местах, где за короткое и холодное лето они успевали вызревать. Недалеко от Гореловки таким местом был "Картошкин курган", холм с выходами вулканических пород туфов, служивших естественным удобрением.

В Гореловке было довольно много земли (12-15 тыс. га на 2 тыс. 100 человек.) Окружающие земли были княжеские (грузинские, армянские, татарские). Духоборцы брали

их в аренду. Излишки продуктов возили на продажу в Ереван и на крупные базары.

Многое из своей истории сохранили духоборцы в памяти. В беседе со мной **Сластухин Николай Васильевич** вспоминал, что семьи раньше были большие. Чем больше детей - тем больше земли можно получить на каждого. Питались очень хорошо - люди были богатырского здоровья.

## **Хозяйство 20-30-х гг. XX в.**

В среднем в духоборческих хозяйствах было по 5-6 лошадей, 4 коровы, несколько десятков овец. В 1930-х годах такие хозяйства считались зажиточными и кулацкими. Разумеется, это был лишь предлог для репрессий против "инакомыслящих", каковыми духоборцы безусловно являлись в глазах новой власти.

В 1931 г. многие семьи были раскулачены и сосланы в Среднюю Азию. В 1933 г. некоторые из них вернулись в Гореловку и были повторно арестованы по 58 статье, как политические. Сидели недалеко от Актюбинска. Когда они вернулись, их арестовали в третий раз, но скоро отпустили. В Ахалцихе в крепости была тюрьма, через которую прошли многие духоборческие семьи.

В широких масштабах коллективизация в Духоборье началась позже, чем в других местах, приблизительно в 1937 г. Духоборцы, будучи зажиточными крестьянами, очень от нее пострадали. Практически нет семьи, где кто-то не погиб или не был сослан.

**Чивельдеев Василий Петрович** рассказал, что в семье его отца было 5 человек: отец, мать, два брата и сестра. В их хозяйстве (до войны) было: 6 коров, лошади, 50 овец, 25 кур. Хозяйство практически было натуральным, почти не зависимым от рынка. У них были конные косилка и грабли, которые его отец первый ввел в селе. Во время империалистической войны он был в плену у немцев, где и познакомился с этими передовыми по тем временам

орудиями сельскохозяйственного труда. Первые косилки были американские, фирмы Маккормик. Потом появились и советские.

Обмолачивали зерно каменными катками. Веяли астраханскими ручными веялками. Ячмень и пшеницу мололи на водяных мельницах.

Сеяли: ячмень, овес, жито (рожь), лен, рыжик. Из льна ткали, красили и продавали армянам ткани. Краску покупали в Тбилиси.

№

### **Хозяйство 30-40-50-х гг. XX в.**

№

В колхозе выращивали: свеклу, морковь, капусту, редьку. На зиму резали быков (кг на 300), мясо солили в кадках. Иногда засаливали баранину.

**Балабанов Кузьма Александрович.** До войны в его хозяйстве было 10 коров, 200 овец, 6 лошадей. Сейчас в хозяйстве 5 овец, 10 свиней, которых кормят сывороткой с сырзавода, на котором он работает. Одну свинью они забивают на зиму для себя, а 9 других сдают государству. Коров не держат, так как нет кормов. Мясо едят каждый день.

Картошку на Картошкином кургане перестали сажать после коллективизации.

Большинство сельскохозяйственных культур духоборцы не могли выращивать сами из-за суровых климатических условий, поэтому они покупали их или обменивали у коренных жителей на выделяемые ими молочные продукты, в основном сыры, высочайшее качество которых мы по достоинству оценили. Излишне говорить, что такой по сути натуральный обмен был возможен только в условиях очень доброжелательных и дружеских, ("кунакских") отношений, которые сложились у духоборцев и их соседей грузин, армян и азербайджанцев, а также немцев-мennonитов. Последние жили с ними по-соседству еще на Молочных Водах.

В Грузии немцы жили в Колонке (Балниси) и в Молотове (Цалка). Они делали фургоны, по внешнему виду похожие на духоборские, но лучше по качеству. За фургон давали лошадь или две. Немцы покупали у духоборцев лошадей. Они делали виноградное вино высокого качества, пользовавшееся в округе большим спросом. Духоборцы покупали это вино бочками. У немцев же они покупали арбузы, виноград, сухофрукты.

\* \* \*

Хотя, как мы уже отмечали выше, духоборцам, чтобы выжить в непростых условиях высокогорной Грузии, пришлось основательно освоить скотоводческую науку, в душе они оставались земледельцами и по-прежнему продолжали каждый день выпекать хлеб традиционным способом - в русской печи.

Раньше хлеб выпекали преимущественно из ячменной муки. Он считался полезным для здоровья натуральным продуктом. По мнению духоборцев, хлеба они употребляют и употребляли мало, что-то около двух "самар" на человека за год (самара - 16 пудов).

Муку пшеничную иногда смешивали с ячменной, иногда - нет. В ячменный хлеб для мягкости добавляли тертый картофель, особенно во время войны, когда не хватало продуктов. Пшеничный хлеб пекли больше по праздникам.

В качестве закваски использовали кусочек теста, оставшегося от предыдущего замеса. Хлеб до сравнительно недавнего времени, а по праздникам и зимой - и в наши дни, выпекали в русской печи на сковородах (на 10 человек - 4-5 хлебов в день). Сковороду смазывали овечьим или бычьим салом.

Раньше хлеб пекли без формы (на поду). Специальной лопаткой хлебы сажали на под в русскую печь. Такой хлеб по словам старожиллов был вкуснее. Форма хлеба всегда была круглая. Хлеб раньше пекли на 2-3 дня, старались, чтобы он был посвежее.

Хмель (присланный из Кахетии), сушат, заваривают кипятком, дают отстояться. Процеживают, листики отбрасывают. Добавляют покупные дрожжи и муку до консистенции жидкого теста. Оставляют бродить 3-5 дней. Затем добавляют муку и замешивают густое тесто, которое после просушки может храниться 4-5 месяцев. Получаются дрожжи домашнего приготовления, которые по качеству считаются лучше, полезнее покупных.

Духоборцы, также, как и молокане, сохранили рецепты приготовления старинных русских блюд на основе солода или соложенной муки, которые еще в 19 веке были повседневными блюдами русской крестьянской кухни.

"Солодуха" (кулага у молокан) делалась (и до наших дней делается) так: сорт муки, который назывался "размол" (крупного помола с отрубями) заваривали кипятком в чугунах в русской печи с добавлением чернослива, кураги, других сухофруктов и сахара. Через 2-3 часа масса становится темно-коричневого цвета и густой консистенции. Считается очень полезной и питательной пищей для детей и пожилых в особенности в зимнее время, когда не хватает витаминов. Иногда "солодуху" готовили из пророщенного ячменя, который размалывали и заваривали кипятком. Сюда же добавляли сухофрукты.

"Затирка" или "брызгушка": муку перетирают с водой и яйцами, подсушивают на сковороде. Затем варят и в готовую добавляют масло. Еще один вариант "затирки" - ячменная мука с добавлением лука, картошки, иногда творога. Готовят только летом.

"Саламата" по-духоборски делается так: жаренная мука разводится горячей водой и доводится до кипения. В готовую добавляется масло.

Из муки раньше варили кисель. Теперь чаще готовят кисель из полуфабрикатов.

Как известно, самые архаичные блюда - это блюда, приготовленные из цельных зерен. Поминальную кутью духоборки до сего времени варят из цельных зерен пшеницы в глиняном горшке, в готовую добавляют масло и



сахар. Одна очень пожилая духоборка вспоминала, что когда-то кутья была повседневным блюдом. Основой кулеша также служит разваренная пшеничная крупа.

Знаменитая духоборческая лапша, которая является праздничным, торжественным блюдом, готовится так: 4-5 яиц, стакан воды, соль - замешивают крутое тесто. Пышку раскатывают, сушат и мелко, мелко режут.

Лапшевник: лапшу жарят на "вольном духу" в печи. Она становится ароматная. Потом ее затирают крутым соленым кипятком. Затем поджаривают на масле.

Пироги: с печенкой, повидлом, тертой морковью, печеными яблоками. Пирожки: с творогом, картошкой, лобио. Раньше их пекли в печке, последние 10 лет - в духовке газовой плиты. Калачи: дрожжи, яйца, сахар, сметана, мука.

Из мучных блюд отметим кроме того оладьи, галушки, пельмени, вареники, хворост, блины, блинцы.

9 марта (21 по старому ст.) пекут "жаворонки". Тюря (летнее блюдо) - хлеб, сухари, сахар, вода. Суп из овсяной крупы или каша из покупной овсянки (геркулеса) - повседневное блюдо. Квас варят из ячменных сухарей. В старину квас делали так: кипятком затирали муку, когда остывала, добавляли туда кислое тесто и оставляли закисать. Получался очень вкусный квас. Холодец (из говядины и баранины) также заливали квасом.

Окрошка или "квас": картошка, лук, зелень, огурцы, яйца, хрен, сметана. Иногда это просто хрен, сметана и вода.

Самогон раньше гнали, используя солод и перекисшее тесто. Водку раньше варили из муки. Сейчас - из винограда. Иногда гонят самогон из сахара.

Из перловой крупы варят кашу. Рис раньше называли "сорочинская крупа". Это был дорогой и редкий продукт, который готовили по большим праздникам.

К числу заимствованных у коренных народов мучных блюд относятся хачапури (закрытые пироги с сыром) и хинкали.

Из конопли давили масло, которое добавляли в салаты. Кроме того, на нем жарили. Осенью дети ели сырые и жареные зерна конопли. Последние 20 -30 лет коноплю не высевают. Лен также сеяли для масла.

Брюкву и редьку духоборцы ели в сыром виде, обливая сметаной. Кроме того, редьку ели с мацони, с квасом и солью. Морковь, брюкву, репу и свеклу употребляли в сыром виде. Свеклу целиком запаривали в печке.

Капусту и морковь (тертые на терке) заквашивают. Раньше кусок хлеба, завернутый в капустный лист, клали на дно кадушки для лучшего заквашивания. Духоборцы вкуса огурцов не знали. Огурцы продавались на сотни, и духоборцы старались выбрать самые большие.

Огурцы засаливают в кадушках с добавлением перца, чеснока. Баклажаны переняли сравнительно недавно у армян. Болгарский перец фаршируют мясом, рисом, морковью. Это - заимствованное блюдо, которое подают на свадьбу, поминки, похороны.

Яблоки, груши, вишни, сливы, орехи, виноград, арбузы, абрикосы, чернослив выращивали азербайджанцы, жившие в Ахалцихе. Духоборцы покупали их или обменивали на ячмень и сыр "чичель". Из фруктов варили кисели, компоты. Делали сухофрукты.

Довольно широко в традиционной духоборческой кухне представлены дикорастущие растения. Этому способствует и окружающая духоборческие поселения природа, изобилующая альпийскими лугами, богатыми дикорастущими растениями.

Черемшу раньше ели в сыром виде, а сейчас маринуют. "Свинushки" заимствованы у армян, которые засаливают их с чесноком Крапиву, кислицу, щавель обдают кипятком и жарят с яйцами (заимствовано у кавказских народов). Кроме того, их добавляют в борщ. Из крапивы раньше варили похлебку. Из свинushек, засаленных летом, варят борщ, добавляют в разные блюда.

Из мяты, малины, шиповника, чабреца заваривают чай. Чабрец также добавляют в суп, как приправу. Дикую клуб-

нику, костянику, бруснику и чернику собирали на Синем кургане. Облепиха растет в районе Ахалцихе. Из рябины варят варенье, дают соки, делают вино.

Наиболее богат и разнообразен стол духоборцев молочными и кисломолочными продуктами. Никогда в жизни мы не пробовали такого вкусного, ароматного масла, таких замечательных сыров, изготовленных по кавказским рецептам, не пили такого молока и мацони. Да это и не удивительно. Ведь живут они на высоте альпийских лугов, где кристально чистая вода в горных реках, богатых форелью и ряпушкой, удивительный, прозрачный воздух, где так легко дышится и никто никогда не слышал о загрязнении среды.

Парным молоком поили детей. От одной коровы надаивали 2-3 ведра в день. Раньше парное молоко сливали в кувшин и относили в погреб. К обеду приносили, крошили в него хлеб и ели. Это кушанье очень любили. Раньше молоко не кипятили, только ту часть, которая шла на приготовление мацони ("мазун" по духоборски).

В "махорточках" (глиняных горшках с ручками) и чугунах в русских печах делали топленое молоко.

Мацони делают из кипяченого молока. Сыворотку добавляют в хлеб, иногда отдают скотине.

Старики отмечают, что мацони и раньше было среди духоборцев в большом почете. Во всяком случае его готовили гораздо чаще, чем традиционный для русской кухни кисель.

Сухой остаток от мацони отжимают в холщевых сумках и замораживают на зиму. Зимой кусочек такого "консервированного молока" размораживали, разводили водой и получали молоко. Старики подчеркивали, что делалось это в прежние годы, когда, по их словам, "всего было мало", и такой способ консервации молока помогал сохранять его в течение длительного времени. В условиях тяжелых зим Духоборья эти заимствования из кухни закавказских народов поистине трудно переоценить. Кроме того, летом сухой остаток разводили водой, подсаливали и пили во вре-

мя работы. Получался напиток, аналогичный азербайджанскому айрану.

Простоквашу по русскому обычаю продолжают делать из некипяченого (в отличие от мацони) молока. Используют при выпечке пышек (простокваша, яйцо, соль, сода) и оладий.

Сметану получают, пропуская молоко через сепаратор. Из накопившихся сливок сбивают масло. Из 6 л сметаны у меня вышло 3,5 кг масла. Маслом часто сдабривали пищу. На продажу оно не шло, т.к. его было мало. Пахту из-под масла летом пьют как прохладительный напиток. Называют ее "молотина". Ряженка: молоко ставят на сутки в русскую печь. Из творога делали вареники, пирожки, сырники (добавляли много яиц).

Со сливками ели блинчики. Из них делали сметану. Закваской для сыра служил специальным образом обработанный желудок теленка, овцы или поросенка. Сыворотку из-под мацони наливают в 3-х литровую банку, добавляют квасцы, кусок желудка, сырую пшеницу. Предпочтение отдают желудку поросенка. 100 г закваски хватает на 10 л некипяченого молока. Сыр головками: в парное молоко (в большой деревянной кадлушке) добавляют закваску и кипяток. Хорошо вымешивают, как творог. Затем получившийся сгусток переливают в холщевые сумки и ставят для отделения сыворотки в металлическую кастрюлю. Хранят в рассоле.

Сыр "чичель" научились делать от армян. Духоборцы, как уже было сказано выше, с переселением на Кавказ вынуждено стали более скотоводами, нежели земледельцами и так преуспели в этом роде деятельности, что со временем стали оптовыми поставщиками мелкого рогатого скота и породистых лошадей. В некоторых духоборческих хозяйствах отары овец насчитывали тысячи голов. Но это было, конечно, до революции 1917 года.

Обилие скота в личных хозяйствах, суровый климат и влияние традиционной кавказской кухни безусловно способствовали более широкому, чем это принято в традици-

онной русской крестьянской кухне, употреблению мяса и мясных продуктов в повседневном питании духоборцев.

Из мясных блюд можно выделить тефтели, рулет (в сырое тонкое мясо заворачивают яйца и жарят на сковороде в русской печи). Сейчас рулет видоизменился, мясо готовят как на хинкали.

Духоборцы разводили и разводят гусей, уток, кур. Варили суп с бараньей или говяжьей печенкой, с гусиными и куриными потрохами пекли пирожки.

В горных реках и озерах во множестве водились сазан, форель, рябушка, хромюля, головень, усач.

Самое популярное блюдо из рыбы, конечно, - уха. В нее добавляли пшеницу, рис, лавровый лист, черный перец, чабрец. В готовую клали взбитое яйцо. Рябушку вялят. Это очень вкусная, благородная рыба. Из всей рыбы, кроме плотвы, варили заливное.

## **Соль**

Раньше пользовались каменной солью (еще 10 лет назад). Ее крошили, отмывали, просушивали и толкли в колове. По мнению информаторов такая соль была лучше, вкуснее. Ее клали в капусту при засолке. Йодированная (мелкая) соль, используемая в настоящее время, считается хуже каменной. Соль была покупная, ее привозили на верблюдах татары.

Соль обычно стоит на столе - это примета хлебосольного дома. Пищу обычно подсаливают на столе. Перед праздниками принято ставить хлеб и соль на стол.

## **Сахар**

Раньше держали много пчел и мед был доступен. Пчел сахаром не подкармливали. Сейчас пчелы болеют. Меда не стало. На стакан чая добавляют 2-3 ложки сахара. Кро-

ме того, сахар кладут в варенья, компоты, мармелады, заготавливаемые на зиму.

Раньше (до войны) покупали сахар головками, колотый.

**№**

## **Алкогольные напитки**

Раньше пили только по праздникам. Варить водку стали из хлеба после войны. До этого покупали вино у немцев и водку у армян. Раньше водку делали из ячменной муки. После войны освоили технологию приготовления водки.

Замешивали крутое тесто, которое оставляли на 2-3 недели закисать. Затем из этого теста выпекали большие пышки. В большую кадуюшку наливали теплую воду, куда кидали пышку. Проращивали солод и добавляли туда же в определенных пропорциях. Когда это сусло основательно перебразивало, его перегоняли в самогонных аппаратах.

## **Заготовки**

На зиму заготавливают капусту, огурцы, помидоры, баклажаны, свинушки. Считается, что последние обладают целебными свойствами. Армяне обычно корешки свинушек отваривают и солят, а русские просто засаливают их.

Сейчас многие хозяйки перешли на маринады: помидоры, чеснок, морковь, яблоки, болгарский перец, листья свеклы.

На зиму оставляют несколько кочанов свежей капусты, остальную - засаливают. Раньше засаливали в бочках с добавлением свеклы и тертой моркови. А теперь засаливают в стеклянных банках, что по мнению информаторов лучше, т.к. продукты не так закисают и нет плесени. Аспирин для лучшей сохранности не добавляют. Соль - горсть на ведро. Если капусту не досаливают, она становится мягкой.

Из своего мяса (говядины и баранины) делали и делают тушенку. Мясо едят круглый год.

Гусей и уток раньше засаливали на зиму. Масла было так много, что его перетапливали по нескольку чугунов на зиму. Из фруктов делают консервированные соки и варенья.

## Праздничный стол

Наиболее богат и разнообразен духовоборческий стол бывает по-праздникам. Духоборцы, кроме своих особенных памятных дней, отмечают и общепринятые праздники: Рождество, Масленицу, Пасху, Троицу, Фрола (престольный праздник в Гореловке). Перед праздником не работают, ходят по гостям. Из светских праздников празднуют Новый год и Старый Новый год.

На Рождество пекут калачики, пироги с картошкой и творогом, оладьи (на "юрашке" - сыворотке из-под масла); готовят котлеты, бульон, кур, голубцы.

На Новый год подают вареники с творогом, пельмени с мясом, бульон, котлеты, голубцы. Устраивают факельные шествия.

На Крещение готовят холодные закуски, салаты, подают кислую капусту, лобю, вареную свеклу, мясо с постным маслом, яблоки (покупные).

Сороки - праздник прихода весны. Празднуется 9 марта по старому стилю. Пекут жаворонки. В некоторых семьях их по традиции скормливают скотине.

Самый главный для верующих праздник, конечно, Пасха. Пекут "пасочки" из сдобного теста, красят яйца. На Пасху носят яйца в Сиротскую (молельный дом в Гореловке) и на кладбище. На Пасху соблюдают строгий запрет на работу. Бытует предание, что одна женщина работала на Пасху и у нее заболели руки.

Кроме того, на Пасху готовили: борщ, суп, затирку, лапшу, пирожки, блины, оладьи.

На праздник Жжены, который отмечается во второе воскресенье после Пасхи, собираются одногодки, жарят яичницу. Пекут "жжены", ходят на могилочки, в Сиротскую.

На Масленицу пекут блины и готовят разнообразные кушанья: котлеты, голубцы, салаты, курицу, холодец, борщ, лапшу. В некоторых семьях сохранился старинный обычай давать блины кошкам и собакам.

Троица отмечается в конце мая - начале июня, в зависимости от Пасхи. На стол подают свежие огурцы, помидоры (разумеется - покупные), холодец из курицы, отварное мясо, салаты, винегреты. Хозяйки пекут пышки, калачики, торты, пирожные. По традиции, явно заимствованной у кавказских народов, в степи запекают (иногда отваривают) ягнят.

В Гореловке есть и свой престольный праздник Фрол. Отмечают его 18 августа - 2 сентября (по новому стилю). В этот день стараются делать добрые дела. На стол подают привезенные из ближайшего города помидоры, арбузы, клубнику, яблоки, виноград, а также холодец, жареных кур, картошник (вареную картошку толкут, добавляют яйца и запекают в печи).

## **Пищевые запреты и ограничения**

Духоборцы, исповедовавшие религиозное учение, подразумевавшее возврат к христианским истокам и ценностям, соблюдали, а пожилые люди и по сей день соблюдают целый ряд пищевых запретов. Так, они не едят свинину, сома, раков, зайчатину. Информаторы отмечают ослабление пищевых запретов вплоть до того, что некоторые старики уже их не придерживаются. Пожалуй наиболее строго соблюдается запрет на употребление в пищу раков, вплоть до того, что никто не возьмет их в руки.

К моменту обследования во многих семьях держали свиней и засаливали свинину на зиму. Но несмотря на это, ограничение на употребление в пищу свинины по-прежнему касается поминального стола. Так, например,



холодец варят только из говядины или баранины, но ни в коем случае из свинины.

Интересно отметить такой факт: помидоры, которые долгое время были не знакомы духоборцам, тоже не сразу вошли в их повседневный рацион. Старики рассказывали, что красный сок помидоров напоминал им кровь и отбивал всякое желание полакомиться этим непривычным для них овощем.

