

## ТРАДИЦИОННОЕ ПИТАНИЕ МОРДВЫ РЕСПУБЛИКИ МОРДОВИЯ И ДАЛЬНЕГО ВОСТОКА

И.А. Кандрина<sup>1</sup>, Л.Н. Щанкина<sup>2</sup>

*Кафедра государственно-правовых дисциплин, ГОУ ВПО «Российская правовая академия Министерства юстиции Российской Федерации», г. Саранск (1); irin.ka\_@bk.ru; Институт этнологии и антропологии им. Н.Н. Миклухо-Маклая Российской академии наук, г. Москва (2)*

*Представлена членом редколлегии профессором В.И. Коноваловым*

**Ключевые слова и фразы:** материальная культура; мордва; напитки; переселенцы; праздничная и обрядовая пища; традиционная пища;

**Аннотация:** Рассмотрено традиционное питание мордвы, проживающей в Республике Мордовия и на Дальнем Востоке. Традиционная мордовская кухня зависела от продуктов, получаемых в хозяйстве, и обуславливалась основными занятиями народа: земледелием и животноводством. Подспорьем в питании служили и служат продукты собирательства, рыболовства, охоты и пчеловодства.

---

Пища как явление бытовой культуры связана с удовлетворением жизненных потребностей любого этноса. Мордовская пища отличается оригинальностью приготовления блюд, их вкусовых качеств и оформления, богатством национальных традиций, уходящих вглубь веков. Причем она развивалась не только на основе этнических традиций, но и под воздействием соседних народов, окружающих их (русских, украинцев и др.).

Традиционная пища мордовского населения Республики Мордовия и Дальнего Востока в сравнительном аспекте не были объектом специального изучения. Основными источниками для изучения этого вопроса явились полевые материалы авторов, собранные в экспедиционных поездках в 2002–2009 гг. в населенных пунктах, с преимущественным проживанием мордовского населения в Республике Мордовия и на Дальнем Востоке. Основная масса мордвы, мигрировавшей на Дальний Восток, была выходцами из Атяшевского, Атюрьевского, Большеберезниковского, Дубенского, Инсарского, Кочкуровского, Старошайговского, Теньгушевского и других районов современной территории Республики Мордовия, а также Пензенской, Самарской, Ульяновской и других областей. В ходе миграций ими осуществлялось освоение новой природной среды, одновременно устанавливались культурно-бытовые контакты с коренным населением. При контактном проживании в традиционном питании заимствования проходили тем легче, чем более сходны были хозяйственно-культурные типы, при этом, в первую очередь, воспринимались блюда, имевшие некоторые сходства с традиционными [3, с. 12].

В структуре питания мордвы, проживающей в Мордовии, основу питания составляли и в настоящее время составляют продукты земледелия. Существенно обогащается пищевой рацион за счет продуктов животноводства, рыболовства, охоты, пчеловодства и собирательства. На полях сеяли рожь, просо, ячмень, овес,

пшеницу, просо, сажали картофель. В огородах выращивали репу, редьку, капусту, морковь, свеклу, тыкву, огурцы, лук, чеснок и др. Набор выращиваемых культур к концу XX в. практически не изменился, появились новые культуры, такие как помидоры, кабачки, баклажаны, фасоль, болгарский перец и др. С переселением на Дальний Восток мордовское население также стремилось соблюдать свои традиции в ведении своего хозяйства и приготовлении блюд.

Главным кушаньем, употребляемым всеми и ежедневно, является хлеб (м., э. – кши). Чаще хлеб выпекался из ржаной муки, а по праздникам – из пшеничной. В прошлом, по воспоминаниям информаторов, его пекли с добавлением лебеды. Например, в с. Симкино Большеберезниковского района Мордовии в тесто для хлеба добавляли лебеду и называли марчонь кши [7], а в пос. Ноглики Ногликского района Сахалинской области добавляли тертый картофель и называли модамарень кши [12]. Повсеместно делали «тюрю» из остатков хлеба, корочек, сухарей, покрошив их в квас, молоко или простоквашу.

С хлебом у многих народов, в том числе и у мордвы, издавна связывалось представление о богатстве, благополучии и счастье. Хлеб фигурировал во всех обрядах и молениях. Так, например, в первый день рождения ребенка в прошлом совершался обряд «моление хлеба» (м. – кши озондома, э. – чачема кши), который символизировал принятие новорожденного в члены семьи. Со специально испеченным хлебом повитуха обращалась к покровительнице дома, предкам с просьбой принять нового члена семьи, даровать ему здоровье и счастье. Горбушку от этого хлеба клали рядом с ребенком, считалось, что она предохраняет от глаза. В настоящее время этот обряд уже не совершается. На сватовство, например, сваты обязательно приносят с собой хлеб (каравай), который в сельской местности пекут сами. После гражданской регистрации или венчания новобрачных обязательно встречают хлебом-солью, что является символом благополучия молодой семьи. Часть родственников сопровождает молодых в дом, осыпая их зернами пшеницы, пшена и хмелем. В прошлом у мордвы широко был распространен обычай «крестить» хлебы. В эрзянских селах Мордовское Давыдово, Сабаево Кочкуровского района крестили все хлебы, а в мокшанском селе Новые Верхиссы Инсарского района Мордовии – только первый, причем этот хлеб никогда не давали взаимы. По этому поводу существовала примета – не следовало отдавать «крещеный» хлеб людям, чтобы сын не стал беспутным [1, с. 111].