Яблоки можно было есть только после Спаса яблочно-го. Что касается общепринятых в православии временных пищевых ограничений - постов, то духоборцы никогда их не придерживались. Таким образом, они по-видимому, также подчеркивают свое отличие от православных.

## **Поминки, похороны**

Как мы уже упоминали выше, у духоборцев сохранился старинный обычай готовить на похоронный обед кутью из цельных зерен пшеницы. Иногда кутью варят и из риса, добавляя в нее кишмиш.

Фасоль, лобио, зелень, лук, петрушка - тушат. Каша рисовая с кишмишом, зимой - винегрет (горошек, соленые помидоры, огурцы) - поминки. Похороны: борщ (на мясном бульоне, картошка, капуста, свекла). В борщ в этом случае было не принято класть морковь. Лапша, мясо с картошкой - без закуски.

Поминают на 42 день - через 6 недель. Подают: холодные закуски, борщ, лапшу, мясо с картошкой, холодец (из говядины, баранины или птицы, но ни в коем случае из свинины), компот (вместо чая), кашу рисовую сладкую с кишмишом. Вино, водку, лимонад. На поминках пьют последние 30 лет, раньше этого не было. Через год опять поминают. Режут коз, овец.

На следующий день после похорон: сыр с зеленью, борщ, лапшу, мясо с картошкой - без закусок.

На поминки делают лапшевник. Запекают курицу, натертую солью и перцем, с орехами. Подают студень, борщ, закуски.

## **Обычный дневной рацион**

№

Едят три раза в день. Завтрак, обед, вечер, чай вечером.

**Завтрак.** Блины на конопляном масле, пышки, пирожки.. Раньше на завтрак делали пирожки, блинчики.

**Обед.** Борщ, мясо, картошка с подливой или с молоком, с луком, лапша на бульоне, картошник, калачи, пироги, компоты.

**Ужин.** Яйца вареные, сыр овечий, масло (свое), чай (заваривали листья малины, зверобой, душицу).

Жидкие блюда едят только 2 раза в день. Несколько раз в день пьют чай. В день 4 человека съедают буханку хлеба весом 2 кг. В работающих семьях завтракают в разное время в зависимости от начала рабочего дня.

## **Сезонный рацион**

**Зима:** часто (почти ежедневно) пекли блинчики, пироги, катали лапшу. Солодуха, кутья. Хотя сейчас хлеб в основном покупают в магазине, но зимой некоторые пекут его сами, чтобы лишний раз не идти по метели в магазин.

Зимой от коров надаивали до 2 л молока.

**Лето:** в пищу употребляли намного меньше мучных изделий и выпечки, чем зимой. Готовую пищу отвозили косарям. "Затирка" или "брызгушка". Летом корова давала 15-16 л молока.

## **Рацион годовой**

В год на человека идет 15 кг муки. На семью - 100-150 кг мяса и сала ( бычок весом 300 кг - на две семьи).

80-120 кг свежей капусты и 500 кг картошки идет на семью из 5 человек в год.

## **Заимствованные блюда и "осовременивание" кухни**

Весьма тесное и дружеское общение, иногда переходившее в куначество, которое связывало духоборцев и окружавшее их поселения коренное население Закавказья, не только способствовало более быстрой и эффективной адаптации переселенцев, но и привело к значительным взаимным заимствованиям в области материальной культуры, и, в частности, пищи.

Так, из армянской кухни были заимствованы технология приготовления таких кисломолочных блюд, как мацони, айран, абур (пахтанье из-под масла).

Русские по примеру армян заворачивают в лаваш жареную печенку с зеленью и так едят. Покупают лаваш в близлежащем армянском селе Ждановокан или в Ленинкане. У армян же духоборцы научились готовить люля-кебаб, плов и некоторые другие блюда. Особенно любят они армянскую халву, которую покупают в близлежащих городах.

Листья свеклы, тушеные с орехами, заимствованы из грузинской кухни. Вообще духоборцы употребляют намного больше зелени, чем это принято в традиционной русской кухне.

Из кавказской же кухни заимствованы такие блюда, как лобио, чахохбили, хинкали.

С культурой помидор, как уже было сказано выше, духоборцы познакомились лишь будучи в Средней Азии в ссылке после заключения в лагерях в 30-е гг.

Процесс заимствования носил двусторонний характер. Богатая, разнообразная и очень вкусная традиционная пища духоборцев в свою очередь существенно повлияла на рацион кавказских народов.

Наибольшим успехом пользовалась замечательная духоборская лапша и, конечно, духоборский хлеб и пироги.

В смешанных семьях готовят как армянские, так и духоборские блюда (борщ, вареники с творогом, с картошкой, пироги с картошкой).

Уху варят на русский манер. Подсолнечное масло, как и русские, добавляют в пироги.

## **Локальные экологические условия**

Как мы уже видели, в те далекие времена духоборцы очень искусно пользовались микрорельефом местности, они знали места, где пшеница давала гарантированный урожай. Так, например, в районе Богдановки она почти всегда вызревала. По-видимому это связано с более низким по отношению к уровню моря местоположением или какими-то локальными ландшафтными особенностями.

Раньше духоборцы применяли удобрения только органической природы (зола, навоз). В настоящее время вносятся неорганические удобрения, загрязняющие почву.

Картошка и другие культуры плохо переносят такие удобрения, дают менее жизнеспособные ростки.

Вода в окрестностях села Гореловка очень бедна йодом и микроэлементами, что, как мы уже видели выше, приводит к ряду заболеваний.

Итак, как видно из вышеизложенного, духоборцы, издавна волею судьбы попавшие из России в этот суровый горный край, где даже летом температура редко поднимается выше 15°C, сумели не только выжить в этих непростых условиях, но и показать пример высочайшей силы духа, мужества и верности своим идеалам.

- Григулевич Н.И.** Духоборцы Грузии: Традиционная пища и хозяйство // Русские в ближнем Зарубежье. М., 1994.
- Иникова С.А.** Особенности костюма кавказских духоборцев // Духоборцы и молокане в Закавказье. Москва, 1992. С. 89-105.
- Степанов В.В., Сусоколов А.А.** Духоборцы в России: социальная и экологическая адаптация // Вестник АН СССР, 1991. N5.



## Глава 5

# СИСТЕМЫ ПИТАНИЯ РАЗЛИЧНЫХ ЭТНИЧЕСКИХ ГРУПП В СХОДНЫХ ЭКОЛОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЯХ

**В** Закавказье имелись хорошие предпосылки для узкой специализации хозяйства, но выгоднее было вести комплексное хозяйство, которое, как всякая сложная система, обеспечивало большую стабильность крестьянскому хозяйству.

Кроме этого, хозяйство того или иного народа несомненно испытывало влияние исторических традиций. Так, азербайджанцы и курды тяготели к отгонному скотоводству в сочетании с земледелием, армяне - к земледелию и стойловому скотоводству, а также виноградарству и садоводству. И все-таки, по-видимому, определяющую роль в пестрой картине, с одной стороны комплексного, а с другой - узкоспециализированного хозяйства на локальных

территориях проживания того или иного этноса играли природные и климатические условия.

Один из исследователей, описывая хозяйство Эриванского уезда в конце 19 в. отмечал, что "главным занятием жителей является земледелие, садоводство и скотоводство. Как в низменной, так и в нагорной его части благосостояние населения обеспечивается всеми этими отраслями народного хозяйства, причем одна из них имеет преобладающий характер. В одном селении со смешанным населением можно встретить армян-садоводов, татар-земледельцев, курдов-скотоводов" (Марков, 1886)

Основной целью данной главы является сравнительный анализ системы традиционного питания, как одной из важнейших составляющих культуры жизнеобеспечения и как результат длительной адаптации этноса к различным экологическим условиям. При этом мы рассматриваем питание, исходя из составляющих его простейших элементов. Это прежде всего набор сельскохозяйственных культур (своих и покупных), составлявших основу традиционного рациона того или иного народа, значение в его рационе продуктов скотоводческого хозяйства, собирательства, охоты и рыбной ловли. Рассматривая эти компоненты питания, мы будем отмечать различия (если таковые будут иметь место) у разных этносов, населявших один и то же регион.

Хозяйство, образ жизни и пища коренных народов Закавказья являют собой пример прекрасной адаптированности к конкретным условиям их проживания. Это относится и к русским крестьянам, переселившимся в Закавказье по историческим меркам недавно (30-40 гг. 19 в.) и поставленным перед необходимостью, с одной стороны, максимально сохранить свою культуру, а с другой - приспособиться к новым, нередко очень тяжелым условиям.

Нам представляется, что процесс адаптации русских переселенцев прошел два основных этапа. На первом этапе русские жили в сравнительной изоляции от коренных народов и в процессе адаптации опирались главным

образом на традиционную для них культуру, которую, как отмечают многочисленные авторы, они успешно воспроизвели на новом месте. Для своих поселений они выбирали места с таким расчетом, чтобы иметь возможность организовать хозяйство так, как они привыкли вести его у себя на Родине.

На втором этапе жизни русских поселенцев в Закавказье в результате более тесных контактов с коренными народами начался процесс взаимного заимствования различных сельскохозяйственных культур, способ их первичной обработки и хранения. Параллельно этому русские крестьяне заимствовали способы переработки мясных и молочных продуктов, характерные для коренных народов.

Необходимо отметить, что процесс заимствования отнюдь не сопровождался частичной или полной утратой тех или иных элементов системы жизнеобеспечения, присущей русским переселенцам, т.е. утратой ими своей самобытности. Это означало расширение элементной базы традиционной культуры жизнеобеспечения и, безусловно, способствовало успешной и сравнительно безболезненно протекавшей адаптации к новым условиям.

Вместе с тем, набор тех или иных культур отличал традиционные системы питания различных этносов, определял их своеобразие, служил своего рода этническим маркером. Так, где бы ни селились русские, они старались выращивать гречиху и овес, даже если экологические условия для этого были неподходящие.

Традиционные системы питания того или иного этноса безусловно имеют локальные (территориальные) различия, но не они в конечном счете определяют их специфику и, что самое главное, адаптивные возможности. Собранные нами в течение ряда полевых сезонов материалы показывают, что на территории Восточного Закавказья у разных этносов преобладал тот или иной тип хозяйства и, соответственно, набор выращиваемых культур, породы скота, наличие или отсутствие собирательства и его роль в традиционном питании. Каждый этнос занимал как бы



свою "экологическую нишу", с характерным для него хозяйственным комплексом. Такая специализация создавала условия для взаимовыгодного обмена и торговли, что, в свою очередь, способствовало межэтническим контактам.

Таким образом, можно сделать предварительный вывод, что в условиях сравнительно мирного существования, чем больше была культурная дистанция, разделявшая народы, жившие на одной территории, тем лучшие условия создавались для их развития и совместного существования.

## **ЗЕРНОВЫЕ, ЗЕРНОБОБОВЫЕ И МАСЛИЧНЫЕ КУЛЬТУРЫ**

На первых порах русские переселенцы традиционно выращивали рожь, посевы которой, однако, постепенно уменьшались. По этому поводу Н.Дингельштедт писал, что "переселенцам пришлось расстаться со знакомыми посевами ржи и овса, но они скоро вошли во вкус пшеничного хлеба" (Дингельштедт, 1885). Тем не менее в некоторых регионах Восточного Закавказья (преимущественно в горной местности) русские продолжали возделывать рожь еще в конце 19 - начале 20 века. Так, озимую рожь культивировали русские крестьяне в горной части Геокчайского и Шемахинского уездов (Абелов, 1887а), Шушинского и Джебраильского уездов (Деконский, 1886). В горной части Елисаветпольского уезда русские выращивали яровую рожь (Абелов, 1887), а в Ахалкалакском уезде Тифлисской губернии рожь высевали не только русские, но и армяне (Кофод, 1904). Наши полевые материалы свидетельствуют, что в некоторых русских селах культура ржи, несмотря на весьма неблагоприятные для нее условия, поддерживалась вплоть до 1940-х гг. 20 в.

Основу же зернового клина в Закавказье составляла пшеница. Например, в Казахском уезде Елисаветпольской губернии на ее долю приходилось 65% всей посевной площади. Вследствие разнообразия климатических и почвенных условий количество сортов пшеницы, культивируемых местным населением, было значительно. Наиболее распространенными сортами были красная (кормзы-гюльгана) и белая (аль-гюльгана) пшеницы. И та и другая подразделяются на не требующую орошения и выдерживающую засуху (дамия) и возделываемую лишь на поливных землях (арапа). Эти сорта давали хороший урожай на обширных площадях долины Куры, но не выдерживали более сурового климата нагорной полосы. Самый дорогой и редкий сорт местной пшеницы, который давал крупные зерна и белую муку, называется "татух". Его в основном разводили армяне (Ерицов, 1886).

Попытки русских в условиях Закавказья интродуцировать привычные им сорта культурных растений, привезенные из южной России, не всегда оканчивались успешно. Так, в Казахском уезде Елисаветпольской губернии они начали выращивать привезенную с собой красную яровую пшеницу "гирку". Но несмотря на аналогичные югу России климатические условия, этот сорт на Кавказе не акклиматизировался, и русские были вынуждены перейти на выращивание местных сортов. Более урожайные сорта пшеницы - "сары-бугда" и "кара-кчиг" встречались у армян и у русских Елисаветпольского уезда. В нагорных местностях господствовал сорт пшеницы "гюргяни" или "хырдабугда" (мелкая пшеница) (Абелов, 1887). В Зангезурском уезде, население которого состояло из армян, азербайджанцев и русских сектантов, живших в селении Базарчай, также возделывались местные сорта пшеницы.

В Ленкоранском уезде Бакинской губернии из местных сортов пшеницы выращивались голоколоска и остистая с мягким зерном (Очерк..., 1914). В селе Ивановка русские высевали озимую пшеницу "сари-бугда", яровую "кубанку".

Избыток хлеба они продавали в основном коренным жителям сел Лагич, Химран и Джульян (Калашев, 1892).

В Закавказье, где посе́вы часто страдали от градобития и ранних заморозков, порой уничтожавших урожаи целых кездов, полеводство требовало особой опытности и хорошего знания местных условий. Вероятно поэтому оно, как правило, удовлетворяло в основном нужды местных крестьян. Сравнительно редко удавалось выращивать хлеб на продажу. К числу таких удачливых регионов, кроме уже упоминавшейся выше Ивановки, относилось Духоборье, располагавшееся на высокогорном плато в Ахалкалакском уезде. Основной зерновой культурой, выращивавшейся здесь, была яровая пшеница (Кофод, 1904). Газета "Кавказское сельское хозяйство" (1895, N 74, с. 1290) писала о духоборском селе Славянка в 9 верстах от Кедабека: "Средним числом каждый домохозяин продает от 100 до 200 пудов муки; отдельные хозяева продают по 500 пудов, да и на запас оставляют по столько же и более".

Полба высевалась в самых небольших количествах в некоторых селах Эчмиадзинского, Александропольского, Новобаязетского, Зангезурского уездов (Зелинский, 1886; Спасский, 1872). В полосе предгорий Геокчайского и Шемахинского уездов ее культивировали армяне и русские.

Почти также широко, как пшеница, были распространены посе́вы ячменя, особенно незаменимого на истощенных и слабых почвах. В полосе предгорий и выше чаще встречался "черный" ячмень, а на плоскости преобладал "белый". В горах Геокчайского, Шемахинского и Ленкоранского уездов Бакинской губернии, Зангезурского и Эриванского уездов кроме русских его выращивали азербайджанцы и армяне.

Одним из самых распространенных в Закавказье злаков издавна было просо, неприхотливое и не требовавшее полива в горных условиях. Его высевали в Казахском, Елисаветпольском, Шушинском и Джебраильском уездах Елисаветпольской губернии (Абелов, 1887; Деконский, 1896). В горах Геокчайского, Шемахинского и Ленкоран-

ского уездов Бакинской губернии, Зангезурского и Эриванского уездов кроме русских его выращивали азербайджанцы и армяне.

В виноградно-шелководческой и горной зонах Шемахинского и Геокчайского уездов Бакинской губернии русские крестьяне культивировали красное просо. Его урожайность вдвое превышала урожайность пшеницы. В дождливые годы она даже возрастала. Русское "белое" и "красное" просо ценилось вдвое дороже местного "желтого". Дореволюционные исследователи отмечали, что хотя просо не отличалось большой питательностью, из-за своей дешевизны (на рынке просо стоило вдвое дешевле пшеницы) оно служило большим подспорьем в пище крестьянина (Абелов, 1887а; Калашев, 1892).

В меньших размерах просо высевали в Ленкоранском уезде Бакинской губернии. По всей Эриванской губернии, за исключением возвышенных местностей с суровым климатом, кроме русских крестьян просо культивировали армяне и азербайджанцы (Спасский, 1872).

Культура гречихи до прихода русских была практически незнакома коренным народам Закавказья. Русские крестьяне-переселенцы на протяжении многих лет пытались с переменным успехом интродуцировать ее в новых условиях. Нередко их усилия оставались тщетными. Так, молокане села Ивановка Геокчайского уезда Бакинской губернии в первые годы после переселения на Кавказ пытались выращивать гречиху, но потом из-за плохих урожаев перестали. В 1884 г. посевы гречихи в Ивановке были возобновлены, но вновь неудачно (Калашев, 1892). А.Д.Ерицов, изучая в 1886 г. русские поселения Казахского уезда Елисаветпольской губернии, отмечал, что "многие молоканские хозяйства уже давно перестали возделывать гречиху, а другие, хотя и продолжают, но скорее для опытов. Здесь в нагорной полосе она пропадает от перемены погоды, ночных заморозков и туманов (Ерицов, 1886).

Пожалуй, единственное исключение составляли два молоканских села Эриванской губернии - Воскресеновка и

Никитино, где долгое время удавалось получать стабильные урожаи. По нашим полевым материалам, для своих нужд гречиху выращивали вплоть до 30-40-х гг. 20 в., но на местных рынках она не пользовалась спросом. Нам представляется, что именно последнее обстоятельство послужило главной причиной, по которой русские этих сел в конце концов перестали возделывать гречиху.

На наш взгляд, для успешной адаптации мигрантов в новых условиях требовалось максимально полно воспроизвести характерную для них систему жизнеобеспечения. Как показывает пример с гречихой, успех возобновления на новом месте традиционного хозяйства зависел не только (и может быть не столько) от природных условий, трудолюбия и желания самих мигрантов, сколько от рыночной конъюнктуры, которая в свою очередь была тесно связана с системой жизнеобеспечения коренных народов Закавказья. Иными словами, успешная адаптация русских переселенцев наряду с другими факторами была опосредована характером их взаимоотношений (натуральный обмен, рыночные отношения) с коренными народами.

Подобно гречихе, посевы овса появились в Закавказье с приходом русских. В условиях Закавказья овес не получил сколько-нибудь значительного распространения. Местное население вместо овса давало в корм скоту ячмень, и русские, также перейдя на ячмень, разводили овес скорее как привычную, чем незаменимую в хозяйстве культуру.

До революции в Закавказье сравнительно широко были распространены посевы риса, который играл значительную роль в традиционном питании местного населения. Его выращивали в долинах рек Казахского, Зангезурского, Шушинского и Джебраильского уездов Елисаветпольской губернии (Зелинский, 1886; Деконский, 1886). Талыши, составлявшие более половины населения Ленкоранского уезда, употребляли в пищу рис наравне с хлебом или даже вместо него. Не удивительно, что производство и потребление риса в губернии было весьма значительно. Ес-

ли годовой расход риса на одного жителя равнялся приблизительно 6 пудам, то общее потребление в уезде выражалось цифрой 840 тыс. пудов. А вывозилось из губернии - 1 млн. 523 тыс. пудов (Очерк..., 1914). Тот факт, что русские, поселившись в том же Ленкоранском уезде, продолжали возделывать только привычные для них злаки, можно объяснить ярко выраженным стремлением сохранить традиционную для них культуру.

Зернобобовые культивировались в основном местным населением. Это были: чечевица, бобы, горох, лобio. Особенно много разводили их армяне, для которых плоды этих растений составляли основную пищу в постные дни. Под озимую и яровую чечевицу и яровые бобы отводились истощенные почвы, главным образом, на приусадебных землях, изредка на полях (Абелов 1887а).

Из масличных растений в Закавказье наиболее распространены были лен и конопля. Жители некоторых молочно-канских сел отводили значительную часть своих полей под посевы льна. Только в одном селе Михайловка Казахского уезда работало 6 маслобоен. Льняное масло успешно сбывалось на станциях Закавказской железной дороги. Кроме того, молokane для добывания масла сеяли в небольшом количестве сурепицу, а армяне - рыжик (дикий лен), клещевину и кунжут (Ерицов, 1886).

Употребление в пищу одних и тех же культур различалось у разных народов. Если русские крестьяне Геокчайского и Шемахинского уездов разводили лен в основном для извлечения из него масла, то армяне тех же уездов сеяли его в очень небольших количествах и употребляли поджаренные семена в пищу как лакомство. Кунжут употребляли в пищу или в виде кунжут-халвы (азербайджанцы) или жарили вместе с пшеницей для еды в Великий пост (армяне) (Абелов, 1887а). Позднее в качестве масличного растения повсеместно стал возделываться подсолнечник.

Русские переселенцы и коренные народы Закавказья по-разному использовали фактически один и тот же набор

зерновых культур, придерживаясь традиций, определявших специфические черты их национальной кухни. Подробнее об этом будет сказано ниже.

## **ОВОЩЕВОДСТВО И САДОВОДСТВО**

Посевы картофеля, так же как гречиха и овес, появились в крае с приходом русских. В различных природных и климатических условиях русские старались высаживать наиболее подходящие сорта картофеля. Так, в горной части Ленкоранского уезда выращивали так называемый зувандский картофель, отличавшийся хорошими вкусовыми качествами (Очерк..., 1914). Жители селений Новосаратовка и Новоивановка Елисаветпольского уезда сажали красный и белый рассыпчатые сорта картофеля, излишки которого продавали на Кедабекском рынке (Петров, 1909).