Помимо хлеба выпекались разнообразные изделия, составлявшие повседневную, праздничную и обрядовую пищу: пироги, пышки, лепешки, ватрушки и др. Пироги (м. – пяркат, э. – прыкат) выпекали преимущественно из дрожжевого теста различной формы (открытые и закрытые) и с разной начинкой: овощной (свекла, морковь, картофель), мясной, грибной, рыбной, ягодной (брусника, земляника, калина, малина), а также с использованием круп и творога. На новой территории мордва в качестве начинки, кроме вышеуказанных, используют: в г. Шимановске Амурской области и пос. Алексеевск Алданского района Республики Саха (Якутия) – голубику. У мордвы пос. Ноглики Ногликского района Сахалинской области, переселившейся из с. Кабаево и Турдаково Дубенского района Республики Мордовия, любимой начинкой для пирогов является вишня, которую им в засушенном виде присылают родственники из Мордовии (с материка). Жители этих населенных пунктов и сегодня славятся вишневыми садами [9]. В регионах, богатых рыбой, часто использовалась и в настоящее время используется рыбная начинка. Например, в г. Магадане часто готовят из палтуса с луком.

Любимым кушаньем мордвы как на территории Мордовии, так и на исследуемой, издавна были и остаются блины (м. – пачат, э. – пачалксеть), разнообразные по размерам, начинке и способам приготовления. Выпекались блины, как правило, толстыми. Особенно любила мордва пшеничные блины, которые выпека-

лись из размолотого пшена или на жидко сваренной пшенной каше. Бытовали у мордвы и яичные блины (м. – ал пачат, э. – ал пачалксетъ). Ели блины с молоком, сметаной, маслом, медом, вареньем и др.

Широкое распространение получили и тонкие блинчики, которые, например, в г. Магадане и г. Александровск-Сахалинский ели с красной икрой, а в Мордовии с медом, сметаной и др. Такое блюдо, как блинцы, готовили в основном из картофельного крахмала или же из пшеничной муки. Из жидкой массы пекли тонкие блины, а затем резали их на мелкие полоски, заливали сметаной и ставили в печь, где они «парились» до готовности.

Повсеместно мордва готовила лапшу, преимущественно из ржаной, пшеничной муки и картофельного крахмала. Готовили ее на воде и молоке, заправляя маслом или сметаной. В пос. Ванино Ванинского района Хабаровского края готовят «лапшевик»: из пресного теста делают продолговатые тонкие «колбаски», которые отваривают как лапшу, промывают; разделяют отварное мясо на небольшие кусочки; готовят омлет и в него добавляют приготовленное мясо, отварные «колбаски» из теста и все ставят в печь или духовку для выпекания. Это блюдо было характерно для мордвы, проживающей в с. Атяшево Атяшевского района, Баево Ардатовского района, Косогоры Большеберезниковского района Мордовии.

Большое место в питании мордвы занимают каши и кисели, которые являются как повседневным, так и обрядовым кушаньем. Кашу готовили из разных круп (пшеница, риса, гороха и др.). Крутую кашу ели с топленным или растительным маслом. Пшеничная каша (суронь ям) – старинное блюдо мордвы, оно фигурировало во всех обрядах, на праздниках. Так, последний день пребывания невесты в доме своих родителей назывался День каши (кашадо ярасмо чи). В этот день в доме ее родственников приготавливалась каша, которую несли невесте для угощения. Молочная пшеничная каша, обильно сдобренная маслом, была обязательной пищей на крестинах. Ее подавали на стол прямо в горшке после всех блюд. В настоящее время каши в основном употребляют на поминках в качестве ритуального блюда [22].

Кроме крутых и рассыпчатых каш мордва готовила и кашицы (м. – шонгарям, э. – вецаям), которые считались праздничным блюдом. Так, например, в с. Заречное Октябрьского района Приморского края национальным блюдом является шонгарям, а также «рекзес» (в вареное пшено добавляют заранее жареное сало, мясо с луком и овощами), а в с. Зайцево Краснослободского района Мордовии «щюкорхт» – круглый хлеб из пшена. Его готовили таким образом: пшено толкли в ступе, просеивали, добавляли молоко, масло, яйца, закваску. Образованную массу перекладывали на сковороду и выпекали в печи.

Широко употреблялись и кисели (м. – ксяль, э. – кснавонь куслят), приготовленные из ржи, гороха и, особенно, из овса. Из гороха и чечевицы варили обычные кисели (куслят): заваривали муку в кипящей подсоленной воде, замешивали тесто как для блинов, добавив немного дрожжей, ставили в печь киснуть, а затем варили. В с. Баево Ардатовского района Республики Мордовия в нее добавляли вишню, сухие яблоки, груши и др. [13], а в пос. Майский Совгаванского района Хабаровского края – черемуху, которую предварительно толкли в ступе [20]. Повсеместно был распространен овсяный кисель. В настоящее время его готовят из овсяных хлопьев. Для его приготовления берут полкилограмма толченой овсяной муки, заливают кипяченой холодной водой, добавляют 0,5 стакана кефира и кусок ржаного хлеба для закваски и каждое утро помешивают. Через два дня эту массу процеживают через сито и варят кисель с добавлением соли, постоянно помешивая. После приготовления выливают в глубокие тарелки и едят со сметаной. Такой кисель часто готовит мордва г. Шимановска. Популярность получил и крахмальный кисель с использованием разных ягод.

Как и на территории Мордовии, в питании мордвы дальневосточного региона по-прежнему значительно потребление овощей – картофеля, капусты, моркови, лука, чеснока, редьки, огурцов, свеклы и т. д. Набор выращиваемых культур в значительной степени складывался под влиянием традиционного хозяйства и образа жизни.

Важную роль в повседневном рационе питания мордвы как в местах выхода, так на территории переселения занимает картофель, который нередко составляет основную огородную культуру. Например, в пос. Майский Совгаванского района Хабаровского края картофель начали сажать только в 1960-е гг. Повсеместно отварной или жареный картофель употребляется как самостоятельное блюдо или в качестве гарнира. Чтобы сохранить содержащиеся в картофеле витамины (углеводы, крахмал) многие хозяйки предпочитают отваривать его в кожуре («в мундире»). В Камчатском крае повсеместно из картофеля делают «картовник»: картофель отваривают, очищают от кожуры, мнут, добавляют молоко, яйца и ставят в печь или в духовку, образовавшуюся корочку смазывают маслом. В летнее время и ранней осенью картофель готовили к ужину прямо на улице на таганках или в чугуне. Употребляют и мелкий картофель. Его варят, очищают от кожуры и жарят на сковородке, постоянно переворачивая, до образования румяной корочки [2, с. 192–193]. У мордвы-эрзи – переселенцев из Большеберезниковского [8] и Дубенского районов Мордовии [17] – было распространено блюдо печксезь карчкат. Способ приготовления данного блюда напоминает технологию приготовления каши: картофель измельчали и заливали молоком с добавлением масла, затем выпекали в печи. Такое блюдо было распространено в пос. Ванино Ванинского района Хабаровского края. Мордва готовила и картофельное пюре – модамарь ям, блюдо же, которое по способу приготовления напоминает белорусские драники, называют модамарень шенямот или модамарень шеняпт. Как отмечал информант, проживающий в г. Шимановске Амурской области, их готовили очень часто [10]. В пос. Синегорье Алданского района Республики Саха (Якутия) из картофеля часто готовят каймак. Для этого в картофельное пюре добавляют сметану, яйца, тщательно перемешивают и выкладывают эту массу на пресное тесто, края которого немного защипывают и ставят в духовку.

Повсеместно большое значение в традиционной пище мордвы имела капуста (м., э. – капста). Осенью и в начале зимы ее употребляли в свежем виде, а в остальное время – квашеную. Иногда с капустой солили и огурцы, выкладывая их поочередно рядами. Капуста была основным компонентом мордовских щей, ее ели с картофелем, тушили с мясом, заправляя маслом, а также использовали в качестве начинки для пирогов.

Широко использовались в питании мордвы лук, морковь, чеснок, свекла, тыква. Их ели в сыром виде и готовили из них приправу к различным блюдам или начинку для пирогов. Летом в качестве холодного первого блюда делали окрошку из зеленого лука на воде, простокваше или квасе. Из свеклы в с. Доброполье Уссурийского района Приморского края готовили сладкое кушанье якстерькань прякат: после варки ломтики свеклы укладывали на противень и сушили. В пос. Ванино Ванинского района Хабаровского края из тыквы часто готовят «печака» – для этого ее режут небольшими кусочками, складывают в чугун, сверху посыпают сахаром, запекают и едят. Часто употреблялись в пищу огурцы (м., э. – куяр), особенно в летнее время. Ели их свежими, малосольными, а также заготавливали на зиму – солили в бочках (в настоящее время – в стеклянных банках).

Из вышеуказанных овощей готовили разные первые блюда. Наиболее известным ежедневным блюдом являются супы, щи. Под влиянием украинского населения в г. Шимановске Амурской области готовили солянку, борщ. Для приготовления солянки на растительном масле жарили свежую или соленую капусту; отдельно обжаривали мясо, все клали в кастрюлю, заливали водой и варили.

Овощи (морковь, свеклу, помидоры, перец) тушили и добавляли в солянку. Борщ готовили таким образом: обжаривали также мясо, соленую капусту, предварительно замачивали фасоль, затем все клали в кастрюлю, добавляли картофель. Отдельно обжаривали свеклу, морковь, лук, сало. Перед готовностью добавляли мелко нарезанную свеклу [5].