Картофель в хозяйстве русских переселенцев занимал значительные площади. Так, в Казахском уезде поля картофеля уступали по площади только посевам пшеницы. Армяне этого уезда познакомились с культурой картофеля через русских переселенцев в 50-е годы 19 в. и выращивали его преимущественно как огородное растение. Излишки картофеля русские продавали армянам, которые употребляли его в пищу в постные дни, как основное блюдо, и азербайджанцам, которые считали картошку лакомством.

Наши полевые материалы свидетельствуют о том, что даже в высокогорном селе Гореловка Ахалкалакского уезда Тифлисской губернии русские крестьяне-духоборцы получали небольшие, но устойчивые урожаи картофеля. Эмпирическим путем были найдены оптимальные для произрастания картофеля участки земли. Его высаживали главным образом на вершине холма, почва которого содержала большую примесь вулканических пород. Посаженный в других местах картофель в условиях короткого и холодного лета не успевал созреть. Жители села Гореловка и

сейчас называют этот холм "картошкин курган". Таким образом, в народной памяти топонимически закрепилось название жизненно важного для них места.

Русские крестьяне были монополистами и в возделывании капусты, основными потребителями которой наряду с ними были армяне. Капусту разводили как для себя, так и на продажу. Для этого иногда приходилось арендовать земли в соседних селениях, как это делали, например, молкане с. Ивановка Геокчайского уезда, расплачиваясь с хозяевами земель условленной частью урожая. (Калашев, 1992). В степном районе Ленкоранского уезда русские крестьяне сел Андреевка, Астраханка и Новоголовка являлись монопольными поставщиками капусты. (Очерк, 1914).

Русские крестьяне кроме картофеля и капусты выращивали также огурцы, репу, морковь, свеклу и другие овощи. Кроме того, на более поздних этапах жизни в Закавказье они под влиянием коренных жителей стали выращивать и широко употреблять в пищу баклажаны, фасоль, болгарский перец, кабачки, дыни, арбузы. Лук и чеснок молкане долгое время не выращивали, так как соблюдали религиозный запрет на употребление их в пищу. Духоборы же наряду с картофелем, капустой, морковью, свеклой и редькой выращивали и лук (Вермишев, 1886).

Набор выращиваемых коренными жителями овощных и бахчевых культур в значительной степени складывался под влиянием традиционного хозяйства и образа жизни. Скотоводы-азербайджанцы в гористой местности занимались огородничеством в незначительной степени, так как в сезон поспевания овощей они бывали на летних пастбищах-эйлагах. На равнинах же у азербайджанцев были распространены бахчи, на которых разводились дыни, арбузы, огурцы и лук (Ерицов, 1886). Армяне, соблюдая до 160 дней в году пост, нуждались в разнообразной растительной пище. Они выращивали главным образом фасоль (лобио), горох, лук, чеснок, огурцы.



В рисоводческом районе Ленкорани в большом количестве выращивались арбузы, дыни, тыквы определенного сорта (перехватки), огурцы, лук, чеснок, помидоры, фасоль, бобы. В небольших количествах - редис, свекла, морковь, стручковый перец, подсолнечник. В теплое время года арбузы, дыни и огурцы наряду с хлебом составляли основу питания коренного населения (Очерк..., 1914).

Что касается садоводства, то русские в целом занимались им меньше, чем местные жители. Хотя там, где условия позволяли, садоводству также уделялось много внимания. Так, в степных селах Ленкоранского уезда русские культивировали айву, яблоню, грушу, сливу, терн, алычу, кизил, абрикос, персик, вишню, черешню, мушмулу, гранат, инжир, грецкий орех, лещину. В горной же части уезда из-за природных условий выращивали только яблоки, груши, сливы, вишни и лещину. В северной части степного района и в безлесном предгорье садоводство не было совершенно.

В начале нынешнего столетия жители горного села Новоивановка Елисаветпольского уезда очистили 30 десятин от леса и валунов и сделали прививки на дикорастущих фруктовых деревьях. Кроме того, на 10 десятинах они посадили груши и яблони самых лучших сортов, выписанные из Тифлисского ботанического сада, из Нухинского уезда, из Воронежской губернии (Петров, 1909).

В Геокчайском и Шемахинском уездах садоводство у русских не шло дальше разведения вишневых, сливовых и терновых деревьев. А встречавшиеся в русских селах виноградники и тутовые сады сдавались в аренду местному населению. Русские же из своих садов продавали только вишни. Армяне этих уездов занимались виноградарством, с которым было связано виноделие и винокурение. Кроме того, в селах, близких к лесному поясу, армяне выращивали яблони, груши, и отчасти грецкие орехи. Азербайджанцы культивировали фрукты, виноград (они сажали высокую лозу "хиаван") и имели тутовые плантации для выкармливания шелковичных червей.

## ПРОДУКТЫ ЖИВОТНОВОДСТВА

На широких горных плато Закавказья главной отраслью сельского хозяйства являлось оседлое и полукочевое скотоводство. Первым преимущественно занимались русские колонисты из сектантов, которые селились на казенных землях и арендовали или покупали пастбищные и сенокосные участки в окрестностях их селений. Полукочевым скотоводством занимались в основном азербайджанцы.

В высокогорных селениях, где из-за сравнительно холодного лета не всегда вызревала пшеница, скотоводство и разведение ячменя составляло главное занятие местных жителей. Н.И.Спасский писал об Эриванской губернии: "В горах есть селения (Семеновка, Новобаязетского уезда), в которых по высоте местоположения и сравнительно низкой температуре лета не всегда выпевает пшеница; но зато такие селения располагают обширными пастбищами и богатыми сенокосами и потому там скотоводство и разведение ячменя составляют главное занятие сельских жителей" (Спасский, 1872).

Если у азербайджанцев главная роль в скотоводстве отводилась овцеводству, то у русских переселенцев - разведению крупного рогатого скота молочного направления. Привозимый русскими переселенцами из южных губерний скот отличался хорошими мясо-молочными показателями, однако он не всегда приживался в условиях Закавказья (Дулов, 1983). Крестьяне Казахского уезда Елисаветпольской губернии разводили особую серую пятнистую породу коров, так называемую "русскую". Они постепенно сокращали численность тонкорунных пород овец (шпанок), заменяя ее более неприхотливой азербайджанской породой. Напротив, духоборцы села Славянка разводили мериносов, дававших им немалые доходы (Петров, 1906).

Первые поселенцы Новосаратовки Елисаветпольского уезда, выходцы из Царицынского уезда Саратовской гу-

бернии, у себя на Родине занимались почти исключительно скотоводством. На альпийских лугах Закавказья они разводили высокопродуктивный крупный рогатый скот, дававший качественные молочные продукты. Кроме того, они разводили овец знаменитой в России романовской породы (Петров, 1909).

В Ленкоранском уезде местные жители разводили буйволов очень ценной мазандаранской (персидской) породы. Русские также разводили их в качестве рабочего и молочного скота. Кроме того, в первые годы жизни в Ленкоранском уезде русские крестьяне в большом количестве разводили привозной, преимущественно из Кубанской области, скот, но он плохо акклиматизировался и погибал. В горной полосе уезда были распространены зебу - весьма устойчивые против малярии - бича местного скотоводства.

Если в некоторых селениях Геокчайского и Шемахинского уездов русские по примеру азербайджанцев заводили буйволов лишь для молока, то в селе Ивановка из молока буйволиц получали все виды молочных и кисломолочных продуктов, как типичных для русской кухни, так и заимствованных у коренных народов (сливки, кислое молоко, сыр, масло, сметана, творог). Излишки молочных продуктов поступали на рынок (Калашев, 1892).

Русские поселенцы заимствовали также опыт зимнего выпаса скота у соседних кочевых и полукочевых групп овцеводов-азербайджанцев, но при этом они сохранили оседлый образ жизни и преобладание в стаде крупного рогатого скота (Козлов и соавт., 1988). Впрочем, судя по нашим полевым материалам, жители села Ивановка Геокчайского уезда переняли у коренных народов даже традиции отгонного скотоводства. Зимой часть из них откочевывала на кишлаки в Мугани, весной - на горные эйлаги. Как правило, с чабаном ехала вся семья. На этих кочевках русские семьи вплотную соприкасались с кочевым бытом азербайджанцев и лезгин. От них они переняли не только способы приготовления ряда молочных

и кисломолочных продуктов, но и выпечку хлеба на круглой чугунной сковороде - садже.

Занятия овцеводством у русских, как правило, преследовало цель получить мясо и шерсть. Исключение составили, пожалуй, лишь некоторые духоборческие села Ахалкалакского уезда, жители которых разводили тушинскую породу овец; пуд овечьего сыра они продавали по 3 р. 50 к., в то время как пуд местного сыра стоил 1 р. 60 к. (Вермишев, 1886). В 1920-е гг. доение овец и изготовление овечьих сыров было распространено среди молокан и субботников высокогорного села Новоивановка (Ямсков, 1990).

Полевые материалы показывают, что в 30-50-е гг. 20-го в. русские переселенцы по примеру коренных народов для приготовления рассольных сыров стали использовать цельное молоко от разных видов животных, которое смешивали и заквашивали сычужной закваской. Кроме того, они переняли способы приготовления таких специфических для скотоводческого хозяйства коренных народов молочных продуктов, как отжатое кислое молоко, каймак (пенки с кипяченого молока) и айран (сыворожка из-под масла). Летом они готовили окрошку на основе мацони - овдух, а также варили кисломолочный суп - довгу. Заимствованные русскими способы переработки молока позволяли использовать его почти без потерь. Наряду с этим у них сохранялась традиция приготовления топленого молока в русской печи.

Мусульманское население, так же как русские сектанты, по религиозным соображениям не употребляло в пищу свинину. Среди русского населения этот запрет продолжают соблюдать в основном люди старшего поколения. Тем не менее свиноводство, как и в прошлом, остается прерогативой армянского населения.

## **ДИКОРАСТУЩАЯ ФЛОРА**

Как мы отмечали выше, до недавнего времени Закавказский регион мог служить примером относительно рационального использования этносами природной среды. Пожалуй наиболее ярко это проявлялось в традициях широкого употребления в пищу разнообразных дикорастущих растений, плодов, ягод.

Анализируя роль дикорастущей флоры в рационе, мы попытались заострить внимание на следующих вопросах: как изменяется характер ее использования по мере эволюции хозяйственной деятельности; насколько полно тот или иной народ использует окружающую растительность в повседневном питании; как варьирует потребление растений на данной этнической территории; каковы особенности их использования в ареалах совместного проживания двух или нескольких этносов; какова динамика их потребления в зависимости от времени года и каково влияние систематического употребления дикорастущих растений в пищу на адаптацию в различных экологических условиях.

Что касается зависимости использования дикорастущей флоры от хозяйственной деятельности человека, то для средне и высокогорных территорий этот вопрос представляется весьма сложным. В то время, когда происходило формирование основных видов такой флоры, как используемых в пищу, так и лекарственных, скотоводство выступало в качестве основной формы хозяйственной деятельности. В жизнедеятельности людей большую роль играли сезонные перемещения со стадами в пределах различных высотных поясов. Хозяйственная деятельность проходила в самых различных экологических условиях, что обусловило широкие возможности выбора тех или иных компонентов из окружающей человека растительности.

Очевидно, что с переходом от преобладающего скотоводства к земледелию, существенно расширился набор растительных продуктов, получаемых в результате хозяйственной деятельности, и соответственно снизилась необходимость широкого использования в пищу дикорастущей

флоры. Кроме того, из-за резкого расширения масштабов хозяйственной деятельности человека и не всегда рационального вторжения в природную среду, исчезли многие растения, еще сравнительно недавно присущие тем или иным биотопам. Но несмотря на то, что использование дикорастущих перестало быть жизненно необходимым, в сельских районах Закавказья по-прежнему можно наблюдать их довольно широкое употребление.

Наибольший интерес, с нашей точки зрения, представляет вопрос о сезонном распределении растений в рационе. Весной, когда наиболее остро ощущалась нехватка витаминов и подходили к концу сделанные на зиму запасы, их доля в рационе резко возрастала. Особенно это касалось неурожайных годов. Наибольшее количество видов растений шло в пищу в отваренном виде. Так приготавливали сахаристые корни козлотородника, луковицы птицемлечника плосколистного, молодые стебли купены многоцветковой, молодые листья щавеля, и особенно листья портулака, дающие богатый слизью отвар.

Значительно меньшее количество видов растений шло в пищу в сыром виде. В качестве салата использовалась молодая зелень крапивы, кислого щавеля, пастушьей сумки, кресс-салата. Весной пекли традиционные пирожки из пшеничной муки с начинкой из мелко нарезанной зелени. Рецепт приготовления пирожков с зеленью у некоторых коренных народов Закавказья сохранился без изменения до наших дней. Но вследствие упоминавшегося выше оскудения растительности, уменьшился набор входящих в начинку дикорастущих трав, которые теперь частично заменяются культурными растениями.

Изучавший дикую флору Нагорного Карабаха в конце 30-х гг. В.А.Петров, описывает интересный случай массового использования хлебных суррогатов (дубовых желудей) во время голода 1919-1920 гг. Характерно, что в ряде случаев применение желудей приводило к тяжелым, вплоть до летального исхода заболеваниям пищеварительного тракта. Не пострадали только те семьи, в кото-

рых были старики, которые могли распознать и специальным образом приготовить малотоксичные виды желудей. В качестве других заменителей хлеба использовались одревеневшие плоды держи-дерева и корневища рогоза. Ссылаясь на находки археологов, В.А.Петров предполагал, что имевшее место в Карабахе употребление в пищу дубовых желудей является последней вспышкой исторической традиции тысячелетней давности (Петров, 1940).

В теплое время года, когда увеличивается количество потребляемых молочных продуктов и огородных растений, использование дикорастущих растений отходит на второй план. Летом дикорастущие, как правило, сушат и засаливают на зиму. В наибольших количествах засаливались листовые черешки гипомаратрума и цветочные почки каперсов колючих, в меньших - портулак и черемша. Засушивались листья двух видов щавеля, чабреца, базилика, кизинии крупнокорзинчатой, эфиопского шалфея, пастушьей сумки, Melissa обыкновенной.

Осенью доля дикорастущих растений в рационе опять возрастала. Тогда же начиналась заготовка плодов на зиму и весну. Из плодов собираемой в лесах и садах дикой алычи варили кислую пастилу - турш-лаваш, который используется для изготовления кислых супов, соусов, приправ. Из плодов дикого терна варят варенье. Из плодов кизила делали натуральный уксус; сушеный кизил и высушенные и протертые плоды сумаха служили приправой к первым и вторым блюдам.

На зиму засушивали плоды полукультурных форм яблони и груши, плоды нескольких видов рябин, крупноплодного восточного боярышника и дикого шиповника. Последней по времени заготавливается мушмула, или "шишка", как ее зовут в Закавказье русские. Весьма значительная роль в зимних запасах отводится орехам: лесным (лещина) и грецким. Многие легко дичающие древесные породы имеют пищевое значение только для низменности и предгорий. Айва распространена достаточно широко в преде-

лах среднего лесного пояса, легко дичает и образует насаждения на месте исчезнувших поселений. Часть плодов айвы хранят в течение зимы в свежем виде, из другой - варят варенье.

В ареалах совместного проживания двух или нескольких этносов можно видеть, как они используют одни и те же виды дикорастущей флоры. Если в азербайджанской и армянской кулинарии эти традиции почти не изменились до наших дней, то пищевой комплекс русских старожилов характеризуется значительно меньшим использованием растений, как типичных для русской кухни, так и заимствованных у коренных народов.

Наши полевые материалы свидетельствуют, что молокане с.Новоголовка Джалилабадского района Азербайджана собирают дикорастущие кизил, алычу, ежевику, шиповник, лещину, грецкий орех, которые используются как в свежем виде, так и для приготовления компотов и варений. Русские заимствовали у азербайджанцев технологию изготовления из алычи упомянутой выше кислой пастилы - турш-лаваша. Несмотря на большое разнообразие трав, произрастающих в окрестностях этого села и широко применяемых в азербайджанской кулинарии, молокане Новоголовки используют в пищу лишь привычные для них петрушку, кишнец и укроп.

В то же время русские крестьяне села Ивановка издавна употребляли в пищу большое количество растений: конский и кислый щавель, лебеду, кишнец, петрушку, крапиву, стебли и головки дикого мака, корень солодки, душицу, зверобой, цветы боярышника, черемшу, мяту, плоды шиповника, полынь, калину, грибы (белые, грузди, опята). Когда они по традиции готовят квас из ржаных или пшеничных сухарей, то добавляют в него дикие яблоки, груши, айву. Кроме того, русские, как и живущие рядом коренные народы, стали употреблять в пищу спаржу, каперсы, пастушью сумку. В то же время такие травы, как портулак и лапышник (мальва), русские в отличие от армян не используют. Новосаратовцы переняли традицию широкого



использования в пищу дикорастущих: мокрицы, шпината, пастушьей сумки, "свинушек" (портулака), мушмулы.

Пик использования дикорастущей флоры пришелся на военные годы. В наше время она используется русскими старожилами уже не так широко, как прежде. Как видно из вышеизложенного, употребление в пищу дикорастущих у коренных народов отличается большей стабильностью и равномерностью в зависимости от территории. У русских же прослеживаются перепады от практически полного отсутствия таких растений в повседневном рационе (Новоголовка) до их использования на уровне коренных народов (Ивановка). В наше время сельское население использует дикорастущую флору скорее в силу глубоко укоренившейся традиции, так как основу повседневного рациона все же составляют продукты сельскохозяйственного производства.

Влияние систематического употребления дикорастущей флоры на адаптацию в различных условиях будет нами рассмотрено ниже. Отметим лишь, что многие из дикорастущих растений содержат в больших количествах биологически активные вещества, поступление которых в организм человека несомненно способствовало лучшей адаптации к окружающей среде.

## **ОХОТА И РЫБНАЯ ЛОВЛЯ**

Богатство Восточного Закавказья как пернатыми, так и млекопитающими еще со времен глубокой древности обусловило значительную роль охоты в хозяйстве местного населения. При археологических раскопках древних поселений и погребений в Азербайджане были найдены костные останки не только домашних, но и диких животных и птиц. И в наши дни в некоторых районах существенной добавкой к столу является мясо диких животных: джейрана, горного козла, тура, а также мясо фазанов, турачей, куропаток, перепелок, диких гусей и уток. По нашим поле-

вым материалам только в Уджарском районе Азербайджана добывают зайцев, турачей, диких гусей.

Охота и рыболовство, игравшие видную роль в традиционной системе жизнеобеспечения русских крестьян на их Родине, в условиях Закавказья с его горными лесами и реками и относительно ограниченными земельными ресурсами получили дополнительный импульс к развитию. Продукты охоты и рыбной ловли стали весомой добавкой к столу. Русские старожилы охотились в окрестностях своих селений на кабанов, зайцев, оленей, диких коз, туров, фазанов, куропаток, перепелов (Калашев, 1892). Хотя у молокан существовал запрет на употребление в пищу зайчатины и кабаньего мяса, наши полевые материалы показывают, что на практике он соблюдался только женщинами и представителями старшего поколения. Молодые охотники сами готовили добытые ими трофеи.

В 60-е - 70-е гг. в связи с распашкой новых земель площадь охотничьих угодий резко уменьшилась, что повлекло за собой значительное сокращение численности дикого зверя. Ослабили пищевые запреты, которых в наши дни придерживаются только пожилые, глубоко верующие люди.

Заметное место в пищевом рационе азербайджанцев занимает и рыба, главным образом среди населения, проживающего в районах, прилегающих к Каспийскому морю и рекам, впадающим в него. Предметом лова в водах Каспия служат различные сельди, каспийский лосось, осетр, севрюга, белуга, кутум, судак и другие виды рыб. В озерах и низинах вокруг Куры и Аракса идет нерест и выкормка воблы, сазана, леща, щуки, сома, судака. После зарегулирования стока Куры большинство придаточных систем высохло и площадь нерестилищ сократилась, что привело к уменьшению уловов.

Рыбу жарят на вертеле, вялят и коптят. В традиционной азербайджанской кулинарии существовал запрет на употребление в пищу рыбы без чешуи, например, осетро-

вых. В настоящее время его придерживаются в основном люди старшего поколения.

До сравнительно недавнего времени местность вокруг молоканского села Новоголовка Джалилабадского района была чрезвычайно заболочена. В многочисленных озерах, многие из которых были связаны с Каспийским морем, водились сазан, кутум, кефаль, лещ, вобла. Уху, которую, как правило, варили на месте, сдабривали укропом, зеленым луком, перцем. Рыбу жарили, парили в русской печи, вялили и коптили. Очень популярно было заливное из рыбы. В последние годы в связи с мелиоративными работами по осушению территории запасы рыбы в округе существенно сократились.

Пожилые информаторы рассказывали нам, что еще в 30-40-е гг. 20 в. в многочисленных реках и источниках неподалеку от русских старожильческих сел в Армении (Лермонтово и Фиолетово), в изобилии водилась форель, численность которой из-за обмеления рек в последние годы значительно сократилась. На столе русских старожилов в наши дни чаще можно встретить карася, сазана, а также севанского сига. Рыба готовится как традиционными для русских способами (уха, жаркое), так и заимствованными у коренного населения.

В старину молокане, как и азербайджанцы, строго придерживались запрета на употребление в пищу рыбы без чешуи (осетрину, севрюгу, сома). Полевые материалы показывают, что этот запрет на практике уже давно не соблюдается. Его придерживаются лишь пожилые люди и то далеко не все.

## **ПЧЕЛОВОДСТВО**

Этнографические исследования выявили, что Куба-Хачмасская, Щеки-Закатальская, Шемахинская, Ленкорано-Астаринская, Кельбаджаро-Кубатлинская, Нагорно-Карабахская, Нахичеванская зона с благоприятным клима-

том и богатой медоносной флорой являются древними очагами пчеловодства Азербайджана. Пчеловодство развивалось от собирательства и охоты за дикими пчелами через бортничество к более прогрессивному - пасечному (Бабаев, 1978).

Мед употребляли как в чистом виде, так и добавляли к различной пище. Особенно широко его употребляли при изготовлении ритуальных и праздничных блюд. Медовые напитки (шербет, овшала) исходно имели ритуальное значение. Хмельные медовые напитки азербайджанцам не были известны. У армян обрядовым мучным блюдом был "хашил" из пшеницы грубого помола, сваренной в воде с сахаром и медом. Часто туда добавляли изюм, миндаль или орехи (Лисициан, 1955).

В Закавказье, там, где были подходящие условия (в горах, вблизи лесов и ручьев), русские крестьяне как и у себя на родине, продолжали заниматься пчеловодством. В Ленкоранском уезде в лесных предгорьях и той части лесисто-берегового района, где имелись лесные насаждения, нередко можно было встретить пасеки, состоящие из 100 и более ульев (Очерк..., 1914). Переселившись в Закавказье, русские не забыли и традиции бортничества. П.Надеждин писал, что духоборцы, следуя русской традиции, на Спасов день (16 августа) охотно угощались медом из закавказских пчельников, как некогда лакомились им в липовых лесах под Тамбовом (Надеждин, 1869).

В Шемахинском и Гекчайском уездах Бакинской губернии русские старожилы использовали в качестве ульев выдолбленные пни, а местное население - плетенки цилиндрической формы, обмазанные глиной. В горной части Геокчайского уезда было до 1500 ульев, Шемахинского - до 2800. 1 улей давал за сезон от 10 до 20 фунтов меда. У русских крестьян пчеловодство было развито сильнее благодаря обширным лугам с богатыми медоносами (Абелов, 1887а; Петров, 1909).

Русские переселенцы завезли в Закавказье рамочные ульи. По белизне, аромату и приятному вкусу в Закавказье

особой известностью пользовался Лорийский мед. У некоторых молокан с.Воронцовка число ульев доходило до 100. В конце 80-х гг. 19 в. в Лорийском приставстве на каждое армянское село приходилось средним числом около 36 ульев, а на русское - по 153 улья. Доход русских крестьян Борчалинского уезда от пчеловодства составлял почти 5000 руб. (Ерицов, 1887).

Мед употреблялся русскими в пищу как естественный продукт, заменяющий сахар. Кроме того, он использовался для приготовления традиционных блюд и напитков, добавлялся в начинку для сладких пирогов. В духоборческом селе Славянка Елисаветпольского уезда из меда и восковых остатков готовили напиток "воронец", напоминающий русский хмельной мед. Пчеловодство в Закавказье, достигнув некоего пика в конце 19-начале 20 века постепенно стало свертываться. Не последнюю роль в этом сыграло вовлечение в хозяйственный оборот новых земель. Сокращение лугов и обращение лесных полян в пахоту подорвало базу пчеловодства и повлекло за собой его значительное сокращение.

## **ТРАДИЦИОННОЕ ПИТАНИЕ РУССКИХ СТАРОЖИЛОВ**

Особенности традиционных систем питания вытекали из особенностей хозяйственной деятельности, образа жизни, национальных традиций, которые, в свою очередь, были опосредованы природными условиями, в которых они формировались.

Хозяйственный цикл коренных народов Закавказья определял и цикличность миграций у кочевников и периодичность возделывания тех или иных культур у земледельцев. А это определяло набор употребляемых в то или иное время года продуктов или, напротив, отсутствие каких-либо компонентов в традиционном питании.

Как было показано выше, локальные условия для ведения того или иного типа хозяйства варьировали на рассматриваемой территории. Это определялось ее крайним многообразием как в ландшафтном, так и в климатическом отношении. Кроме того, для народов, долгое время живших на одной этнической территории, были характерны разные типы хозяйственной деятельности. Так, у русских и армян преобладало земледелие, а у азербайджанцев - скотоводство (оседлое и отгонное).

Поскольку данное исследование проводилось под этноэкологическим углом зрения, в центре нашего внимания будут следующие аспекты традиционного питания: повседневный рацион, ритуальная пища, сезонность в питании, пищевые ограничения, посты, половозрастные различия, престижность употребления тех или иных блюд. Иначе говоря, мы сознательно ограничиваемся кругом тех проблем, которые в наибольшей степени позволяют проанализировать роль традиционного питания в культурной адаптации того или иного этноса. При этом целый ряд проблем (порядок проведения трапез, традиционная утварь и ряд других) остается за рамками данного исследования.

Роль и значение в традиционных системах питания дикорастущей флоры, продуктов охоты, рыбной ловли и пчеловодства была рассмотрена нами ранее достаточно подробно. Поэтому в дальнейшем мы будем останавливаться на этом лишь вкратце, тем более, что калористическое значение этих продуктов в традиционной кухне было невелико, а в настоящее время еще уменьшилось.

В силу этнической и конфессиональной замкнутости группы русских переселенцев, попавшие в Закавказье, сумели сохранить целостность своего бытия. На новой Родине они столкнулись с чрезвычайно разнообразными природными условиями. Хозяйство коренных кавказских народов, несмотря на ряд общих черт, различалось как между самими этими народами, так и отличалось от традиционного хозяйства русских крестьян. Главным таким

отличием, пожалуй, являлась достигнутая за длительный исторический период адаптированность хозяйства коренных жителей к сложным и разнообразным природным условиям Закавказья. Этот путь русским крестьянам предстояло пройти в ходе этнокультурной адаптации, отчасти уже рассмотренной выше (Grigulevitch, 1995).

В структуре питания русских старожилов в местах выезда основу составляли продукты земледелия. При переселении на Кавказ на первоначальном этапе адаптации русские переселенцы пытались сохранить весь традиционный пищевой комплекс: выращивали озимую и яровую пшеницу, полбу, просо, рожь, гречиху, овес, ячмень, лен, коноплю (из семян двух последних давили растительное масло), картофель, капусту, тыкву, хрен, морковь, свеклу, бобы, горох. Ячмень и овес шли в основном на корм скоту. Лук и чеснок молokane, как уже отмечалось, из-за религиозного запрета не выращивали и в пищу не употребляли.

Пища русских крестьян в первые годы после переселения ничем не отличалась от той, к которой они привыкли на своей родине. Основу ее составляли хлеб из пшеничной муки, мучные и крупяные блюда, молока и продукты из него. Меньше шло в пищу мясо (большей частью - говядина), из овощей употреблялись главным образом картофель и капуста. Традиционными напитками были квас и брага. Употребление крепких спиртных напитков осуждалось приверженцами всех религиозных толков русских старожилов.

По традиции русские отдавали предпочтение водке (самогону), а не виноградному вину. Самогон делали не только из пшеницы, но и из виноградных выжимок и сусла, а также из ячменя и диких фруктов (Ерицов, 1886). Наряду с этим в Закавказье русские старожилы по примеру коренных народов и немцев-колонистов стали культивировать виноград и занялись виноделием. В Ленкоранском уезде некоторые русские старожилы и армяне делали вино из дикого винограда, добавляя к нему от 5 до 10 пудов кишмиша на сорокаведерную бочку. В этом уезде наибольшее

го развития виноградарство достигло среди русских сектантов, которые в основном выращивали виноград сорта "Изабелла" и черные кахетинские сорта (Очерк..., 1914).

По нашим полевым материалам молокане в селе Ивановка делали вино и самогон из алычи и других фруктов. Кроме того, они покупали у армян красное виноградное вино и виноградную водку. В связи с тем, что в последнее время виноград стали обрабатывать различными инсектицидами, качество местного вина значительно ухудшилось.

Со временем из повседневного рациона русских старожилов вышли лишь гречневая и ржаная мука; другие культуры, которые по тем или иным причинам переставали возделываться, сохранились в рационе благодаря тому, что перешли в разряд покупаемых; льняное и конопляное масло заменилось подсолнечным.

Наиболее консервативным, как мы и предполагали, оказался комплекс ритуальных блюд, связанный со свадьбой и поминками. У молокан он был практически идентичен во всех обследованных нами селах и состоял из щей, тушеного мяса с картошкой, лапши, сваренной на мясном бульоне, рисовой каши с маслом и изюмом. Перед началом и в конце каждой трапезы подавали чай со сладостями, что, безусловно, является прямым заимствованием из местной кухни. В старину вместо воды пили квас.

У прыгунов на свадьбу готовили горячую похлебку, говядину, жаркое из баранины с картошкой, пироги, блины и кисель.

Отмеченные выше пищевые ограничения, обусловленные религиозными запретами, были характерны прежде всего для последователей молоканского учения. В пищу не употреблялась свинина, зайчатина, некоторые виды рыб, лук и чеснок. Эти ограничения по-разному объясняются верующими. В ответ на этот вопрос чаще всего можно услышать, что "бог не приказал". Среди верующих молокан бытует легенда, что пищевые ограничения были введены под давлением некоего Семена Далматова, обращенного в молоканство во второй половине 18 в. Со-



гласно легенде, Далматов настаивал, чтобы молокане, подобно иудействующим, не вкушали свинины, рыбы, не имеющей чешуи, и вообще пищи, запрещенной Моисеевым законом.

Нарушение пищевых запретов считалось большим грехом. В обследованных нами молоканских селах пресвитер религиозной общины, произнося проповедь на свадьбе, предупреждал молодых, что если они будут пьянствовать, есть свинину, зайчатину, лебедей, севрюгу, сомину, чеснок, лук, то тем самым осквернят свою душу, совершат грех против седьмой заповеди и будут наказаны. Употребление сахара тоже считалось грехом. Чай пили только с кишмишом или медом, благо последнего было много. У некоторых групп сектантов ограничения в пище были еще более строгими. Н.Дингельштадт писал, что "и дозволенная писанием к употреблению скотина, зарезанная не прыгуном, не должна быть употребляема прыгунами" (Дингельштедт, 1885).

На рубеже 30-40-х гг. 20 в. роль пищевых ограничений в традиционном питании сектантов заметно ослабла. По-видимому это связано с ослаблением религиозного чувства у людей, выросших и воспитывавшихся при советской власти. Наши пожилые информаторы рассказывали, что продолжают твердо придерживаться пищевых ограничений, в особенности на свинину, зайчатину и некоторые виды рыбы. Выше мы уже отмечали, что в основном это касается женщин. Мужчины всегда менее строго соблюдали эти запреты. В настоящее время практически во всех русских селах на приусадебных участках, а в с. Ивановка и на колхозном поле, выращивается лук и чеснок, последний - главным образом.

Отрицая догматы православной церкви, сектанты не соблюдали общепринятых для православных христиан постов. По средам и пятницам духоборцы и молокане не воздерживались от скоромной пищи, пили молоко, за что последние, по некоторым предположениям, и были прозваны молоканами. "Молокане кое-когда воздерживаются

от излишней пищи, некоторую снедь считают запретною - писал П.Надеждин о закавказких сектантах, - духоборческий пост - воздержание от объедения, пьянства и всякой роскоши..." (Надеждин, 1869). Кроме того, постные для православных дни (среда и пятница) накладывали на них дополнительные ограничения. В эти дни, например, запрещалось играть свадьбы. Молокане отрицали и эти установления православия.

В ходе полевых исследований нам стало ясно, что единственный обязательный для всех сектантов пост соблюдался ими в течение 3-7 дней (в зависимости от исповедуемого толка) перед главным для верующих праздником - Пасхой. Кроме того, практически все постились осенью в знак благодарности за хороший урожай или, наоборот, летом в засуху, пытаясь таким образом предотвратить потерю урожая. Вообще к посту прибегали (и прибегают) в какие-либо ответственные моменты (болезнь, потеря близкого человека, свадьба детей и т.д.). В таких случаях пост выступает либо как благодарственный акт, либо как жертва, призванная умиловить Бога, и соблюдается такой "внеурочный" пост, как правило, в течение трех дней.

Во время поста в дневное время ничего не едят и не пьют, а после захода солнца можно есть все (кроме пищи, которую избегают и в обычное время). Вероятнее всего такая форма поста объясняется опять же стремлением сектантов очистить свою веру от позднейших наслоений православия и вернуться к христианским истокам, в данном случае к христианской вечере (соена), которая во время поста была единственной трапезой в продолжение дня. Таким образом, пост, соблюдавшийся русскими старожилами, хотя по форме проходил так же, как и у народов, исповедующих ислам, но истоки этого явления были разные.

Половозрастная сегрегация в пище русских крестьян отсутствовала. Детей до года стараются вскармливать грудным молоком, а затем они переходят на общий стол.

Итак, мы видим, что в 19-начале 20 в. часть культуры жизнеобеспечения русских старожилов, связанная с питанием, регламентировалась как хозяйственными традициями, так и религиозными предписаниями, что, безусловно, также способствовало ее консерватизму. На первом этапе переселения на Кавказ русские сохранили во всей полноте комплекс системы жизнеобеспечения, связанный с традиционным питанием. До наших дней дошла традиция приготовления даже таких старинных русских мучных блюд, как кулага (старинное русское блюдо на основе соевого соуса), саламата (заваренная кипятком и обжаренная в растительном масле мука), затируха (протертое через сито тесто, сваренное в кипятке с луком и картошкой). Переселенцы иногда лишь заменяли одни отсутствующие компоненты на другие. Так, ржаная мука сменилась пшеничной. За неимением калины и черемухи в кулагу добавляют сухофрукты и т.д.

## **АЗЕРБАЙДЖАНСКИЕ ТРАДИЦИИ В ПОВСЕДНЕВНОМ ПИТАНИИ**

Для традиционного питания азербайджанцев издавна была характерна молочно-растительная направленность, при умеренном использовании мясных продуктов (Grigulevitch, 1988). Употребление молока или молочных продуктов подробно рассмотрено нами в 3 главе: “Традиционное питание и продолжительность жизни”, к которой мы и отсылаем читателя. Основное место в традиционном питании отводилось и отводится хлебу, который выпекается из муки различных видов злаков.

На садже выпекали тонко раскатанный хлеб юха или фэтир. Этот вид хлеба во время кочевков в 19-начале 20-го века на летних пастбищах часто заменял чурек. Выпекали его только из пшеничной муки. Кроме того, на садже выпекали хлеб из кислого теста в виде лепешек - хамралы. В Казахском и Таузском районах следует отметить выпечку

и довольно широкое употребление в пищу кукурузных лепешек джад. Иногда эти лепешки делали с добавлением либо пшеничной, либо просяной муки. Азербайджанцы всегда считали хлеб "аванлыг" основой еды. Любили свежее испеченный хлеб с сыром - демэч. Изредка пекли сдобный хлеб - кембя. Выпекали его между двумя саджами, положив поверх раскаленные угли. К праздникам на садже выпекали сдобные слоеные лепешки - фсяяли. На торжества жарили во фритюре пирожные - гаттама из слоеного теста (Агамалиева, 1971).

Сейчас по нашим полевым материалам хлеб выпекают только из пшеничной муки (ячмень, просо и полба вышли из употребления и используются только на корм скоту). В качестве дрожжей используют кусочек теста, оставшегося от предыдущего замеса. Тесто (мука, вода, соль и дрожжи) после замеса подходит в течение трех часов, затем его выпекают в тандыре (глиняной печи для выпечки хлеба). Хозяйка выпекает 16-17 чуреков из расчета на семью, состоящую из 12 человек. Этого хлеба хватает на три дня. Вес каждого чурека приблизительно равен 1 кг. Хлеб хранят в кастрюле с плотно закрытой крышкой. Таким образом, в день на человека приходится около 500 г хлеба.

Из мучных блюд в 19 - начале 20 века часто готовили хашил (густая каша из пшеничной муки с маслом), гуймаг, тутмач (пшеничная крупа, сваренная в молоке, с маслом и с луком), ярмахашил (пшеничная крупа, сваренная в пахтанье с маслом) и другие. Преобладание мучных блюд вело к меньшему потреблению собственно хлеба. В качестве ритуального блюда готовили и готовят халву. Пшеничную муку обжаривают в масле до золотистого цвета и, добавив сироп, либо патоку, в горячем виде раскладывают в мелкие тарелки или заворачивают в юха.

По сравнению с другими этнографическими зонами Азербайджана в Таузской и Казахской зонах мучные блюда в старину готовили чаще. Особенно в холодное время года. Рассказывая о мучных блюдах, пожилые люди называли прежде всего хингяль. Готовили его следующим об-

разом: тонко раскатанное тесто (пресное, замешанное на воде), нарезали на небольшие квадратики. Слегка подсушив, их отваривали в подсоленной воде и откидывали на дуршлаг. Подавали хангяль с мясом, с жареным луком и гурудом. Готовили также суп-хангяль.

Следует отметить частое приготовление лапши - эришта, которую заготавливают и впрок, предварительно подсушив и поджарив. Перед употреблением лапшу варят в подсоленной воде и в зависимости от добавления к ней масла, мяса или бобовых получают различные блюда. Мучные блюда, считающиеся согревающими, чаще едят в холодное время года. Вероятно, поэтому суп с лапшой в Таузском и Казахском районах называют исти (буквально - "горячо", "жарко"). Исти готовят и на мясном бульоне, часто на бульоне заготовленного впрок мяса. Лапша шла на приготовление и таких вторых блюд, как аш. Для приготовления этого блюда лапшу могли комбинировать с рисом, иногда и с мелкой фасолью (маш). Старожилы помнят, что в прошлом обязательным было приготовление именно этого блюда за месяц до праздника Новруз Байрам (Агамалиева, Григулевич, 1983).

Особое место отводится в азербайджанской кухне бобовым (в основном это горох и фасоль). Они используются при приготовлении первых и вторых блюд как повседневного, так и праздничного рациона. Горох, крупная и мелкая фасоль служат в качестве добавочного компонента к различным блюдам. Больше других использовали фасоль. Из ее молодых стручков готовят ряд блюд. Фасоль тушат, добавляют лук, подкисляют, иногда заливают яйцами. Зеленую фасоль едят с подливой из гатыха с чесноком. Зрелую фасоль варят, мнут, получая густую кашу. Одним из древних традиционных блюд можно считать хадик- кашу из бобовых, пшеницы и кукурузы. Ею готовили чаще зимой.

Традиционным для азербайджанской кухни является широкое использование в пищу овощей, фруктов, орехов, ягод и трав. Их употребляют в свежем виде, для пригото-

ления 1-х и 2-х блюд, а для длительного хранения перерабатывают различными способами. Широко используется лук. Сырой репчатый лук подают ко многим блюдам. Жареный до золотистого цвета лук (аг соган) подают к хангялю. К тушеному мясу или курице в конце готовки добавляют значительное количество нашинкованного лука.

Для Таузской и Казахской зон характерно довольно частое употребление чеснока. Большая часть мясных, мучных блюд подается с подливой, заправленной толченым чесноком. Подливу готовят из гатыха (кислое молоко, приготовленное из кипяченого молока) или гуруда (сухая сыворотка). Такую чесночную подливу подавали обычно ко вторым блюдам, а уксус с чесноком - к первым. Пожилые люди чеснок считают средством, предупреждающим многие болезни.

Необходимо отметить, что то разнообразие овощей, которое мы сейчас наблюдаем - явление сравнительно позднее. Так, картофель, помидоры, морковь, свекла, капуста появились в рационе и стали составной частью некоторых блюд лишь в 20 веке. Овощи засаливают и маринуют, из фруктов варят варенье, компоты, делают туршлаваш, а из сока винограда, граната и тутовника готовят бекмез и дошаб (уваренные соки с добавлением сахара).

Для азербайджанской повседневной кухни характерно умеренное употребление пряностей: черный и душистый перец, имбирь, гвоздика, ваниль, шафран, сумах. Шафран добавляют в плов, пити (традиционный суп из баранины и гороха), халву, тмин - в шор (вид творога). Лавровый лист, черный перец и уксус используют для приготовления маринада. Из перебродившего сока зеленого винограда делают виноградный уксус, а из гранатового сока - нар шараб. Их употребляют в качестве кислых приправ к первым и вторым блюдам.

Наряду с традиционными, широко распространенными для азербайджанцев напитками (чай, айран, шербет), можно отметить некоторый рост в последнее время употребления покупных спиртных напитков, прежде совершен-

но не употреблявшихся. Он произошел прежде всего за счет водки, коньяка и в меньшей степени - виноградных вин.

Развитое отгонное скотоводство определило разнообразие мясной пищи. Летом мясную пищу ели реже, зимой чаще. Потребление мяса зависело и от экономического положения семьи. Исследователь экономического быта крестьян в 19 веке сообщает, что "баранина предпочитается говядине; в знак внимания дорогому гостю закалывается овца... Вообще мясное кушанье считается лакомством, так как даже на самую зажиточную семью выпадает в году не более 10-15 овец (Ерицов, 1886).

Исследователь экономического быта населения Казахской дистанции, говоря о мясных блюдах, в первую очередь называет "...бозбаш - в роде соуса с бараниной или дичью с луком, кебаб, т.е. баранина, мелкими кусками изжаренная на вертеле..., плов - разваренное сарачинское пшено с маслом, изюмом, шафраном и подаваемое всегда с бараниной или дичью..." (Зубарев, 1836). Prestижным считалось приготовление бозартма (тушеное мясо), соутма (отварное). Кроме того, в пищу употребляли и внутренности животного. Из внутренностей овцы готовили жаркое - чызбыз. Из ножек, головы и желудка барана варят густой бульон - келля - пача.

И в наши дни, по свидетельствам наших респондентов, наиболее престижной и желательной считается баранина, но в быту азербайджанцы, живущие в сельской местности, чаще употребляют в пищу мясо домашней птицы (как правило, это куры и индейки, значительно реже - цесарки, утки, гуси). Чаще всего из птицы готовят чихиртму - томят в собственном соку с луком, заливают яйцами и заправляют виноградным уксусом. Баранина и говядина поступают на стол как из своего хозяйства, так и через государственную торговлю.