Одним из наиболее распространенных в наши дни блюд, как и в Мордовии, являются вареники. Раньше их чаще всего готовили в воскресные и праздничные дни, сегодня они вошли в повседневный рацион питания. Тесто приготавливают из пшеничной (раньше чаще ржаной) муки. Для начинки используют творог, вареный картофель, ягоды, грибы, рыбу, ливер (внутренности домашних животных) и т.п. В пос. Алексеевск Алданского района Республики Саха (Якутия) в качестве начинки для вареников используют капусту с луком, жареную на сливочном масле. Распространены у мордвы и пельмени. Для начинки изначально использовали рубленое свиное или говяжье мясо, позднее – пропущенное через мясорубку. Зимой пельмени заготавливали впрок, замораживая. Все это характерно и для мордвы, проживающей в Мордовии.

Что касается садоводства, то мордва, в целом, после переселения на Дальний Восток стала заниматься им меньше в связи с природно-климатическими условиями, нежели на территории Мордовии. Многие плодовые деревья (яблони, вишня и др.) не выживали в местных условиях. В северных областях Дальнего Востока, отличавшихся бедной растительностью, садоводства вообще не было. Поэтому фрукты в основном покупали в магазине или на рынке.

Традиционная система питания мордовских переселенцев складывалась в условиях земледельческого хозяйства с большим набором культурных растений. Этим, видимо, объясняется тот факт, что после переселения на Дальний Восток они заимствовали у коренных народов потребление в пищу дикорастущих растений с большим содержанием витаминов. Природа Республики Мордовия и Дальнего Востока отличается многообразием и богатством дикорастущих трав и ягод. «Ягод так много, – говорят жители Приморского и Хабаровского краев, – что собираем их с лета до самого мороза, например, землянику – первой, а клюкву – последней» [20], а в Мордовии последней собирают – рябину [11]. Мордва дальневосточного региона собирает шикшу (водянику), голубику, морошку, клюкву, чернику, бруснику, жимолость и др. Едят их в свежем виде или варят из них варенья, джемы, перетирают с сахаром, сушат на зиму и используют как начинку для пирогов. В настоящее время ягоду часто замораживают, чтобы всегда иметь ее под рукой. Например, мордва Камчатского края для начинки пирогов использует морошку. Ягоды обдают кипятком, протирают сквозь сито, добавляют сахар по вкусу и тщательно перемешивают. Молодые мордовские семьи позаимствовали у коренных народов технологию приготовления пастилы из морошки: морошку перекручивают через мясорубку и добавляют сахар, варят до консистенции сметаны, массу выкладывают на противень, покрытый промасленной бумагой, и ставят в духовку для подсушивания [2, с. 194–195]. У мордвы, проживающей в Сахалинской области, в рацион питания вошел папоротник. Как отмечает информант А.И. Яська, «его собирают в мае – начале июня. Если он свежий, то замачивают его на 1 ч, если «старый», – то подольше. Затем варят в подсоленной воде 10 мин; тушат морковь, лук, мясо, затем добавляют папоротник, чеснок и соус по-корейски. Папоротник также солят на зиму: его засыпают большим количеством соли и на одну неделю ставят под пресс, затем промывают холодной водой, варят в течение 20 мин, когда остынет, заливают холодным соленым рассолом и также ставят под пресс. Перед употреблением папоротник вымачивают 12 ч. Этот рецепт мордва переняла у корейцев примерно 30 лет назад. Кроме того, папоротник употребляют как в соленом, так и сушеном виде, в качестве приправы к салатам или гарнира к мясному блюду» [24].

Большой популярностью пользуются у мордвы Республики Мордовия и Дальнего Востока грибы (белые грибы, рыжики, волжанки, волнушки, грузди, маслята, опята, подосиновики, подберезовики и др.). Из грибов готовят как первые, так и вторые блюда, например грибную солянку, которая является праздничным блюдом любого застолья. Кроме того, грибы жарят, солят и маринуют, а сушеные грибы используют для щей и супов.

Из дикорастущих трав мордва раньше часто употребляла щавель, дикий лук, черемшу (дикий чеснок) и др. Их использование носило сезонный характер, обычно их употребляли весной, когда подходили к концу зимние запасы и резко ощущалась нехватка витаминов. Многие дикорастущие растения являются одновременно лекарственными: они богаты витаминами, минеральными и многими другими жизненно необходимыми биологически активными веществами. В настоящее время наблюдается тенденция к уменьшению употребления дикорастущих трав в питании мордвы. Таким образом, для повседневного, более скромного, чем праздничного, стола характерно употребление овощей, ягод и грибов в виде различных домашних заготовок.

Животноводство играло и играет важную роль в хозяйстве мордвы как в Мордовии, так и на Дальнем Востоке. Обилие и разнообразие трав на указанной территории способствовало развитию данной отрасли хозяйства, что отразилось на системе питания. Следует отметить, что мордовские переселенцы перевозили скот с собой и пытались выращивать его в новых условиях. Об этом свидетельствуют архивные данные. «В 1930-е гг. переселенцам предоставлялись большие льготы в отношении провоза имущества. В частности, все переселенцы из Мордовской АССР могли бесплатно провозить в расчете на семью имущество весом до 2 т, а скот – в количестве, предусмотренном Уставом сельскохозяйственной артели. Для всех лиц, переселявшихся по договоренности в районы Дальнего Востока, провоз багажа оплачивало государство» [4, л. 98].

Большое место в питании мордвы занимают продукты животноводства. Полевые материалы показывают, что в личном хозяйстве мордва держит коров, лошадей, свиней, овец, коз, домашнюю птицу. На новой территории первоначально подсобное хозяйство не приветствовалось, да и времени не хватало их содержать, так как большинство населения было занято в промышленности, рыбном хозяйстве и др. К примеру, в пос. Майский Хабаровского края мордва чаще держала в хозяйстве гусей, уток, кроликов, редко у кого были коровы: «Так как здесь было не принято держать крупный рогатый скот» [19]. Следует отметить, что мордовское население скот резало редко, в особых случаях: на свадьбу, похороны, в честь гостей. Хозяйева либо сами закалывали домашних животных, либо приглашали опытных мастеров. Особых обрядов при этом не было, но обязательным считалось приготовление селянки. Для этого отваривали мясо, внутренности (печень, почки, сердце, легкие), картофель, добавляли нежареный лук, лавровый лист. На селянку было принято приглашать родственников, соседей. Как говорила информатор, «мяса нужно добавить столько, чтобы на каждую ложку попадал кусок» [6]. Это блюдо готовят и в настоящее время как на Дальнем Востоке, так и в Мордовии.

В пищу употребляли и внутренности животных (потроха). Сало и мясо также солили и хранили в специальных кадушках, хранили в ведрах в колодцах, позднее в банках. Нутряной жир солили и хранили так же, как и сало. Мордовское население готовило «домашнюю колбасу» из мяса и субпродуктов домашних животных (с. Стандрово Теньгушевского района, Атяшево Атяшевского района, Симкино Большеберезниковского района, Старые Верхиссы Инсарского района Республики Мордовия). Колбасу готовили таким образом: «предварительно очищенные кишки животного начиняли вареным мясом с мелко нарезанным салом, добавляли лук с чесноком, молотый перец. Готовые колбаски укладывали на противень и

ставили в духовку на 30 минут, хранили в прошлом в погребе, наполненным снегом, а в настоящее время в морозильной камере. Перед употреблением жарили на сковороде с добавлением масла». В г. Шимановске такую колбасу называют «кровянка», так как в качестве начинки используют кровь животного, гречневую кашу и сало с приправами. Перед употреблением жарят на сковороде с добавлением масла.

Среди праздничных мясных блюд можно назвать холодец (студень), сваренный из свиных или говяжьих ног, головы. Мясо долго варят, измельчают, добавляют к нему лук и чеснок, разводят бульоном до густоты сметаны, разливают в блюда и ставят в холод.

Повсеместно мордва заготавливала мясо впрок. Его, как правило, солили в кадушках, где выдерживали в течение нескольких дней. Весной куски сушили на открытом воздухе или подвешивали в помещении (в чулане). Соленая и вяленая свинина была любимым кушаньем мордвы. Сейчас мясо чаще замораживают в холодильниках и используют для приготовления котлет, пельменей, голубцов, плова и т.п.

В традиционном питании мордвы широко представлены молочные продукты. Молочная и кисломолочная пища разнообразна: молоко пьют в сыром и кипяченом виде, используют для приготовления первых блюд, различных каш, лапши, картофельного пюре, мучных изделий, как лекарство от многих заболеваний. Девушки в прошлом пользовались им как косметическим, отбеливающим средством.

Кислое молоко (м. – шапамо лоща, э. – чапамо ловцо) у мордвы является традиционным блюдом. На территории Мордовии и Дальнего Востока мордва готовила его из снятого кипяченого или топленого молока, охлаждала до температуры парного и смешивала с закваской (старой простоквашей). Кислое молоко ели с хлебом, картофелем, кашами, подавали к блинам. Как сообщил житель г. Шимановска А.Н. Аношкина, «по обычаю, человека, зашедшего в дом, обязательно угощали таким молоком и яйцами» [6].

Сохранились и традиционные способы переработки молока – изготовление творога (м. – мичке, э. – топо) и масла (м. – вай, э. – ой). Повсеместно творог готовили из прокисшего молока, которое ставили в теплую печку или на плиту, чтобы оно створожилось. Затем этой массой заполняли мешок из редкой ткани и подвешивали или откидывали на дуршлаг, чтобы стекла сыворотка. Из творога повсеместно на Пасху делают пасху – пропущенный через мясорубку или тщательно протертый свежий творог, смешанный с большим количеством яиц (10–20 штук), сахаром, маслом, изюмом, с добавлением ванилина. Все это помещают в специальную деревянную форму на марлю или холщовую ткань, а сверху кладут пресс для того, чтобы стекла лишняя жидкость.

Для получения масла молоко оставляли в посуде, а затем деревянной ложкой снимали сливки. Масло сбивали деревянными маслобойками, а в настоящее время используют ручные, электрические сепараторы, которые значительно экономят время. Оставшуюся после отделения масла пахту (пивтезь ловцо) также употребляли в пищу: на ней замешивали тесто. Готовое масло промывали в холодной воде. Для более длительного хранения сливочное масло перетапливали, сливали в стеклянные банки и опускали в погреб.