Мясной рацион, в особенности в теплое время года, довольно ограничен. Так, в среднем на семью из 12 человек приходится приблизительно 3-4 кг мяса в неделю,

причем, как правило, это мясо птицы. Жарят мясо обычно на топленом масле. Варка и тушение - самые распространенные способы тепловой обработки мясных продуктов. По традиции самым престижным способом приготовления мяса является запекание его на вертеле. Видимо этот способ и один из наиболее древних. Шашлык из мяса или птицы - не только ритуальное и гостевое блюдо, но и любимое блюдо сельских жителей, а также пастухов. В последние годы шашлык наряду с некоторыми другими блюдами перешел в разряд общекавказских блюд.

Зимой и осенью, заколов скотину, мясо заготавливают впрок, получая говурму. Для этого мясо большими кусками томили в собственном соку; хранили в керамических кувшинах, залив растопленным жиром. Многие традиционные блюда готовили и готовят до сих пор из говурмы, часто с мучными изделиями и с рисом.

Таким образом мы видим, что повседневная пища сельских азербайджанцев в значительной степени сохраняет традиционные черты. В ней, как и в конце 19 - начале 20 века, преобладают зернобобовые и кисломолочные продукты, а также продукты растительного происхождения при умеренной роли мясных продуктов.

Мусульманское население соблюдает пост накануне праздников (например, Новруз-Байрама). При этом ограничения в пище остаются те же, что и в обычные дни - свинина, рыба без чешуи, спиртные напитки (главным образом вино). Но есть и пить разрешается только после захода солнца, "когда покажется первая звезда". Таким образом, верующие постятся только в светлое время суток.

В старину традиции не позволяли женщинам есть за одним столом с мужчинами. Сначала питались мужчины, а то, что оставалось после них, доедали женщины и дети. В наши дни, как правило, вся семья ест за одним столом. Исключения составляют случаи, когда в доме гости. Если это особо почетные гости, то кушанья на стол подает сам хозяин или его жена, которая при этом за стол не садится. Дети до года, иногда даже до полутора лет, находятся на



грудном вскармливании, а затем, как правило, переходят на общий стол.

## **ПОВСЕДНЕВНОЕ ПИТАНИЕ В ТРАДИЦИОННОЙ АРМЯНСКОЙ КУЛЬТУРЕ**

У армян среди всех сельскохозяйственных продуктов преобладали зерновые, в основном пшеница и полба. Только в высокогорных районах с особо суровым климатом на первое место выступал ячмень, который, тем не менее, воспринимался как вынужденный заменитель пшеницы (Арутюнов, Мкртумян, 1983).

Из пшеничной муки выпекали тонкий лаваш и бомби (пруз). Тонкий лаваш, по наблюдению С.Д.Лисициана, выпекали раз в несколько месяцев в тех областях Армении, где было трудно с топливом. В лесистых местах, где тонира (глиняная печь для выпечки и запекания продуктов) нагревался дровами, хлеб выпекали раз в несколько дней и он имел форму толстой лепешки. В лаваш заворачивают зелень, сыр, мясо, кашу (Лисициан, 1955). В качестве суррогатов к пшеничной муке иногда примешивали ячменную или добавляли картофель. Хлеб у армян всегда считался основой еды. На это указывает и тот факт, что слова "завтракать", "обедать" и "ужинать" у армян часто заменяют словом "нацутел", что означает "есть хлеб" (Тер-Саркисянц, 1978). Праздничным, ритуальным печением был особый сдобный хлеб "гата", с начинкой или без.

Древнейшим способом употребления зерновых у армян было жарение грубо помолотых зерен пшеницы или полбы. Обрядовым блюдом у армян был "похиндз" (поджаренная и грубо смолотая пшеница), политая горячим топленым маслом и сывороткой). Иногда эту крупу варили в

воде с сахаром или медом, добавляя к ней изюм, миндаль и орехи.

Овес был почти не известен, рожь возделывали не везде. Из кукурузы муку не выделяли. Особенно ценились блюда из риса, которые готовились как с мясом, мясным фаршем и рыбой, так и с изюмом, курагой.

Во всех хозяйственно-культурных типах, основанных на зерновом хозяйстве, широко употребляется в пищу мясо домашнего скота, либо основным источником животного белка становятся присваивающие отрасли хозяйства. В армянской системе питания преобладает первый тип получения животного белка (зерново-скотоводческий) с потреблением в пищу молока и молочных продуктов. Ориентировка на доение скота и изготовление молочных продуктов определяет тенденцию к максимальному ограничению забоя скота, что характерно также и для азербайджанской системы питания. Армянскую систему питания отличают сложные методы обработки молока и получения различных молочных продуктов в сочетании с умеренным потреблением мясных продуктов, которые, тем не менее, играют очень большую роль в ритуальных трапезах (Арутюнов, Мкртумян, 1983. С. 198)

Армяне в 19 - начале 20 века разводили, как правило, крупный рогатый скот, изредка коз. Молоко, надоенное от разных видов животных, смешивали и кипятили. Когда оно остывало до комнатной температуры, его заквашивали небольшим количеством оставшегося кислого молока, получая мацун, аналогичный азербайджанскому гатыху, который употребляли как в чистом виде, так и для приготовления различных блюд или приправ, как правило, к мясным кушаньям.

К готовому мацуну добавляли воду и сбивали из него масло в специальных глиняных маслобойках - "хноци", которое хранили в перетопленном виде. Полевые материалы показывают, что вся эта технология практически без изменений сохранилась до наших дней. Сыворотка из-под масла (тан, аналогичный азербайджанскому айрану) упот-

ребляется как прохладительный напиток в теплое время года, служит субстратом для приготовления различных блюд. Кроме того, тан нагревают и, отжимая под прессом творожистый осадок, получают сухой остаток - чортан, аналогичный азербайджанскому гуруду. Чортан долго хранится и используется в пищу по мере надобности. Сложная система ферментативной обработки молочных продуктов, характерная для армянской системы питания, позволяла изготавливать в домашнем хозяйстве целый ряд высококачественных сыров. Среди них такие, как чичель (ниточный сыр), мотал (сыр крупинками), сыр с добавками пряных трав и ряд других.

Мясные продукты по распространенности уступали молочным. С.А.Арутюнов и Ю.М.Мкртумян выделяют следующие основные способы приготовления мясных блюд, характерные для армянской системы питания: жарение на углях, жарение на жировом субстрате, варка; специфические способы консервации - посол, отжим, сушка, покрытие специальной смесью из пряностей. При этом преобладают блюда из мясных продуктов, рассчитанные на непосредственное употребление, и небольшое место занимают специфические формы снеди, ориентированные на особо длительное хранение. Промежуточное положение занимают каурма (аналог азербайджанской говурмы), по технологии приготовления подобная блюду, но рассчитанная на длительное хранение (Арутюнов, Мкртумян, 1983).

Мясной пищей служила говядина, баранина, свинина, птица. Предпочтение отдавалось баранине. Любимое блюдо - шашлык из баранины или свинины (хоровац). Пастухи нередко запекали баранью тушу в золе, предварительно обернув ее в свежую шкуру. По-видимому, это один из наиболее древних способов приготовления мяса (Лисициан, 1955).

Мясо в повседневном быту сельской семьи среднего достатка употреблялось сравнительно мало. Свиноводство было распространено главным образом в лесных районах, где свиней кормили дубовыми желудями и семена-

ми бука. Заготовка на зиму окороков или сала не практиковалась.

В армянской кухне мы находим много блюд из рубленого мяса. Оно шло как начинка в голубцы (толма) из виноградных или капустных листьев. Им фаршировали яблоки, айву, кабачки, баклажаны, помидоры и т.д. Любимым блюдом из говядины или баранины была кюфта: тяжелым деревянным молотком мясо разбивали в вязкую массу, из которой делали шарики. Их отваривали в воде и подавали к столу с горячим растопленным маслом. Это было праздничное блюдо, как и хариса (отваренная в пшеничной крупе баранина или птица, политая маслом). Держали много кур. Утки и гуся были редки (Лисициан, 1955).

Большое количество скота приносилось в жертву во время праздников, на свадьбу, крестины. Эти обычаи сохранились до наших дней. В 1987 году, будучи в Гегардском монастыре в Армении, мы наблюдали этот старинный обряд, дошедший до нас из глубины веков.

Из овощей у армян наиболее употребительны капуста, баклажаны, огурцы, редька, кабачки, со сравнительно недавнего времени - картофель, помидоры, болгарский перец. Много идет в пищу огородной зелени (петрушка, укроп, сельдерей, мята, эстрагон (тархун), кресс-салат, кориандр (кишнец). Зелень подают к столу в свежем виде, а также варят, жарят на растительном или сливочном масле (иногда с яйцами), солят и маринуют. Много пряной зелени добавляют в первые и вторые блюда.

Армяне издавна славятся как искусные садоводы. Они выращивали абрикосы, персики, яблоки, груши, айву, тутовник. Часто диким плодовым деревьям делали прививки. Если раньше на зиму фрукты в основном засушивали и вялили, получая сухофрукты, то в последние десятилетия, как показывают полевые материалы, в связи с доступностью и относительной дешевизной сахара, широкое распространение получили варенья, повидла, компоты.

Особого искусства у армян достигло виноградарство. Вино и водку обычно подавали гостям. В восточных про-

винциях водку делали из виноградных жмыхов, из кизила, туты, других плодов. Хлебная водка редко выгонялась. На свадьбах, крестинах, похоронах и других торжественных случаях водка фигурировала обязательно. В некоторых районах Армении употребляли чай. Бедным он был недоступен. Они вместо чая заваривали шиповник или особую траву (атри) (Лисициан, 1955).

Как таковых, пищевых запретов у армян не существовало. Ограничения на те или иные продукты были временные. Так, например, запрещалось есть виноград до Успения, сухофрукты до Навасарда (Нового года) (Лисициан, 1955).

Верующие армяне строго придерживались постных дней, которых, как мы уже отмечали выше, в году насчитывалось до 160. В эти дни, помимо всего мясного и молочного, из пищи исключалась и рыба. Постное растительное масло получали из льна, кунжута, конопли и орехов.

За стол садились сначала мужчины (в порядке старшинства), потом женщины. Этому порядку подчинялись и гости. Исключение делалось лишь для хозяйки дома (тинтикин), которой предоставлялось особое право сидеть рядом с хозяином. Там, где женщины вечером ели одновременно с мужчинами, они усаживались отдельно.

\* \* \*

В целом можно отметить, что повседневное питание описываемых народов Закавказья отличается большим разнообразием молочных и кисломолочных продуктов, причем некоторые из них, например, такие, как мацони, айран, шор характерны для кухни всех этих народов, а другие распространены локально. Обращает на себя внимание многообразие видов хлеба, причем оно касается как видов исходного сырья, так и способов и технологии выпечки.

У народов Закавказья, несмотря на большое внешнее сходство и несомненную близость таких основных компо-

нентов, составляющих повседневный рацион питания, как хлеб и молочные продукты, наблюдается также множество локальных вариантов, которые, тем не менее, не являются определяющими для этнических систем питания. Повидимому, это объясняется сходными природными, климатическими условиями и единством типа ведения хозяйства с одной стороны, а также спецификой социально-исторического окружения - с другой, которые привели к формированию своеобразного, уникального по своим особенностям, сбалансированного типа питания народов Закавказья.

Еще раз подчеркнем, что резких качественных различий в потреблении продуктов населением отдельных областей Азербайджана не наблюдается. Возможны лишь некоторые отличия в степени потребления дикорастущих (в горах, особенно в лесной зоне, больше; на равнинах, особенно в полупустынных областях, меньше). В средних и высокогорьях, особенно в местах, не имеющих хорошо налаженной связи с рыночными центрами, меньше потребляется фруктов и овощей. Так как для жителей низкогорно-предгорной зоны Большого Кавказа характерна традиционная приверженность к садоводству, в этих местах потребление фруктов (груши, яблоки, а в предгорных равнинах - гранаты) значительно. С другой стороны, в послевоенное время площади садов, в том числе и в этих местах, значительно сократились. Многие селения предгорно-низкогорного пояса, а селения этой полосы составляют большую часть селений Азербайджана, были целиком переориентированы на выращивание винограда.

**Агамалиева С.М.** Пища и напитки азербайджанцев конца XIX - начала XX веков. Баку, 1971.

**Агамалиева С.М., Григулевич Н.И.** Полевые материалы 1983г. // Архив Института этнологии и антропологии РАН.

- Арутюнов С.А., Мкртумян Ю.И.** Проблема классификации элементов культуры (на примере армянской системы питания) // СЭ, 1981, N4. С.6
- Арутюнов С.А., Мкртумян Ю.И.** Система питания. Введение и классификация // Культура жизнеобеспечения и этнос. Опыт этнокультурологического исследования (на материалах армянской сельской культуры). Ереван, 1983. С.198, 202.
- Абелов Н.А.** Экономический быт государственных крестьян Елисаветпольского уезда Елисаветпольской губернии // МИЭБГКЗК. Тифлис, 1887. Т.7 С.83, 139.
- Абелов Н.А.** Экономический быт государственных крестьян Геокчайского и Шемахинского уездов Бакинской губернии // МИЭБГКЗК. Тифлис, 1887а. Т.6. Ч.2. С.131.
- Бабаев Т.А.** Пчеловодство в Азербайджане (историкоэтнографическое исследование). Автореф... канд.ист.наук. Тбилиси, 1978. С.8.
- Вермишев Х.А.** Экономический быт государственных крестьян в Ахалцихском и Ахалкалакском уездах Тифлисской губернии // МИЭБГКЗК. Тифлис, 1886. Т.3. Ч.2. С.140.
- Волкова Н.Г., Джавахишвили Т.Н.** Бытовая культура Грузии XIX-XX: традиции и инновации. М., 1982. С.182.
- Деконский А.Г.** Экономический быт государственных крестьян в Шушинском и Джебраильском уездах Елисаветпольской губернии // МИЭБГКЗК. Тифлис. 1886. Т.2. С.152, 232.
- Дингельштедт Н.** Закавказские сектанты в их семейном и религиозном быту. С.-Петербург, 1885. С.3
- Дулов А.В.** Географическая среда и история России (конец 15-середина 19 в.). М., 1983. С.73.
- Ерицов А.Д.** Экономический быт государственных крестьян Казахского уезда Елисаветпольской губернии // МИЭБГКЗК. Тифлис. 1886. Т.2. С.152.
- Зелинский С.П.** Экономический быт государственных крестьян в Шорагеле Александропольского уезда Эриванской губернии // МИЭБГКЗК. Тифлис, 1886. Т.3. С.232.
- Зубарев Дм.** Казахская дистанция. Шамшадильская дистанция // Обзорение Российских владений за Кавказом в статистическом, этнографическом и финансовом отношениях. С.-Петербург, 1836. "Кавказское сельское хозяйство", 1895, N74. С.1290.
- Калашев Н.** Селение Ивановка // СМОМПК. Тифлис, 1892. Вып.13. С.257.
- Козлов В.И., Комарова О.Д., Степанов В.В., Ямсков А.Н.** Проблемы адаптации русских старожилов в Азербайджане (середина 19-20 вв.) // СЭ, 1988. N6. С.43.
- Кофод А.А.** Сельскохозяйственные очерки Закавказья. С.-Петербург, 1904. С.29.
- Лисициан С.Д.** Очерки этнографии дореволюционной Армении // КЭС. М., 1955. С.218.

- Марков Ф.Т.** Экономический быт государственных крестьян Эриванского уезда // МИЭБГКЗК. Тифлис, 1886. Т.3. Ч.1. С.3.
- Надеждин П.** Природа и люди на Кавказе и за Кавказом. С.-Петербург, 1869. С.306.
- Очерк сельского и лесного хозяйства Ленкоранского уезда Бакинской губернии. Баку, 1914. С.81, 82, 121, 122.
- Петров И.Е.** Духоборы Елисаветпольского уезда // ИКОРГО. Тифлис, 1906. Т.18. N3. С.171.
- Петров И.Е.** Селения Новосаратовка и Новоивановка Елисаветпольского уезда // ИКОРГО. Тифлис, 1909. Т.19. N1. С. 226, 239.
- Петров В.А.** Этноботаника Нагорного Карабаха. Баку, 1940. С.15, 18-21.
- Спасский Н.И.** Сельскохозяйственно-статистические сведения об Эриванской губернии за 1870 год // Сборник сведений о Кавказе. Тифлис, 1872. Т.2. С.184.
- Тер-Саркисянц А.Е.** Современные этнические процессы у армян Нагорного Карабаха // Этнические и культурно-бытовые процессы на Кавказе. М., 1978. С.78.
- Ямсков А.Н.** Новоивановка: история селения и крестьянского хозяйства // Русские старожилы Азербайджана: материалы по этнической экологии. М., 1990. С.108.
- Grigulevitch N.I.** Cultural and Ecological Peculiarities of the Traditional Diet of the Russisns in Azerbaijan. XII ICAES. Zagreb. July 24-31. 1988. Moscow, 1988.
- Grigulevitch N.I.** Traditional Food as One of the Main Ways of Adaptation // The Anthropology of Food Habits. 13 Intercongress ICAES, Mexico, 1993.
- Grigulevitch N.I.** Traditional Food and Adaptation of Migrants // Current Research into Eating Practices. Contributions of Social Sciences: 14-16 October 1993, Potsdam, Germany. 1995.
- Yamscov A.N.** Environmental Conditions and Ethnocultural Traditions of Stock-Breeding (the Russians in Azerbaijan in the 19th and early 20th Centuries) // XII ICAES. Zagreb. July 24-31. 1988. Moscow, 1988.





## **ПИТАНИЕ, КАК ВАЖНЕЙШИЙ МЕХАНИЗМ ЭТНОЭКОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ (вместо заключения)**

**З**авершая монографию, мы отнюдь не ставили задачу поставить все точки над *i* в последнем разделе. Следуя логике нашего исследования (пища и продолжительность жизни; традиционное питание и проблема миграций; этнокультурное многообразие пищевых комплексов в сходных экологических условиях), мы неизбежно приходим к более общей проблеме адаптации этносов и этнических групп к меняющимся условиям социокультурной и природной среды. Именно от того, насколько успешно, или наоборот, неуспешно функционирует пищевой комплекс в конкретной системе жизнеобеспечения, во многом зависит жизнь и благосостояние лю-

дей, да и стабильное существование самой этнической общности.

Способ функционирования традиционных форм питания в общей системе жизнеобеспечения - тема дальнейших комплексных исследований. На основе имеющихся в настоящее время материалов по Закавказью мы можем обозначить только общие принципы этноэкологической адаптации в сфере питания.

## **МЕХАНИЗМЫ ПЕРЕДАЧИ ЭТНОКУЛЬТУРНОЙ ИНФОРМАЦИИ**

Начиная с первых лет жизни в Закавказье, русские переселенцы контактировали с коренными народами. Результатом этих контактов явилось значительное взаимное влияние традиционных культур жизнеобеспечения, которое с годами все усиливалось. Межэтнические контакты осуществлялись в самой разнообразной форме и явились главным механизмом передачи этнокультурной информации, которая безусловно способствовала успешной адаптации контактирующих этносов. Ниже мы попытаемся показать динамику межэтнического взаимодействия русских переселенцев с коренными народами Закавказья и проанализировать ее влияние на традиционную систему питания, как часть культуры жизнеобеспечения.

На первых порах переселение русских крестьян в Закавказье почти не сказалось на их традиционном хозяйстве. Русские села были преимущественно моноэтническими (Комарова, 1990; Комарова, Степанов, 1990), что вело к консервации традиционной для русских крестьян материальной культуры и особенностей хозяйственной деятельности.

Но уже на этом этапе закладывались основы будущих тесных межэтнических взаимоотношений. Как уже упоминалось ранее, это были дружеские, иногда кунакские, от-

ношения между представителями отдельных семей русских, азербайджанцев, армян. Кунаку при проезде через чужое село предоставляли кров, еду и корм для лошадей. Куначество, гарантируя неприкосновенность гостя, значительно облегчало ему контакты с другими жителями села.

Услуга эта была обоюдной. Так, жившие по-соседству с русским селом Новоивановка "кунаки-азербайджанцы точно так же помогали своим русским гостям в торгово-обменных операциях, найме чабанов и, что было особенно важной и сложной услугой, - в розыске угнанного у новоивановцев скота" (Ямсков, 1990). Иногда кунакские отношения передавались по наследству - от отца к сыну.

Со второй половины 19 века во многих русских селах стала ощущаться нехватка земель, из-за чего участились случаи аренды или покупки угодий (Козлов и соавт., 1988). Арендные отношения также способствовали межэтническим контактам. Русские крестьяне арендовали у соседних кочевых обществ пастбища, иногда землю для выращивания картофеля и некоторых других культур. В свою очередь, как мы уже писали выше, они сдавали свои земли с виноградниками и тузовыми садами в аренду местному населению.

Русские крестьяне Геокчайского и Шемахинского уездов нанимались косить и пахать к армянам и азербайджанцам. Как работники, они ценились очень высоко (Абелов, 1887а). В Ленкоранском и некоторых других уездах зажиточные русские крестьяне нанимали батраков из местного населения.

В условиях Закавказья роль скотоводства в хозяйстве русских поселенцев существенно возросла. В особенности это коснулось горных селений. Так, в селах Славянке, Ново-Горелом, Ново-Троицком, Ново-Спасском Елисаветпольского уезда в конце 19 века экономическое значение хлебопашества и скотоводства было равносильно, в то время как в большинстве русских селений преобладало хлебопашество (Абелов, 1887). В ряде селений возникли

формы отгонного скотоводства, при которых скот отгоняли зимой на равнинные (Чухурюрд, Ивановка), летом - на горные пастбища. Этот опыт русские заимствовали у соседних полукочевых групп овцеводов-азербайджанцев, сохранив при этом оседлый образ жизни (Yamskov, 1988). Близко контактируя с ними во время кочевков, русские перенимали характерные для скотоводов способы переработки молока и изготовления молочных продуктов.

Как было показано выше, природные условия Закавказья способствовали узкой специализации сельского хозяйства и соответственно вызывали к жизни рыночные отношения или отношения натурального обмена, которые затрагивали большинство населения данной территории. Этот обмен происходил не только между жителями гор и низменностей, но и между представителями разных народов, традиционно возделывавших различные культуры. Например, азербайджанцы Казахского уезда Елисаветпольской губернии издавна продавали армянам виноград или обменивали его на пшеницу и другие продукты. Армяне Геокчайского уезда развозили груши и яблоки по селениям хлебородных полос, где обменивали их на пшеницу и ячмень, причем фрукты оценивались одинаково по весу с хлебным зерном (Абелов, 1887а). Русские поселенцы обыкновенно обменивали зерно или картофель на сухофрукты в селениях азербайджанцев-садоводов. Жители сел Воскресеновка и Никитино славились своей капустой, а новосаратовцы и новоивановцы поставляли на закавказские рынки отборную картошку.

Широко развитые рыночные отношения создавали условия для глубоких и прочных межэтнических контактов. Д.И.Исмаил-заде справедливо отмечает: "С возникновением переселенческой деревни в Закавказье судьбы русского и местного крестьянства переплетаются, их дальнейшее развитие происходит в процессе взаимовлияния во всех сферах жизни и деятельности..." (Исмаил-заде, 1982. С. 5). Этому способствовало и хорошее знание русскими местных языков. Жители некоторых русских селе-

ний настолько хорошо владели языками коренных народов, что иногда пользовались ими в разговоре между собой (Калашев, 1892. С. 275).

Более высокий жизненный уровень русских крестьян положительно сказывался на окрестном населении. Так, например, духоборцы оказывали денежную поддержку не только своим единоверцам, но и нуждающимся из числа местного населения. Как правило, это были люди, которые работали у зажиточных духоборцев в батраках и пользовались доверием в их среде (Вермишев, 1886. С. 42).

Русские на Кавказе часто выступали с миротворческой, посреднической деятельностью во время то и дело вспыхивавших в крае межэтнических конфликтов. В 1885 г. в Шемахинском уезде эти конфликты имели характер религиозной вражды между шиитами, приходившими с территории Персии, и местными суннитами. Русские селения поставляли наибольшее количество вооруженных всадников для конных разъездов. Один из исследователей экономического быта крестьян Закавказского края сам стал свидетелем нападения на кочевое общество Караджузлы, во время которого кочевники в течение недели прятали своих жен и дочерей в русском селении Маразы (Абелов, 1887а. С. 206-208).

Пожилые крестьяне села Ивановка рассказывали нам, что в 1905 и 1918-1919 гг. во время армяно-азербайджанских столкновений жители села, как правило, это были всеми уважаемые старики, выступили как посредники, уговаривая враждующие стороны примириться. Часто это им удавалось. Но не всегда такие столкновения заканчивались мирно. Так, например, в 1918 году под русским селом Новосаратовкой произошел трехдневный бой с осаждавшими село мусаватистами. Новосаратовцы выстояли с помощью отряда из Новоивановки и окрестных армянских сел (Ямсков, 1990. С. 100). К сожалению, революционные годы ознаменовались резким обострением межэтнических отношений.

Наиболее тесные контакты между коренным населением и русскими поселенцами сложились в конце 50-х - начале 60-х годов 20 в., когда население большинства русских поселений уже было смешанным (Комарова, Степанов, 1990. С. 130) Складываясь при этом соседские, дружеские отношения, отношения в процессе совместной работы и учебы углубляли и расширяли межэтнические взаимоотношения.

В эти годы происходил уже не только и не столько обмен продуктами, сколько обмен информацией. Русские обучались новым для них приемам переработки и хранения молочных и мясных продуктов, которыми в совершенстве владели закавказские народы. В свою очередь, традиционная закавказская кухня обогатилась ранее не известными ей русскими блюдами. Некоторые традиционные для русских компоненты земледельческого комплекса стали употребляться шире за счет введения в рацион новых для русских старожилов блюд, заимствованных из кухни кавказских народов. С другой стороны, и набор земледельческих продуктов, используемых в питании русских старожилов, с течением времени также расширился за счет заимствования ряда продуктов, традиционных для народов Закавказья. Это, в первую очередь, зернобобовые: кукуруза в початках, кукурузная крупа, фасоль; овощные культуры: помидоры, кабачки, баклажаны; пряности, соленья: перец острый (аджика), пряные травы, специи, маринованные виноградные листья.

Заимствованные компоненты используются либо для приготовления русских блюд (борщ) и солений (маринованные огурцы, помидоры), либо для приготовления заимствованных традиционных кавказских блюд и приправ (плов, лобио, долма, аджика и др.). Таким образом, они не столько компенсируют утраченное при переселении, сколько существенно расширяют основу традиционного питания, главным образом, - земледельческий компонент.

Наши полевые материалы свидетельствуют о том, что, живя в Закавказье, русские переселенцы из пшеничной

муки, кроме хлеба, выпекают и выпекали пышки, калачи, витушки, пироги, блины, блинцы, пряники, "орешки". Пироги и "чиненки" (пироги определенной формы) выпекают как с традиционной для русских начинкой, так и с "шишками" (мушмула), тыквой, кислым щавелем. Кроме того, русские заимствовали у азербайджанцев такие мучные блюда, как хингяль (отваренные кусочки теста, приправленные мацони с чесноком), халва, пирожки, начиненные дикорастущими травами.

Наибольшие заимствования русскими в области традиционного питания приходится на ту часть системы жизнеобеспечения, которая превалировала у скотоводческих народов и основу которой составляли молочные и мясные продукты. Раньше русские пили парное молоко, но в последнее время в связи с широким распространением бруцеллеза все молоко кипятится.

Для закавказских народов характерно употребление в пищу только кипяченого молока, в то время как для русских более типично парное молоко и продукты из некипяченого молока (простокваша, творог). Полевые материалы показывают, что там, где климатические условия Закавказья (не очень жаркое лето) позволяли, русские сохранили эту традицию. Так, в селе Ивановка, в Новосаратовке и Славянке Кедабекского района Азербайджана, Лермонтово и Фиолетово Гугаркского района Армении, Гореловке и Орловке Богдановского района Грузии наряду с заимствованными у коренных народов способами переработки молока, русские делают творог и простоквашу из некипяченого молока. В обследованном же нами селе Новоголовка Джалилабадского района Азербайджана в условиях жаркого климата влажных субтропиков Ленкоранской низменности русским пришлось полностью перейти на заимствованные способы переработки молока и молочных продуктов, наиболее рациональные в данных условиях.

Для азербайджанцев, живущих в сельской местности, издавна была характерна традиция употребления в пищу молозива, которое, как известно, богато витаминами и

микроэлементами. По-видимому, это один из довольно редких примеров отрицательного влияния традиции на жизнеобеспечение. Лишение молодняка такого ценного продукта вызывало среди телят большой падеж, но инерция традиции такова, что в той или иной степени она сохранилась среди азербайджанского населения до наших дней практически во всех обследованных нами селах. В тех же селах, где азербайджанцы проживают совместно с русскими, они под влиянием последних постепенно отходят от этой традиции.

Русские переселенцы так же, как и коренные народы Закавказья, крупный рогатый скот резали весьма редко и то в особых случаях: на свадьбу, похороны, в честь гостей. Баранина предпочиталась говядине. Мясное кушанье считалось лакомством. Жители села Ивановка переняли такие типичные для кухни скотоводческих народов блюда как кюфта-бозбаш, пити, чихиртма, хаш, люля-кебаб, шашлык, бастурма, чабанаш, дюшбара. Мужчины, охотившиеся на кабанов, готовили кабанье мясо, следуя кавказским традициям. Интересно, что во время опроса, проводившегося среди русского населения села Славянка, некоторые хозяйки называли среди основных блюд теплого сезона кисломолочный суп - довгу, а среди основных блюд холодного сезона - шашлык, долму, пити.

Заимствования из традиционной кухни закавказских народов настолько органично вошли в рацион русских переселенцев, что зачастую не воспринимаются ими как что-то чужеродное. Об этом свидетельствует и то, что иногда эти заимствования сочетаются с исконными русскими блюдами в качестве приправы или служат исходным компонентом для их приготовления. Так, к блинам и блинцам наряду с традиционными сметаной, вареньем, маслом, перетопленным гусиным салом, сахаром, подают также каймак и бекмес. Тесто для оладий замешивают как на молоке, так и на мацони.

На свадьбу наряду с традиционными для молочан и дуборцев блюдами - борщ, мясо с картошкой, лапша, пи-



роги, кашник, готовят долму, соус, кяту (сдобные слоеные пирожки) - кушанья, заимствованные из кухни армян и азербайджанцев.

Однако эти блюда подают, как правило, за те столы, где сидят представители более молодого поколения. Старым и пожилым людям подают традиционные русские кушанья. На свадьбы русские часто приглашают лезгин, азербайджанцев, армян, живущих в тех же селах или по соседству.

Менее подверженным заимствованиям оказался комплекс поминальных блюд, который, как и прежде, состоит из лапши, мяса с картошкой, сладких пирогов и чая. Сохранились без изменений и пасхальные блюда (кулич, сладкий творог, крашеные яйца).

Вплоть до 40-х гг. 20 в. рафинированный сахар на столе сельских жителей был большой редкостью. Вместо него употребляли сухофрукты, мед, уваренный сок винограда или тутовника - бекмез, а также сахар, добытый из корня солодки. Кислую приправу получали, вываривая плоды дикого терна. Эти заимствованные у коренных народов способы получения сахаристых и кислых веществ, обогащенных витаминами и микроэлементами, особенно пригодились русским переселенцам в голодные годы Великой Отечественной войны. В настоящее время население практически полностью перешло на употребление покупного сахара.

Процесс заимствования тех или иных компонентов традиционной системы питания носил обоюдный характер. И если русские заимствовали прежде всего те блюда национальной кухни закавказских народов, которые относились к скотоводческому комплексу, то заимствования коренных народов из русской кухни коснулись главным образом ее земледельческих компонентов. Так, лезгины, азербайджанцы и армяне, проживающие в селе Ивановка Исмаиллинского района, очень любят хлеб, выпеченный в русской печи, называемый ими "молоканским". В некоторых азербайджанских домах, перестроенных из русских, до то-

го, как в село провели магистральный газ, сохранялись русские печи. Кроме хлеба азербайджанцы выпекают в них блины, калачи, пряники, витушки. Готовят они и такие типично русские блюда, как щи, борщ, лапшу, затируху и даже делают старинное русское блюдо - кулагу. К многочисленным местным рецептам заготовки овощей на зиму прибавились русская квашеная капуста и соленые огурцы. Армяне, кроме всего перечисленного, заимствовали из русской кухни холодец. Азербайджанцы села Новосаратовка переняли у русских рецепты выпечки пирожков с мясом, картошкой. Среди основных блюд холодного сезона они называют борщ и картошку. Подражая русским, они заквашивают на зиму капусту, замачивают яблоки.

Взаимное влияние традиционных систем питания, как показывают полевые материалы, заходит иногда настолько далеко, что затрагивает и обрядовую кухню. Так, лезгинны и азербайджанцы, живущие в некоторых русских селах (Ивановка, Славянка, Владимировка), празднуют день Пасхи (правда, на неделю раньше, чем русские). Они пекут куличи и традиционный чурек, красят яйца и угощают русских соседей, которые, в свою очередь, по прошествии недели, угощают их. Таким образом, заимствования проникли в святая святых - обрядовую и ритуальную кухню. Это тем более удивительно, что представители одного народа исповедуют ислам, а другого - христианство.

## **ДИНАМИКА ТРАДИЦИОННОЙ СИСТЕМЫ ПИТАНИЯ РУССКИХ СТАРОЖИЛОВ**

Учитывая необходимость локального подхода при этно-экологическом исследовании системы жизнеобеспечения, представляется целесообразным рассмотреть динамику системы питания в конкретных русских поселениях на территории Восточного Закавказья. В качестве таких поселе-

ний мы выбрали молоканские села Новоивановку Кедабекского района Азербайджана, Лермонтово (бывшая Воскресеновка) и Фиолетово (бывшее Никитино) Гугарского района Армении, история развития и формирования которых представляется нам достаточно типичной для русских старожильческих селений.

Новоивановка расположена на высоте 1400-1500 м над уровнем моря в глубине Малого Кавказа в горно-лесном поясе. Невдалеке от села расположены альпийские луга, издавна служившие летними пастбищами для азербайджанцев с равнин. В 1987 г. в Новоивановке оставалось всего 332 русских старожила, или 21,7% ко всем жителям села (Комарова, 1990. С. 16). Остальные жители - азербайджанцы, поселившиеся в Новоивановке сравнительно недавно (еще в 30-40-е годы 20 в. это было чисто русское село).

Успех первого этапа адаптации (1850-1880-е гг.) позволил новоивановцам сохранить привычную для них систему питания, характерную для крестьян юга России (с учетом религиозных запретов). Основу питания, как видно из данных таблицы 2, составленной по результатам полевых исследований по программе "Традиционное питание сельского населения", составляли мучные блюда из пшеничной, ржаной и ячменной муки, овощи (брюква, капуста, морковь, картофель), а также мясо (говядина), молоко и его производные, птица.

Практически все продукты питания, за исключением дикорастущих ягод и грибов, производились самими новоивановцами. Покупными были соль, второстепенные продукты (вишня, груша, слива), продукты, которые было трудно произвести в новых условиях (ржаная мука, тыква), а также, на первых порах, - баранина, капуста, мед. Таким образом, в питании русских сектантов после их переселения особых перемен не было.

В последующие годы ассортимент натуральных продуктов питания несколько увеличился, включив в себя продукты садоводства (Петров, 1909) и томаты, а к покупным

продуктам прибавилась кукурузная и рисовая крупа, а также подсолнечное масло. Вследствие земельного дефицита переориентация хозяйства на более урожайные культуры способствовала увеличению потребления картофеля (его стали добавлять даже в тесто для выпечки хлеба) и сохранению блюд из гречневой крупы, что, разумеется, не лучшим образом отражалось на качестве питания.

Не рискуя утверждать, что питание новоивановцев было достаточным и сбалансированным, скажем только, что к тому имелись все необходимые предпосылки. Так, по нашим расчетам, в первые десятилетия нашего века на каждого человека приходилось пшеничной муки не менее 180 кг в год, картофеля (для личного потребления) - 100 кг, молока - 280 л, мяса - 50 кг. Довольно высокие урожаи были в садах. Ценными поставщиками витаминов были продукты лесного сбора и сухофрукты, покупаемые у местных армян и азербайджанцев. Высокий прирост населения и нормальная демографическая структура в первые годы адаптации русских на Кавказе (Комарова, Степанов, 1990) свидетельствуют о том, что питание в целом было сбалансированным, и это не противоречит рассказам старожилов.

Можно предположить, что лишь небольшая часть населения испытывала дефицит в потреблении мясных и молочных продуктов, если судить по архивным данным 1930-х годов (Государственный архив Кедабекского поссовета, ф. 90, ед. 5), из которых известно, что 10-15% семей не имели крупного и мелкого рогатого скота. Впрочем, можно думать, что довольно широкое распространение в эти годы свиноводства (многие сектанты не употребляли до этого времени свинину по религиозным соображениям) во многом компенсировало недостаток мяса и жиров. В остальном уровень благосостояния отдельных семей в большей степени отражался не на качестве питания, а на способах приготовления блюд (например, в пшеничный хлеб добавляли ячменную или кукурузную муку) или на возможности употреблять праздничные (или ритуальные)

блюда (последнее касается опять-таки мясных ингредиентов, как, например, свадебная молоканская лапша с говядиной).

На сбалансированности и качестве питания, без сомнения, отрицательно сказывался сезонный дефицит продуктов: зимой и весной - овощей и фруктов, летом и весной - мяса, что также не отличается от пищевого рациона русских европейской части. Впрочем, зимний рацион, по всей видимости, не столь уж был обеднен необходимыми пищевыми веществами.

Зимой в пищу широко употреблялись сушеные фрукты и ягоды (айва, груши, яблоки, мушмула, калина, рябина и др.). Метод сушки способствует увеличению концентрации в ягодах и фруктах полезных веществ и, в первую очередь, минеральных. Дефицит свежей зелени (укропа, щавеля) приводил к недостатку потребления Са и витаминов (β-каротина, витамина С), которые, похоже, не могли быть в достаточной степени компенсированы другими продуктами. Так или иначе, но многие из старожилов еще помнят, как в качестве первой зелени весной шли в пищу молодая крапива, заячья капуста. К зимнему периоду заготавливали мясо - солили, а впоследствии успешно переняли кавказский способ консервации - "ковурма" (тушеное мясо заливают бараньим жиром и держат в прохладном месте), позволяющий сохранить белки в продукте, практически готовом к употреблению. Летом же ощущался недостаток животного белка из-за сокращения мяса в рационе питания.

Чтобы полнее представить качество традиционного питания новоивановцев, необходимо подробнее остановиться на религиозных запретах. Сразу скажем, что большого влияния на жизнеобеспечение в целом они не оказывали. Наиболее существенны предпраздничные посты (от 1 до 7 дней), повторяющиеся 2-3 раза в году (некоторые приверженцы секты прыгунов постились перед Пасхой около месяца). Однако и эти запреты не всегда являлись абсолютными. Как уже упоминалось выше, молокане даже пе-

ред главным праздником - Пасхой - воздерживались от еды и питья только в светлое время суток (до первой звезды). Среди постоянных пищевых запретов мы видим в основном ветхозаветные (свинина, зайчатина, рыба без чешуи и пр.), а также лук и чеснок.

Прочная собственная хозяйственно-сырьевая база позволила новоивановцам сохранить сложившуюся систему питания даже в сложные годы коллективизации и Отечественной войны. Достаточно сказать, что во время войны, хотя в Новоивановке было много эвакуированных, от голода никто не страдал.

После войны, вплоть до конца 1950-х годов, основа системы питания в целом оставалась неизменной. На приусадебных участках продолжалось развитие садоводства, начавшееся в 1930-х годах. На огородах стали больше экспериментировать: выращивать баклажаны, кабачки, подсолнечник, огурцы, помидоры - словом, культуры, требующие в данных климатических условиях специальной заботы. Среди нововведений основными стали лук и чеснок (пожилые люди по-прежнему не употребляют их), черемша, сладкий перец. Вышли из употребления брюква, конопляное и горчичное масло.

Если ассортимент питания особенно не изменился, то источники пополнения продуктов переменялись существенно (см. таблицу 2). Впервые за всю историю Новоивановки многие из основных продуктов питания приходилось покупать. Уже в начале 1960-х годов крестьяне частично покупали пшеничную муку, топленое молоко и масло, баранину, говядину и свинину. Необходимость в покупке этих продуктов возрастала по мере того, как новоивановский колхоз усиливал ориентацию на производство картофеля, дававшего хорошие урожаи. Среди покупных продуктов новшеством были макаронные изделия и хлеб заводской выпечки, сахар и байховый чай.

Именно ориентация на покупное, а также перечисленные нововведения сильно поколебали традиционную систему питания русских старожилов, а вовсе не многочис-

ленные заимствования кавказских рецептов, как это можно было предположить в начале нашего исследования. Трудности в производстве продуктов питания в личном хозяйстве резко снизили стимулы к самообеспечению. Покупные макаронные и хлебные изделия, при их сравнительной дешевизне, явились серьезной альтернативой традиционному питанию, а употребление сахара и чая отсекло целый культурный пласт, включающий развитую технологию хранения и переработки фруктов, ягод, трав и их использование в различных видах выпечки. Так как мед, сухофрукты, лесные ягоды были практически полностью вытеснены рафинированным сахаром, единственным источником витаминов в зимне-весенний период, если не считать некоторое количество овощей и фруктов, сохраняемых в свежем виде, являются всевозможные варенья, которые содержат в четыре раза меньше полезных веществ, нежели сухофрукты.

В 1960-1970-е годы, как видно из Таблицы 2, в системе питания русских новоивановцев наступает качественный перелом. Отныне большинство основных продуктов питания - покупные, за исключением картофеля, некоторых овощей и зелени. Все остальное, в том числе мясные и молочные продукты, становится невозможно производить. При нестабильности пищевого рациона, зависящего от колебаний цен на рынке, дефиците в государственной торговле, основу питания составили картофель и хлебопродукты.

В 1980-90-е годы перечисленные тенденции еще более усилились. Нынешняя система питания русских старожил, сохраняя свою ориентацию на круг традиционных продуктов и блюд, по источникам пополнения стала целиком зависимой от рынка и государственной торговли. А это значит, что нет стабильности повседневного рациона, а также сбалансированности питания. Во все сезоны резко преобладают мучные блюда, картофель, капуста, яйца; увеличилось потребление сахара, соли и специй (сказывается перенимание рецептов кавказской кухни).

Постоянно ощущается серьезный недостаток мяса (приблизительно 33-35 кг в год на человека максимум), молока и молочных продуктов (особенно весной и в первую половину лета), фруктов и овощей (выращивание фруктов было прекращено в связи с необходимостью увеличения посевов товарного картофеля на приусадебных участках).

Таким образом, даже если не придерживаться существующих в науке усредненных показателей потребностей человека в питательных веществах, становится очевидным, что начиная с 1960-х годов качество питания новоивановцев становилось все более неудовлетворительным, в особенности это касается дефицита белков животного происхождения, минеральных веществ и витаминов, хотя общая калорийность продуктов, судя по всему, увеличивалась.

Лермонтово и Фиолетово (бывшие Воскресеновка и Никитино) возникли в 1840-х годах вдоль дороги Дилижан-Караглис, пролегающей по нескольким межгорным долинам. В одной из таких долин, в нескольких километрах одно от другого и разместились эти два села. Конкретные места для поселений выбирались мигрантами с тем расчетом, чтобы сельскохозяйственные угодья размещались на плоскости, хорошо прогреваемой солнцем, а жилые строения были защищены от северных ветров. Благодаря этому, несмотря на сравнительно большую высоту относительно уровня моря, климатические условия, в которых проживает и ныне русское население, здесь в целом вполне удовлетворительны для жизни и ведения хозяйства.