У мордвы исследуемых регионов с давних пор развито птицеводство, благодаря которому пополняется пищевой рацион. Сырыми яйцами сдабривают тесто и начинку к различной выпечке, используют их в качестве приправы к супам. Едят также вареные и запеченные яйца.

Мордва издавна употребляла в пищу рыбу (м., э. кал). Рыбные блюда – украшение стола и в будни, и праздники. Повсеместно рыбу солят, сушат, вялят, жарят, коптят, запекают, делают заливное, котлеты, тефтели, варят уху, исполь-

зуют как начинку для пирогов и др. На территории Мордовии используют речную рыбу (окунь, щука и др.), которая водится в реках (р. Сура, Мокша и др.), а на территории Дальнего Востока – морскую (кета, сима, ленок, таймень, горбуша, нерка и др.). По словам жителя г. Магадана М.Г. Наумкина, обычно ловят нерку, кету, кижуч, и их солением, как правило, занимается он. Для этого куски рыбы нужно обвалить в соли, сахаре и оставить примерно на 17 ч. После того, как рыба даст сок, ее перекадывают в другую посуду и сверху поливают растительным маслом. Через 40 ч рыба готова к употреблению. Информант сообщил и другой способ соления рыбы по-колымски. Для этого любое рыбное филе клали рядами в эмалированную посуду, предварительно пересыпали смесью соли и сахара, сверху клали лимон и придавливали грузом. Через сутки рыбу также перекадывали и выдерживали трое суток в прохладном месте [15].

Мордовское население Дальнего Востока употребляет также красную икру (горбуши, тайменя и др.). Житель г. Шимановска Амурской области Н.А. Дядюн рассказал способ ее соления: икру очищают, делают тузлук – солят воду и кладут в нее очищенный картофель. Соль добавляют до тех пор, пока не всплывет картофель. Икру заливают тузлуком на 15 минут, вытаскивают на марлю, чтобы вода стекла, и помещают в банки. Чтобы она не испортилась, сверху поливают подсолнечным маслом [10].

Повсеместно среди мордовского населения пользуется популярностью уха из красной или белой рыбы. Чистят рыбу, потрошат и опускают в предварительно подсоленную, кипящую воду, снимают пену, добавляют мелко нарезанный картофель и доводят до готовности. Во время трапезы в уху добавляют лук, укроп. В пос. Сокоц Камчатского края в конце варки в уху добавляют несколько взбитых яиц, как они делали еще до переселения у себя в Большеберезниковском районе Республики Мордовия. В постные дни или жаркую погоду (последнее бывает не так часто) на Камчатке готовят рыбную окрошку. Рыбу чистят, потрошат, промывают, нарезают на куски и отваривают в слегка подсолненной воде. После остывания делят на небольшие кусочки, кладут в большую миску, добавляют мелко нарезанные свежие огурцы, зеленый или репчатый лук (чаще зеленый), немного укропа, разводят кислым молоком или квасом, иногда добавляют 3-4 ложки сметаны и солят по вкусу. Излюбленным блюдом у мордвы считается холодец из красной рыбы. Тушку потрошат, промывают и режут на куски средней величины. Особой ценностью считается голова, которую тщательно освобождают от жабр и промывают проточной водой. Затем всю рыбу опускают в кипящую, подсоленную воду и кипятят на медленном огне чуть больше часа. Как немного остынет, кусочки рыбы освобождают от костей, перекадывают в глубокие, широкие тарелки, чашки и заливают теплым, процеженным бульоном и охлаждают [2, с. 200–201].

Много различных рецептов из рыбы нам сообщила жительница г. Магадана А.И. Наумкина. Например, часто она жарит котлеты из горбуши, кеты и др. Для этого она берет филе рыбы, рубит на мелкие кусочки, добавляет мелко нарезанный лук, чеснок, майонез, соль, перец, зелень и делает котлеты. Часто в духовке запекает и кусочки рыбы, которые предварительно мажет майонезом и сверху добавляет сыр. Постоянным блюдом является и уха. Ее варят из налима, кеты. Перед приготовлением добавляют лавровый лист, перец, соль и обжаренную морковь с лимоном. А.И. Наумкина также готовит сельдь, запеченную с яйцами и сметаной. Для этого на сковороду, смазанную жиром, кладет филе сельди и заливает смесью из яиц, сметаны, соли, муки и нарезанного репчатого лука [16]. В пос. Синегорье Алданского района Республики Саха (Якутия) жарят филе рыбы так: сырые яйца тщательно мешают, добавляют соль и муку, перед жаркой филе следует обвалить в этой массе и жарить [18].

Определенное место в питании мордвы занимают продукты, полученные в результате охотничьего промысла (мясо лося, оленя, медведя, кабана, зайца и др.).

Такое мясо шло на приготовление как первых (супы, похлебки), так и вторых (жареное, тушеное мясо) блюд. На супы шли в основном кости, ребра; на селянку – субпродукты, печень, сердце. В прошлом, для мордвы, проживающей в мордовском крае, было характерно употребление пирогов с зайчатинной.

Мордва сохранила традицию в приготовлении селянки из парного мяса диких животных. Готовили ее из сердца, печени и грудинки, с добавлением картофеля и лука. Особенно часто селянку варили в пос. Ноглики Ногликского района Сахалинской области и считали ее любимым блюдом. Например, в г. Магадане ели замороженные, тонко нарезанные кусочки мяса оленей. В настоящее время из мяса оленей часто делают шашлык.

Повсеместно ценным продуктом считалось сало животных. Нутряное сало вытапливали, разливали по мискам, охлаждали и хранили до употребления. На нем жарили и тушили еду, а также применяли в народной медицине.

Наряду с охотой и рыболовством большое развитие среди мордвы Республики Мордовия получило пчеловодство. Оно было пасечным. Среднее крестьянское хозяйство имело не более десятка ульев, только в зажиточных хозяйствах были большие пасеки. Мордва, проживающая на Дальнем Востоке, также сохранила любовь к пчеловодству, хотя данный промысел и не получил здесь столь широкого распространения, как в средней полосе России. Мед содержит полезные природные вещества и обладает бактерицидным действием, поэтому он является одновременно и излюбленным лакомством, и ритуальной пищей, и лечебным средством.

Из напитков (м. – симомбяльхть, э. – симемапельть), употребляемых мордвой Республики Мордовия, следует отметить следующие: «пуре» – хмельной медовый напиток, «поза» – брага, «кувас» – квас, «келу ведь» (м.), «килей ведь» (э.) – березовый и кленовый соки, «уштор ведь» (м.), «укштор» (э.) – соки, пиво, «сал-ведь» – рассол, которые, в настоящее время, употребляются очень редко. На территории Дальнего Востока из национальных безалкогольных напитков широкое применение получил хлебный квас, который в основном употребляется в жаркую погоду. Также квас служит основой для приготовления окрошки. Повсеместно мордва делает его из поджаренных сухарей черного (ржаного) хлеба, которые заваривают крутым кипятком и заквашивают, также добавляют для вкуса и аромата мяту, смородиновый лист, изюм, сахар и охлаждают. Особое распространение у мордвы Сахалинской области получил свекольный квас. Для его приготовления отваривали в чугунах натертую сахарную свеклу. Затем в эту массу добавляли муку и формировали лепешки, которые запекали в печи. Готовые лепешки заливали холодной кипяченой водой, в полученную массу добавляли дрожжи и сахар. Через день брага готова к употреблению и ее спускали в погреб. В настоящее время жители г. Шимановска, по словам З.П. Тимченко, часто готовят позу из тыквы. Для этого делают закваску из вареной тыквы, смешанной с ржаной мукой, далее из них делают лепешки и обжаривают в печи. Затем все помещают в посуду и заливают холодной кипяченой водой. Раньше добавляли хмель, а сейчас – дрожжи и сахар. Через два дня поза готова к употреблению. Позу иногда делают на березовом соке [21].

Популярным напитком является чай, заваренный на листьях смородины, малины, душицы, зверобоя, вишни, чабреца, Melissa, липовом цветке и других растениях. К чаю подают мед, сладости, различную выпечку и др.

Повседневными напитками можно также назвать морсы, компоты и кисели. В зависимости от сезона готовят компот из свежих или сухих фруктов. В Республике Мордовия их чаще готовят из яблок, вишни, сливы, красной и черной смородины, крыжовника и др. Например, переселенцы г. Магадана готовят из ягод красной смородины, красной рябины, голубики, брусники, жимолости. В г. Шимановске часто заготавливают компот из голубики. Для этого ягоды складывают в

банки, заливают холодной кипяченой водой, добавляют 1 ложку спирта или ложку подсолнечного масла и закрывают крышкой.

Широкое распространение получило приготовление домашнего вина. Готовят вино в домашних условиях на различных травах, ягодах и фруктах и по традиции заготавливают впрок. Например, в пос. Эссо Камчатского края мордва делает домашнее вино из смородины, малины, голубики, жимолости, вишни. Для этого берут 4 стакана любых ягод, добавляют 4 стакана сахара, 4 стакана воды, 4 стакана водки и настаивают в темном месте 3 месяца [2, с. 203].

Таким образом, изучение традиционной пищи мордвы, проживающей как на территории Республики Мордовия, так и на Дальнем Востоке, свидетельствует о том, что их состав зависел, прежде всего, от направленности хозяйственной деятельности этноса и этнокультурных связей. При переселении на Дальний Восток мордва столкнулась с необходимостью налаживать хозяйство в иных, чем на родине, природно-климатических условиях. Верность культурным традициям своего народа, их сохранность на протяжении более сотни лет в новых природных условиях и иноэтническом окружении являются ярким свидетельством высокого уровня развития материальной культуры мордовского этноса.