Лермонтово и Фиолетово относятся к тем немногим селам, обследованным нами на территории Закавказья, в которых русские по численности резко превосходят коренные национальности (армян, азербайджанцев, курдов). Так, в Лермонтово при общей численности 1583 человека на долю русских приходится 89%, а в Фиолетово при общей численности 1800 человек русские составляют 87%



(данные на 1987г.). Это обстоятельство, безусловно, также способствовало большей сохранности в этих селах традиционной для русских культуры.

Для того, чтобы систематизировать и проанализировать полученные в результате анкетирования сведения, мы составили круговую диаграмму, в которой весь объем данных группируется по 8 параметрам: продукты; блюда; к какому комплексу (земледельческому или животноводческому) относятся; исторический период их употребления; частота употребления (систематически или эпизодически); свои - покупные (рис. 1). Диаграмма дает представление о структуре изучаемого пищевого комплекса и происходивших в нем изменениях приблизительно за 150 последних лет.

В центре диаграммы представлены культуры и производные от них продукты земледельческого комплекса, составляющие основу рациона, а также изготавливаемые из этих продуктов блюда - "основные" (систематически употребляемые) и "дополнительные" (эпизодически употребляемые, сезонные). Затем следуют блюда, включающие компоненты как растительного, так и животного происхождения; блюда, для приготовления которых использовались продукты исключительно животного происхождения (также с подразделением на "основные" и "дополнительные"); и наконец - продукты животноводческого комплекса.

Анализ диаграммы позволяет сделать ряд выводов. В структуре питания русских старожилов в местах выхода основу составляли продукты земледелия. При переселении на Кавказ почти все компоненты системы питания, относящиеся к земледельческому комплексу, сохранились практически без изменений. На первоначальном этапе адаптации русские переселенцы пытались сохранить без потерь весь традиционный пищевой комплекс: выращивали озимую и яровую пшеницу, полбу, просо, рожь, гречиху, овес, ячмень, лен, коноплю (из семян двух последних давили растительное масло), капусту, тыкву,

хрен, морковь, картофель, свеклу, бобы, горох. Ячмень и овес шли в основном на корм скоту. Как уже отмечалось выше, лук и чеснок молокане не выращивали и в пищу не употребляли.

Со временем из употребления вышли лишь гречневая и ржаная мука; те культуры, которые по тем или иным причинам переставали возделываться, сохранились в рационе благодаря тому, что перешли в разряд покупаемых; льняное и конопляное масло заменилось подсолнечным. Некоторые традиционные для русских компоненты земельного комплекса стали употребляться шире за счет введения в рацион новых для русских старожилов блюд, заимствованных из кухни кавказских народов.

Набор сельскохозяйственных продуктов, используемых в питании русских старожилов, с течением времени также расширялся за счет заимствования ряда продуктов, традиционных для народов Закавказья.

Условно можно выделить три группы заимствованных продуктов земельного комплекса: зернобобовые: кукурузная крупа, кукуруза в початках, фасоль; овощные культуры: помидоры, кабачки, баклажаны; пряности, соленья: острый перец (аджика), пряные травы, специи, маринованные виноградные листья.

Эти заимствованные компоненты используются либо для приготовления русских блюд (борщ) и солений (огурцы, помидоры маринованные), либо для приготовления традиционных кавказских блюд и приправ (харчо, плов, лобио, долма, аджика и др.). Таким образом, в данном случае заимствованные компоненты не столько компенсируют утраченные при переселении, сколько существенно расширяют основу традиционного питания, главным образом ее сельскохозяйственный компонент.

Если принять весь набор когда-либо употреблявшихся продуктов земледелия в исследованных селах за 100%, то по нашим данным 60% будет приходиться на долю традиционно используемых русскими старожилами, 10% - на

долю утраченных и 30% - на долю заимствованных из кухни кавказских народов.

Постепенно русские переселенцы переняли у армян и азербайджанцев традицию широкого употребления зелени и пряностей. Наряду с петрушкой и укропом они выращивают кишнец, сельдерей, чабрец, рейхан, тархун. Покупают гвоздику, черный перец, лавровый лист, шафран, корицу, виноградный уксус. Раньше выращивали мак. Используется все это как в свежем виде, так и в различных соленьях, маринадах, в выпечке, при приготовлении заимствованных долмы, плова и других блюд.

Соль добавлялась русскими во все блюда, кроме сладких, и в тесто. Было принято досаливать пищу на столе. Черный и жгучий перец русские переселенцы употребляли первоначально в весьма умеренных количествах. Живя в Закавказье, русские стали использовать перец и соль в больших количествах. Дело в том, что наряду с традиционными для них способами засолки на зиму овощей, они заимствовали у коренных народов ряд других. Очень популярна среди них кавказская жгучая приправа аджика, несколько вариантов которой готовят русские. Одними из основных компонентов аджики, наряду с пряной зеленью, является соль и перец.

Фрукты и ягоды, орехи широко используются в традиционной русской кухне как в свежем виде, так и для приготовления варенья и компотов. В условиях Закавказья изменился видовой набор фруктов и ягод. В селах Лермонтово и Фиолетово на приусадебных участках выращивают яблоки, груши, вишню, сливу, клубнику, малину, крыжовник, кизил. Виноград, айва, черешня, абрикосы, персики, хурма, дыни, арбузы, так же как грецкие и миндальные орехи в этом климате не вызревают. Поэтому по возможности их покупают на рынке и употребляют как в свежем виде, так и для компотов и варений.

В местах выхода русские использовали сухофрукты из дикой яблони и груши в основном для приготовления компотов и кулаги. При переселении на Кавказ ассортимент

сухофруктов значительно расширился за счет покупных, традиционных для закавказской кухни: чернослива, кураги, урюка, инжира, изюма, которые используются как заменители сладкого, а также добавляются в плов, рисовую кашу.

Русские старожилы сел Лермонтово и Фиолетово заимствовали очень характерное для закавказских народов широкое употребление в пищу дикорастущих растений. В условиях весеннего авитаминоза включение в рацион щавеля, шпината, крапивы, лебеды, черемши, хвоща насыщает организм так необходимыми ему витаминами. Кроме того, русские собирают дикорастущие смородину, землянику, малину, ежевику, алычу, терн, калину, шиповник. Облепиху покупают на рынке. Ягоды употребляют как в свежем виде, так и заготавливают впрок.

Мы обратили внимание на тот факт, что жители обследованных сел, в отличие от русских, живущих в средней полосе, не собирают плоды рябины, растущей в окрестных лесах. По-видимому, эта традиция была ими утрачена, но на фоне резкого расширения спектра используемых в пищу фруктов, овощей и ягод это представляется совершенно незначительной потерей. Грибы собирают и варят из них супы. Цветы дикого хмеля используют, как уже упоминалось, при изготовлении самодельных дрожжей.

Мята, чабрец, зверобой, душица испокон веков использовались русскими для заварки ароматных и полезных чаев. Кроме того, мяту добавляли в квас. Постепенно в связи с широким распространением черного байхового чая, чай из дикорастущих трав перешел в разряд эпизодическиготавливаемых напитков. Это же можно сказать об употреблении кваса.

Для получения растительных масел русские выращивали на приусадебных участках лен и коноплю. Такое масло, сбивавшееся на многочисленных маслобойнях, очень широко использовалось в пищу как в сыром виде, так и для

жарения. В настоящее время конопляное и льняное масло полностью уступили место в рационе подсолнечному.

Теперь более подробно остановимся на рассмотрении продуктов и блюд, имеющих отношение к животноводческому комплексу. До 40-х годов 20-го века в селе Лермонтово русские старожилы держали много коров, овец и коз, молоко последних шло в пищу в основном детям. Технологию приготовления мацони русские целиком заимствовали у армян: молоко, надоенное от всех имеющихся в хозяйстве животных, смешивали и кипятили. Заквашивали в теплом виде небольшим количеством сметаны или остатком мацони.

В селах Лермонтово и Фиолетово русские, кроме мацони, делают и два вида армянских сыров: нитевидный сыр "чилчил" ("чичель"), который получается путем нагревания мацони и молока, с последующим вытягиванием нитей (в последние годы в связи с нехваткой молока его делают редко) и круглый сыр из цельного овечьего молока "чанах" (иногда с добавлением козьего), который готовится из теплого кипяченого молока, заквашиваемого сычужной закваской (часть желудка ягненка кладут в трехлитровую банку, заливают сывороткой от мацони, добавляют рис и сахар). Эту закваску делают весной, и она сохраняет свои полезные свойства в течение всего лета. Сыворотку из-под сыра в пищу не используют. Она идет на корм скоту. Бурдючный сыр "мотал" в селе Лермонтово делают только армяне.

Буйволов русские крестьяне в отличие от армян не разводили, хотя условия для этого были. Причем обеспеченность скотом была довольно высокой: в селе Никитино на каждые 100 человек населения приходилось 175 голов только крупного рогатого скота (Долженко, 1985). В настоящее время на личном подворье, как правило, содержится крупный рогатый скот, овцы, птица (в основном куры и утки). В последние годы в связи с ухудшением социально-экономической ситуации на селе, нехваткой кормов

и пастбищ, количество скота, содержащегося в личном пользовании, сокращается.

Наряду с традиционными для русских мясными блюдами (щи на мясном бульоне, мясо с картошкой, пирожки с мясом и потрохами) в быт русских старожилов широко вошли блюда, заимствованные у армян (харчо, долма, сациви, шашлык, плов), которые употребляются как в повседневной кухне, так и по праздникам. Некоторые из них уже стали общекавказскими. Кроме того, русские по-примеру армян и азербайджанцев научились консервировать мясо на зиму, делая ковурму (пережареное, залитое курдючным салом мясо). В качестве животного жира используется перетопленное курдючное сало. В пищу идут куриные яйца во всех видах, утиные добавляют в тесто.

Характеристика традиционного питания русского старожильческого населения Новоивановки, Лермонтово и Фиолетово в значительной степени отражает общие тенденции в питании русских крестьян других сел Восточного Закавказья. Поэтому выводы, представленные ниже, вполне правомерно рассматривать в качестве общей модели.

Прежде всего описанные выше закономерности дают представление о том, какова вообще была роль традиционной системы питания в адаптации русских переселенцев. Люди, оказавшись в новых условиях, в которых для того, чтобы выжить, необходимо полагаться исключительно на себя, не стремились придумать какие-то новые способы жизнеобеспечения, а целиком исходили из того, что уже имелось в их опыте. Достижение традиционного образа жизни стало для переселенцев как бы целью адаптации в окружающей среде.

В иерархии ценностей переселенческих групп в период адаптации важнейшее место занимает привычная система питания - источник жизни и опыта прошлых поколений. Иначе было бы трудно объяснить, почему русские переселенцы многие десятилетия продолжали культивировать малоурожайные в горных условиях культуры (пшеницу, ячмень, гречиху), почему для них практически незаметным

осталось легко выращиваемое здесь просо, почему, наконец, они не перешли полностью на производство продукции, пригодной для товарного обмена (картофельводство, скотоводство).

Консервативные установки в питании, наряду со стремлением заниматься привычным хозяйственным трудом, толкали русских переселенцев к поиску наиболее пригодных для этого мест в непривычных условиях Закавказья. Таким образом, система питания у русских переселенцев оказалась одной из самых консервативных сфер жизнеобеспечения. Действительно, наш пример показывает, что несмотря на множество значительных перемен, произошедших в жизни русских старожилов, пищевой комплекс в течение ста с лишним лет оставался практически неизменным.

За этот срок общее количество употребляемых в пищу продуктов увеличилось примерно на одну треть, т.е. на 19 наименований, однако существенными среди них были только 4 - свинина, макаронные изделия, сахар и чай, из которых три последних наименования - относительно недавние нововведения (см. таблицу 2). Однако гораздо более важным является тот факт, что в период относительно самостоятельного хозяйственного развития (до 1960-х годов) ни один из существенных продуктов, равно как и ни одно блюдо повседневного рациона не исчезли и не были заменены какой-либо местной (кавказской) формой.

И все же было бы неверно утверждать, что в питании русских переселенцев не происходило никаких метаморфоз, связанных с адаптацией. К наиболее весомым мы относим увеличение роли картофеля и сокращение потребления гречневой крупы. И то и другое оказалось прямым следствием хозяйственной адаптации к местным условиям.

Вторым по важности средством приспособления явилась переориентация с одних способов получения продуктов на другие, а именно: переход от натурального производства необходимых продуктов к их покупке, что, в свою

очередь, позволило в значительной степени сохранить традиционный комплекс питания в неадекватных условиях хозяйствования. Среди прочих модификаций системы питания можно назвать некоторые заимствования кавказских способов хранения и переработки продуктов.

\* \* \*

Таким образом, можно сформулировать несколько общих принципов развития и функционирования традиционного пищевого комплекса.

Традиционный пищевой комплекс - достаточно жесткая, устойчивая система изготовления, распределения и потребления пищи. Благодаря этому пищевая "среда" людей остается постоянной на протяжении ряда поколений, что характерно как для относительно стабильных этнических групп, так и для мигрирующих общностей.

Постоянство пищевого комплекса в течение нескольких поколений позволяет поддерживать определенный уровень здоровья в популяциях, сохраняет устоявшиеся для общности нормы смертности и, вероятно, рождаемости. Иными словами, стабильность пищевого комплекса в меняющихся условиях служит весомым гарантом демографо-генетической устойчивости общностей. Кроме того, неизменность из поколения в поколение структуры питания поддерживает связанные с ним нормы быта и разнообразные элементы духовной культуры. Таким образом, стабильность пищевого комплекса в известной мере определяет и стабильность этнической общности.

Пищевой комплекс, несмотря на свою консервативность, отнюдь не является замкнутой системой. Именно свободное циркулирование этнокультурной информации, межкультурные заимствования и нововведения дают возможность заменять один структурный элемент комплекса другим, более подходящим к новым условиям. Достаточно жесткая структура комплекса обеспечивает его преемственность и устойчивость, несмотря на некоторый процент



нововведений. Лабильность отдельных составляющих традиционного питания при одновременном стремлении сохранить общую систему обеспечивает этноэкологическую адаптацию общности в сфере питания.

- Абелов Н.А.** Экономический быт государственных крестьян Елисаветпольского уезда Елисаветпольской губернии // МИЭБГКЗК. Тифлис, 1887. Т. 7. С. 83.
- Абелов Н.А.** Экономический быт государственных крестьян Геокчайского и Шемахинского уездов Бакинской губернии // МИЭБГКЗК. Тифлис, 1887а. Т. 6. Ч. 2. С. 131.
- Вермишев Х.А.** Экономический быт государственных крестьян в Ахалцихском и Ахалкалакском уездах Тифлисской губернии // МИЭБГКЗК. Тифлис, 1886. Т. 3. Ч. 2.  
Государственный архив Кедабекского поссовета, ф. 90, ед. 5.
- Долженко И.В.** Хозяйственный и общесельский быт русских крестьян Восточной Армении (конец XIX - начало XX в.). Ереван, 1985.
- Исмаил-заде Д.И.** Русское крестьянство в Закавказье. 30-е годы XIX - начало XX века. М., 1982.
- Калашев Н.** Селение Ивановка // СМОМПК. Тифлис, 1892. Вып. 13. С. 257.
- Деконский А.Г.** Экономический быт государственных крестьян в Шушинском и Джебраильском уездах Елисаветпольской губернии // МИЭБГКЗК. Тифлис. 1886. Т. 2. С. 152.
- Козлов В.И., Комарова О.Д., Степанов В.В., Ямсков А.Н.** Проблемы адаптации русских старожилов в Азербайджане (середина 19-20 вв.) // СЭ, 1988. №6. С. 43.
- Комарова О.Д.** Демографическая характеристика русских селений в Азербайджане. // Русские старожилы Азербайджана: материалы по этнической экологии. М., 1990.
- Комарова О.Д., Степанов В.В.** Исторические этапы адаптации русских переселенцев. М. 1990 // Русские старожилы Азербайджана: материалы по этнической экологии. М., 1990.
- Ямсков А.Н.** Новоивановка: история селения и крестьянского хозяйства // Русские старожилы Азербайджана: материалы по этнической экологии. М., 1990.

# ПРИЛОЖЕНИЯ

# ПРИЛОЖЕНИЕ 1

## ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ СБОРА МАТЕРИАЛА ПО ПРОГРАММЕ “ТРАДИЦИОННАЯ ПИЩА СЕЛЬСКОГО НАСЕЛЕНИЯ”

**Д**ля сбора данных по фактическому питанию сельского населения разработаны анкеты трех типов. **Материал необходимо собирать как среди русского, так и среди азербайджанского и армянского населения.**

**Анкета N 1** состоит из 9 листов и предназначена для сбора наиболее детальной информации о фактическом питании. **Необходимо заполнить по две анкеты N 1 на русских и по две на азербайджанцев и армян в каждом селении, в которых будет отражено состояние дел на сегодняшний день (80-90-е гг.).**

**В анкетах N 1 с пометкой "История" собирается та же информация, но относительно других временных периодов.** Желательно охватить следующие временные интервалы:

1. Конец XIX - начало XX в.

2. 30 - 40-е гг. XX в.

3. 50 - 60-е гг. XX в.

На анкете N 1 необходимо пометить, о каком времени идет речь. Особое внимание нужно обратить на качественный и количественный состав пищи сельского населения в предвоенный, военный и послевоенный периоды, так как это имеет большое значение для интерпретации всего материала.

При заполнении анкеты N 1 акцент делается на употреблении молочных, кисломолочных и мучных продуктов, как определяющих рацион сельского населения. Необходимо также установить время, когда усилилась роль и удельный вес покупных (каких?) продуктов.

Представляется целесообразным совместить сбор "исторического" материала по питанию со сбором материала по традиционному хозяйству. В этом случае в качестве информатора может выступать один и тот же "эксперт".

Прежде чем приступить к заполнению анкеты, исполнитель должен внимательно ознакомиться с ее компонентами, так как листы содержат графы различного содержания.

В графе **"Дикорастущие травы, кустарники, деревья"** (стр. 8, 9) вначале дается русское ботаническое название растения, потом - его аналог на азербайджанском и затем - русское народное название растения, которое иногда совпадает с русским ботаническим названием. В последнем случае оно уже не повторяется. Может оказаться, что русские переселенцы заимствовали азербайджанские названия растений (культурных или дикорастущих) или присвоили им какие-то другие названия. Таким образом заполнение 8 и 9 страниц анкеты N 1 будет представлять известную трудность. Если при опросе удастся установить какие-либо аналоги в названиях растений, это нужно отмечать в анкете, так как эта информация очень важна с экологической точки зрения\*. То же касается и видового состава рыб.

---

\* Список растений прилагается. (стр. 8, 9 анкета N 1).

**Анкета N 2 предназначена для сбора материала по фактическому питанию на 1980-90-е гг.** Состоит из 2-х листов. Первый лист заполняется исполнителем, а второй - самим информатором в течение суток фиксируется конкретный рацион его семьи за один день. При этом информатор должен указать примерное количество использованных в процессе приготовления продуктов и жидкостей и полученных в результате блюд и напитков. Исполнитель оставляет информатору "Образец заполнения рациона в течение суток" и дает необходимые пояснения. Через сутки исполнитель забирает анкету N2, внося при необходимости уточнения.

**Необходимо заполнить по 5 анкет N 2 на русских и по 5 на азербайджанцев и армян в каждом селе.**

**Анкета N 3 предназначена для сбора материала по фактическому питанию в различные временные периоды: 1. конец XIX - начало XX в. 2. 40-е годы XX в. 3. 60-е годы XX в.**

На каждый из этих периодов необходимо заполнить по 1 анкете N 3 на русского и на азербайджанца и армянина в каждом селе. При этом для себя исполнитель должен отметить, к какой религиозной группе принадлежит информатор. Нужно выяснить, соблюдались ли русскими переселенцами посты, а также пищевые "табу" на свинину, лук, чеснок или другие продукты? Состав "постной пищи"? Произошли ли какие-нибудь изменения в составе и способах приготовления обрядовых блюд? Заимствования из традиционной кухни других народов?

# ПРИЛОЖЕНИЕ 2

## АНКЕТА N 1

Район \_\_\_\_\_

Селение \_\_\_\_\_ Ф.И.О. информатора

\_\_\_\_\_

Состав семьи \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ В

хозяйстве коров \_\_\_\_\_ овец \_\_\_\_\_ буйволов \_\_\_\_\_ коз \_\_\_\_\_

свиней \_\_\_\_\_ птицы \_\_\_\_\_ Площадь сада \_\_\_\_\_

огорода \_\_\_\_\_

Благосостояние семьи: низкое, среднее, высокое

(подчеркнуть)

Исполнитель \_\_\_\_\_ " \_\_\_\_\_ "

19 \_\_\_\_ г.



Перечень основных продуктов  <b>1</b>	Частота употребления (раз в неделю)								В виде каких блюд и изделий употреб- ляется	Технология приготовлен. отдельных блюд и изд.  Способы хране- ния и заготовки впрок
	весна		лето		осень		зима			
	С	П	С	П	С	П	С	П		

### **Молочные**

#### **продукты:**

Молоко коровье

Молоко буйволиное

Молоко овечье

Молоко козье

Молоко кобылье

Молоко ишачье

Молозиво

Сливки

Кислое молоко -  
гатых

Сыворотка - айран

Творог

Сухая сыворотка -  
шор

Сыры

Масло сливочное

Масло топленое



Продолжение

Перечень основных продуктов  <b>2</b>	Частота употребления (раз в неделю)								В виде каких блюд и изделий употребляется	Технология приготовлен. отдельных блюд и изд.  Способы хранения и заготовки впрок
	весна		лето		осень		зима			
	С	П	С	П	С	П	С	П		

**Мясо, птица, рыба:**

Говядина

Баранина

Свинина

Козлятина

Буйволятина

Куры

Индюшки

Цесарки

Утки, гуси

Сроки охоты

Мясо диких

животных

Мясо диких птиц

Форель

Сазан

Кутум

Минога

Судак

Сельдь

Другие виды рыб

Перечень основных продуктов <b>3</b>	Частота употребления (раз в неделю)								В виде каких блюд и изделий й употреб - ляется	Технология приготовлен. отдельных блюд и изд.  Подчеркнуть, какие из них являются праздничными и ритуальными
	весна		лето		осень		зима			
	С	П	С	П	С	П	С	П		

**Зерно-бобовые и продукты их переработки**

Фасоль

Чечевица

Бобы

Крупа манная

Гречка

Рис

Пшено

Овсяные хлопья

Толокно

Перловая крупа

Ячменная крупа

Пшеничная крупа

Кукурузная крупа

Горох лущеный

Мука гречневая

Мука пшеничная

Перечислить

праздничные

мучные блюда и  
выпечку:

---

Продолжение

Перечень основных продуктов  <b>4</b>	Частота употребления (раз в неделю)								В виде каких блюд и изделий употребляется	Технология приготовления отдельных блюд и изд.  Способы хранения и заготовки впрок (засолка, маринование)
	весна		лето		осень		зима			
	С	П	С	П	С	П	С	П		

**Овощи и пряности:**

- Помидоры
- Огурцы
- Капуста
- Салат зеленый
- Картофель
- Редис
- Свекла
- Репа
- Редька
- Баклажаны
- Морковь
- Кабачки
- Патиссоны
- Земляная груша
- Лук репчатый
- Лук зеленый
- Чеснок
- Черемша
- Тыква

Продолжение

Перечень основных продуктов  <b>5</b>	Частота употребления (раз в неделю)								В виде каких блюд и издели й употреб - ляется	Технология приготовлен. отдельных блюд и изд.  Способы хране- ния и заготовки впрок (засолка, маринов., сушка)
	весн а		лето		осень		зима			
	С	П	С	П	С	П	С	П		

Дыня

Арбуз

Петрушка

Кинза

Укроп

Сельдерей

Чабрец

Рейхан

Тархун

Кориандр

Гвоздика

Перец горошком

Перец молотый

Шафран

Лавровый лист

Щавель

Шпинат

Перец болгарский

Спаржа

Продолжение

Перечень основных продуктов  <b>6</b>	Частота употребления (раз в неделю)								В виде каких блюд и изделий употребляется	Технология приготовления отдельных блюд и изд.  Способы хранения и заготовки впрок (соки, варения, джемы, компоты). Изготовление спиртных напитков
	весна		лето		осень		зима			
	С	П	С	П	С	П	С	П		

Виноград

Яблоки

Груши

Айва

Абрикос

Вишня

Черешня

Инжир

Сливы

Гранат

Персики

Тута красная

Тута белая

Хурма

Лимоны

Мандарины

Клубника

Смородина



Перечень основных продуктов <b>7</b>	Частота употребления (раз в неделю)								При изготовлении каких блюд и изделий  использ. В какие кондит. и печеные изд. добавл.	Технология приготовления отдельных блюд и изд. Применение в диетической пище (стариков и детей)
	весна		лето		осень		зима			
	С	П	С	П	С	П	С	П		

**Сухофрукты,**

**орехи, яйца**

Курага

Урюк

Инжир

Изюм

Чернослив

Грецкий орех

Лещина

Миндальный орех

Корица

Туршлаваш

Наршараб

Сумах

Уксус виноградный

Яйца куриные

Яйца утиные

Масло

подсолнечное

Масло хлопковое

Животные жиры



(курдючное сало)

Мед

---

Продолжение

Перечень основных продуктов  8	Частота употребления (раз в неделю)				В каком виде употр. в пищу	Способы заготовк и и хранения	Сроки сбора
	весна	лето	осень	зима			

**Дикорастущие**

**травы, кустарники,**

**деревья**

- Костяника-бойурткэн
- Звездчатка-чинчилим-мокрица, дикая
- маслина
- Лох.пшат-икдэ-джидда
- Мелисса-вадрэнч-маточник
- Барбарис-зирич.зэриш
- Калина - кэрмэшой
- Конопля
- Ежевика - бойурткэн
- Шиповник - ит бурну - роза дикая
- Терн-койэм
- Малина - морух
- Тмин - зирэ
- Мушмула - экзил - шишка
- Крыжовник - тарагат
- Облепиха - чайтиканы

Каперсы

Алыча - алча

Мак - хашхаш

Орех грецкий

Рябина - гуш армуду

Шафран - ээфэран

---

Продолжение

Перечень основных продуктов  9	Частота употребления (раз в неделю)				В каком виде употр. в пищу	Способы заготовк и и хранения	Сроки сбора
	весна	лето	осень	зима			

**Дикорастущие  
травы, кустарники,  
деревья.**

**Растит. масла**

Масло конопляное

Масло оливковое

Масло льняное

Масло кунжутное

Павой-килкил-  
сассапариль

Земляника-чийэлэк-  
падубник

Жерушник-кресс водя-  
ной-настурция  
водяная

Паст.сумка-гушэпэйи-  
сумочник

Чебрец-кэклик оту-  
тимьян

Ревень-рэвэн эвэлик

Щавель-туршенк-  
лягуш.кислица

Крапива-кичиткэн-  
жгучка

Портулак-пэрпэрэнк  
пэрпэтдун

Черемша-горча

сочаны

Спаржа - мэрэчойуд  
гушгонимаз

Лебеда - тэрэ-марь

Калужница - лилпэр  
сунэкизи, пестовик  
Хвоц - гатыр гуйругу -  
сосенка  
Лабазник-лэбзэоту-  
медуница

---

# ПРИЛОЖЕНИЕ 3

## АНКЕТА N 2

Дата обследования \_\_\_\_\_ 1989 г. Район \_\_\_\_\_

Селение \_\_\_\_\_ Ф.И.О. \_\_\_\_\_ информатора

\_\_\_\_\_ Возраст \_\_\_\_\_

Пол \_\_\_\_\_ Национальность \_\_\_\_\_ Состав семьи

(указать возраст) \_\_\_\_\_

Среднемесячный заработок членов семьи (с учетом пенсии) \_\_\_\_\_

Затраты \_\_\_\_\_ на

питание \_\_\_\_\_

Профессия \_\_\_\_\_ Стаж

работы \_\_\_\_\_ Длительность проживания в

данной местности \_\_\_\_\_ лет. В хозяйстве имеется:  
коров \_\_\_\_\_ овец \_\_\_\_\_ буйволов \_\_\_\_\_ коз \_\_\_\_\_  
свиней \_\_\_\_\_ птицы \_\_\_\_\_ площадь сада \_\_\_\_\_  
огорода \_\_\_\_\_ однодневный надой: коров \_\_\_\_\_  
овец \_\_\_\_\_ буйволов \_\_\_\_\_ коз \_\_\_\_\_  
Исполнитель \_\_\_\_\_

*Продолжение*

Имеются ли жалобы на состояние здоровья? Если да, то  
какие?

\_\_\_\_\_ Как

изменились Ваши вкусы и привычки по отношению к пище  
за \_\_\_\_\_ последние \_\_\_\_\_ 10-15  
лет? \_\_\_\_\_

Каковы особенности питания стариков  
\_\_\_\_\_ и  
детей \_\_\_\_\_ в Вашей семье?

Перечислите, пожалуйста, основные блюда Вашего  
рациона. Теплый  
сезон: \_\_\_\_\_

Холодный \_\_\_\_\_ сезон:

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Какие из блюд Вы могли бы назвать в дополнение, как наиболее часто употребляемые?

\_\_\_\_\_ Известно ли Вам, кто в Вашем селе употребляет в основном другие блюда? Кто, какие? \_\_\_\_\_

То же, в соседнем селе \_\_\_\_\_ Пищу какой

температуры Вы употребляете? **Горячую, теплую, холодную.** Используете хлеб своей выпечки или покупной? (нужное подчеркнуть). Какой хлеб Вы предпочитаете? **Черный, белый, смешанный.**

Употребление первых (жидких) блюд?

**1 раз, 2 раза, 3 раза в день, 2-3 раза в неделю.**

Сколько раз в день Вы принимаете пищу?

**2 раза, 3 раза, 4 раза, 5 раз и чаще** (нужное подчеркнуть).

*Продолжение*

В каком часу у Вас первый \_\_\_\_\_ и последний \_\_\_\_\_ прием пищи? Когда Ваша пища наибольшая по объему?

**Утром, днем, вечером, в будни, в праздники.**

Какой у Вас в среднем промежуток времени между приемами пищи?

**4 часа, 6 часов, 8 часов, другой.**

Какие пряности и приправы Вы употребляете ежедневно?

\_\_\_\_\_



Какие молочные и кисломолочные продукты употребляете ежедневно? \_\_\_\_\_

Досаливаете ли Вы пищу на столе? **Да, нет.**

Дни приема пищи, часы	Перечень блюд, их объем или вес	Рецептура блюд для всей семьи
I завтрак		
II завтрак		
обед		
ужин		

Дополнительный прием пищи членами семьи. Время приема пищи \_\_\_\_\_ Место приема пищи (подчеркнуть): **Дома, в поле, на службе.** \_\_\_\_\_

*Продолжение*

Сколько раз в день Ваша семья пьет чай \_\_\_\_\_ По сколько стаканов чая Вы выпиваете за один раз \_\_\_\_\_ Сколько чайных ложек сахара Вы кладете на 1 ст. чая \_\_\_\_\_

вприкуску\_\_\_\_\_ Употребление варенья и конфет: **1, 2, 3** раза в день. **2-3** раза в неделю.

Каменная или поваренная соль используется для готовки\_\_\_\_\_ для засолки\_\_\_\_\_

Какие овощи засаливаются на зиму\_\_\_\_\_ Что Вы чаще пьете в разное время года: **Чай, квас, компот, сбитень, простокваша, айран, гатых, щербет, кофе, какао, другие напитки, вода колодезная, вода родниковая, вода речная.**

Летом\_\_\_\_\_

Осенью\_\_\_\_\_

Зимой\_\_\_\_\_

Весной\_\_\_\_\_

Какие алкогольные напитки и в каком количестве Вы употребляете

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Сколько членов Вашей семьи питается 3 и более раз в день дома \_\_\_\_\_ пользуются услугами общепита

\_\_\_\_\_ питаются в \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ Какие

б/алкогольные напитки и в каком количестве Вы употребляете\_\_\_\_\_

# ПРИЛОЖЕНИЕ 4

## АНКЕТА N 3

**Пища в XIX - начале XX в. -  
40-х гг. - 60-х гг. XX в.**

Район \_\_\_\_\_

Селение \_\_\_\_\_

Ф.И.О.

информатора \_\_\_\_\_ Год рождения \_\_\_\_\_

Национальность \_\_\_\_\_

Место

работы \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ " \_\_\_\_\_ " \_\_\_\_\_ 19.. г.

Исполнитель \_\_\_\_\_

Из \_\_\_\_\_ какой \_\_\_\_\_ муки \_\_\_\_\_ пекли  
хлеб \_\_\_\_\_

Закваска \_\_\_\_\_ Какой хлеб предпочитали:

черный \_\_\_\_\_ белый \_\_\_\_\_ Кислый \_\_\_\_\_

Пресный \_\_\_\_\_ Заварной \_\_\_\_\_ Суррогаты,  
которые \_\_\_\_\_ примешивали \_\_\_\_\_ к \_\_\_\_\_ тесту

Как \_\_\_\_\_ часто \_\_\_\_\_ пекли \_\_\_\_\_ хлеб \_\_\_\_\_ в  
прошлом \_\_\_\_\_ Пекут \_\_\_\_\_ ли \_\_\_\_\_ в  
настоящее время \_\_\_\_\_

*Продолжение*

Пироги, \_\_\_\_\_ их \_\_\_\_\_ название, \_\_\_\_\_ формы,  
размеры \_\_\_\_\_

Начинка \_\_\_\_\_ И

з \_\_\_\_\_ какой \_\_\_\_\_ муки \_\_\_\_\_ выпекали: \_\_\_\_\_ калачи \_\_\_\_\_

Караваи \_\_\_\_\_ Блины \_\_\_\_\_ Оладьи \_\_\_\_\_

Лепешки \_\_\_\_\_ Сочни \_\_\_\_\_

Книлши \_\_\_\_\_

(из раскатанного теста, переслоенного каймаком и  
творогом)

Пампушки \_\_\_\_\_ Посты \_\_\_\_\_

Ограничения \_\_\_\_\_ Блюда из заварной или  
проваренной \_\_\_\_\_ муки: \_\_\_\_\_ Саламанда \_\_\_\_\_

Кулага \_\_\_\_\_ Затирка \_\_\_\_\_

Кулеш \_\_\_\_\_ Блюда из теста,  
сваренного в кипящей воде, молоке, бульоне,  
масле \_\_\_\_\_ суп-

лапша \_\_\_\_\_ галушки \_\_\_\_\_

вареники\_\_\_\_\_

пельмени\_\_\_\_\_

хворост\_\_\_\_\_ орешки\_\_\_\_\_

толокно\_\_\_\_\_ Кисели из муки:

Овсяной\_\_\_\_\_ Ржаной\_\_\_\_\_

Гороховой\_\_\_\_\_

Другие\_\_\_\_\_ **Ритуальные мучные**

**блюда:** печения в виде фигурок животных и птиц, которые раздавали скоту на страстной неделе\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ "сороки", "чибисы", "кулики",

"жаворонки" (к 21 марта в ознаменование прилета птиц)\_\_\_\_\_ "лесенки" на

Вознесение\_\_\_\_\_ "кресты"

на Крещение\_\_\_\_\_ куличи

на Пасху\_\_\_\_\_ блины

на масленицу\_\_\_\_\_

*Продолжение*

Свадебный каравай, курник,

шишки\_\_\_\_\_

Поминальные

блюда\_\_\_\_\_ Ритуальная

роль кутьи из: пшеничной\_\_\_\_\_

ржаной\_\_\_\_\_ овсяной\_\_\_\_\_

рисовой крупы\_\_\_\_\_ на меду и с

изюмом \_\_\_\_\_

Как готовились: Щи \_\_\_\_\_

Супы \_\_\_\_\_

Ботвины \_\_\_\_\_

Борщи \_\_\_\_\_

Окрошки \_\_\_\_\_

Престижность, способы употребления (блюда) и заготовки  
впрок:

Говядины \_\_\_\_\_

Баранины \_\_\_\_\_

Свинины \_\_\_\_\_

Зайчатины \_\_\_\_\_

Рябчики, \_\_\_\_\_ турачи,  
тетерева \_\_\_\_\_

Куры \_\_\_\_\_

Гуси, утки \_\_\_\_\_

Закуски \_\_\_\_\_

Икра \_\_\_\_\_ (черная,  
красная)

Вязига \_\_\_\_\_ Слабосоленая

рыба \_\_\_\_\_ Видовой состав

рыб \_\_\_\_\_

Продолжение

Уха: красная (с шафраном) \_\_\_\_\_ без  
пряностей \_\_\_\_\_ черная (с  
гвоздикой) \_\_\_\_\_ желтая (из  
стерляди) \_\_\_\_\_ Рыбная

окрошка \_\_\_\_\_ пироги \_\_\_\_\_ Рыба

паровая \_\_\_\_\_ жареная \_\_\_\_\_

**Молоко:** \_\_\_\_\_ Парное \_\_\_\_\_

Кипяченое \_\_\_\_\_ Кислое \_\_\_\_\_

Топленое \_\_\_\_\_ Ряженка,

варенец \_\_\_\_\_ Сыворожка \_\_\_\_\_

Творог \_\_\_\_\_ Каймак \_\_\_\_\_

Сыры \_\_\_\_\_ Сливки \_\_\_\_\_

Сметана \_\_\_\_\_

Ритуальные \_\_\_\_\_ молочные

блюда \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ Ка

кие \_\_\_\_\_ овощи \_\_\_\_\_ выращивались

раньше \_\_\_\_\_ **Блюда из:**

картофеля \_\_\_\_\_

капусты \_\_\_\_\_ репы \_\_\_\_\_

брюквы \_\_\_\_\_ огурцов \_\_\_\_\_

свеклы \_\_\_\_\_ лука \_\_\_\_\_

помидор \_\_\_\_\_

кабачков \_\_\_\_\_ тыквы \_\_\_\_\_



баклажан \_\_\_\_\_ перца \_\_\_\_\_

болг. \_\_\_\_\_ хрена \_\_\_\_\_

Грибы \_\_\_\_\_ Ягоды \_\_\_\_\_

Орехи \_\_\_\_\_ Дикорастущие

травы \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ Ка

ши из проса \_\_\_\_\_ гречи \_\_\_\_\_

овса \_\_\_\_\_ пшена \_\_\_\_\_

*Продолжение*

ячменя \_\_\_\_\_ манки \_\_\_\_\_

Источники соли \_\_\_\_\_

Употребление

сахара \_\_\_\_\_ Заменители

сахара \_\_\_\_\_

Мед \_\_\_\_\_ Н

апитки из него \_\_\_\_\_

Б/а напитки \_\_\_\_\_

Алкогольные

напитки: \_\_\_\_\_

## ПРИЛОЖЕНИЕ 5

### ОБРАЗЦЫ СБОРА ПОЛЕВЫХ МАТЕРИАЛОВ

10 августа 1987 г. с. Старая Ивановка, Панферов Тимофей Григорьевич 1904 г.р.

До коллективизации мясо покупали у своих односельчан. 2 фунта - 15 коп.

В селе был большой базар. Все окрестные поселки туда везли.

Лезгины вели кочевой образ жизни, в селе их не было.

**Запреты:** свинина, зайчатина. Сейчас разводят кроликов.

**Кулага:** самая лучшая детская еда.

Блины часто делали, молоко, каймак (сливки).

Из каймака азербайджанцы делали масло, а айран пьют.

**Молозиво** не употребляли. 4-5 дней после отела молоко не пили. Коровы давали по 8, 10, 12 л молока. Сейчас не держат корову.

Ячмень, пшеница. Сами бьют подсолнечное масло.

**В селе:** черепичный завод, мельница, пекарня, кирпичный завод, ремонт тракторов, большая хорошая больница.

**В лесу:** дуб, чинара, граб, дома строили из бука, карагача и дуба. Дома были турлучные, теперь кубик - кирпич.

Груши, алыча, садовые груши.

**Пасха:** с пятницы переставали работать до следующего понедельника. Готовили квас, пекли куличи.

Пироги, чиненки (с вареньем).

Вина покупали у армян, потом сами делали вино и водку (чача) и самогон. У армян были очень хорошие вина, красные. Сейчас вина потеряли свои качества, т.к. виноградники обрабатываются инсектицидами.

**Пост:** 3 дня перед Пасхой.

**Охота:** фазаны, курочки, куропатки, чаще охотились в голодные годы. Во время войны было молоко и мясо, но не было хлеба.

11 августа 1987 г. с.Ивановка, Жабина Анастасия Михайловна.

Сдобные пирожки **кята**.

**Халва:** муку зажаривают до розового цвета, перемешивают с бекмесом.

**Бекмес:** чистый сок винограда варят и уваривают до коричневого цвета.

Дошаб - это то же, что и бекмес, но азербайджанцы его так называют. Из тутовника тоже варят бекмес.

Раньше в колхозе давали виноград натурой, из сока варили бекмес, а из выжимок гнали водку.

**Баклажаны:** отдельно жарят (предварительно вымачивают в рассоле) иногда с картошкой - заимствование из кавказской кухни.

**Каша** с изюмом - в печке или в духовке. Ковшик риса плюс 1/2 ковшика воды, пригоршня изюма, 300 г масла, соль и сахар. Поставить в нагретую духовку. Через несколько минут надо перемешать, чтобы масло распределилось.

На свадьбу раньше приглашали не более 50 человек:

1. Лапшу катают.
2. Дело кончают - у невесты.
3. Венчание.
4. Девишник - вечер молодежи у невесты.
5. Свадьба - у жениха.
6. Обед у родителей невесты - приглашают родню жениха и невесты.

**Поминки:**

1. Чай с вареньем.
2. Пироги сладкие.
3. Старцы молятся.
4. Обед - старцы поют.

**Свадьба:** После того, как кончили дело (в доме невесты), отец жениха едет к пресвитеру и везет его к себе. Затем они все едут к невесте и там родители невесты благословляют их. Пресвитер (или назначенный им человек) венчает их. Жених покупает рубашку и потом несет ее невесте. Она ее гладит и утром следующего дня продает жениху. Как правило, он покупает ее не дешевле, чем за 50 руб. В этот же день (день свадьбы) жених несет невесте туфли.

После свадьбы невеста дарит родственникам подарки. Когда "кончают дело", на полотенце, вышитое невестой, гости кладут деньги, подарки и т.п. Их собирает мать невесты.

Раньше, еще несколько лет назад, мясо было 3 руб. 1 кг. А потом председатель не стал выделять пастбища, их стали засеивать люцерной. Сейчас мясо стоит 6 руб. 1 кг. Телка - 400 руб. Бык стоит 1200 руб. Гусь - 10 руб. Употребляют в основном птицу. Зимой берут цыплят и откармливают.

**Масло:** молоко кипятили, затем отстаивали. Снимали до 1-1,5 л сметаны - хранили в глиняном горшке и в нем же сбивали масло. Азербайджанцы на рынке продают буйволиное масло - белое и коровье желтое.



# СПИСОК ПРИНЯТЫХ СОКРАЩЕНИЙ:

КЭС Кавказский этнографический сборник

МИЭБГКЗК Материалы для изучения экономического быта  
государственных крестьян Закавказского края

ИКОРГО Известия Кавказского отдела Русского  
Географического общества

СМОМПК Сборник материалов для описания местностей  
и племен Кавказа

СЭ Советская этнография

Редактор *С.Н. Квашнина*  
Оригинал-макет подготовлен *Л.Н. Грековой*

Утверждено к печати  
Институтом этнологии и антропологии  
Российской Академии Наук

ISBN 5-201-00877-1

---

Подписано в печать 31.01.96

Формат 60x84<sup>1</sup>/<sub>16</sub>

Объем: 10,8 п.л. 18,5 уч.изд.л.

Тираж 200 экз.

Цена договорная

Заказ №

---

Участок оперативной полиграфии  
Института этнологии и антропологии РАН  
117334 Москва, Ленинский проспект, 32А