#### *Список литературы*

1. Динес, Е.И. Традиционная пища и домашняя утварь мордвы / Е.И. Динес // Исследования по материальной культуре мордовского народа / АН СССР. – М., 1963. – С. 104–126.
2. Мордва Дальнего Востока / Л.И. Никонова [и др.]. – Саранск : Красный Октябрь, 2010. – 312 с.
3. Традиционная пища как выражение этнического самосознания / отв. ред. С. А. Арутюнов. – М. : Наука, 2001. – 296 с.
4. Центральный государственный архив Республики Мордовия. – Фонд Р-473. – Описание 1. – Дело 213. – Приказы, информации и доклады управления, представленные в Государственный комитет о проделанной работе по вопросам трудовых ресурсов, перераспределения, трудоустройства населения и отчеты по трудоустройству.

#### *Полевой материал авторов*

5. Авраменко Ольга Михайловна, 1927 г.р., г. Шимановск Амурской области, записи 2009 г.
6. Аношкина Анастасия Николаевна, 1922 г.р., г. Шимановск Амурской области, записи 2009 г.
7. Астайкина Любовь Ивановна, 1967 г.р., с. Симкино Большеберезниковского района Республики Мордовия, записи 2008 г.
8. Буянкина Прасковья Фроловна, 1933 г.р., с. Симкино Большеберезниковского района Республики Мордовия, записи 2008 г.
9. Демяшкина Надежда Ивановна, 1959 г.р., пос. Ноглики Ногликского района Сахалинской области, записи 2004 г.
10. Дядюн Николай Алексеевич, 1948 г.р., г. Шимановск Амурской области, записи 2009 г.
11. Ершкова Анастасия Прокопьевна, 1928 г.р., с. Сузгарье Рузаевского района Республики Мордовия, записи 2008 г.
12. Климкина Мария Ивановна, 1925 г.р., пос. Ноглики Ногликского района Сахалинской области, записи 2004 г.
13. Ладяшкина Татьяна Федоровна, 1926 г.р., с. Бaeво Ардатовского района Республики Мордовия, записи 2008 г.

14. Надькина Евдокия Федоровна, 1925 г.р., с. Отрадное Чамзинского района Республики Мордовия, записи 2008 г.
15. Наумкин Михаил Геннадьевич, 1949 г.р., г. Магадан Магаданской области, записи 2009 г.
16. Наумкина Анна Ивановна, 1949 г.р., г. Магадан Магаданской области, записи 2009 г.
17. Наумкина Лидия Яковлевна, 1937 г.р., с. Кочкурово Дубенского района Республики Мордовия, записи 2008 г.
18. Понетайкина (Сыркина) Наталья Николаевна, 1959 г.р., пос. Синегорье Алданского района Республики Саха (Якутия), записи 2009 г.
19. Пруцков Алексей Никифорович, 1928 г.р., пос. Майский Совгаванского района Хабаровского края, записи 2004 г.
20. Пруцкова Клавдия Александровна, 1926 г.р., пос. Майский Совгаванского района Хабаровского края, записи 2004 г.
21. Тимченко Зинаида Павловна, 1937 г.р., г. Шимановск Амурской области, записи 2009 г.
22. Тязина Варвара Григорьевна, 1923 г.р., с. Косогоры Большеберезниковского района Республики Мордовия, записи 2002 г.
23. Учеватова Вера Васильевна, 1952 г.р., с. Стандрово Теньгушевского района Республики Мордовия, записи 2003 г.
24. Яськина Анастасия Ивановна, 1922 г.р., пос. Ноглики Ногликского района Сахалинской области, записи 2004 г.

---

## Traditional Food of Mordovians Living in the Republic of Mordovia and the Far East

I.A.Kandrina<sup>1</sup>, L.N. Shchankina<sup>2</sup>

*Department of State and Legal Disciplines, Russian Legal Academy of the Ministry of Justice of Russian Federation, Saransk (1); irin.ka\_@bk.ru; Institute of Ethnology and Anthropology named after N.N. Miklukho-Maklay of Russian Academy of Sciences, Moscow (2)*

**Key words and phrases:** drinks; festive and ceremonial food; material culture; mordovians; settlers; traditional food.

**Abstract:** The paper considers the traditional food of mordovians living in Republic of Mordovia and in the Far East. The traditional Mordovian cuisine depended on the foodstuffs which came from the main occupation of the people, i.e. farming and cattle breeding. Fishing, hunting, beekeeping and gathering were additional food sources.

---

## Traditionelle Ernährung der Mordwinen der Republik Mordowia und des Fernen Ostens

**Zusammenfassung:** Es ist die traditionelle Ernährung der Mordwinen, die in der Republik Mordowia in im Fernen Osten wohnen, betrachtet. Traditionelle Mordwinenküche hängt von den Lebensmitteln, die in der Wirtschaft erhalten wurden, und basierte auf den Hauptbeschäftigungen des Volkes: auf der Landwirtschaft und auf der Viehzucht. Als Hilfe in der Ernährung dienten und dienen die Lebensmittel des Sammelns, der Fischerei, der Jagt und der Bienenzucht.

## **Alimentation traditionnelle des Mordves de la République de Mordve et de l'Extrême Orient**

**Résumé:** Est examinée l'alimentation traditionnelle des Mordves habitant dans la République de Mordve et dans l'Extrême Orient. La cuisine traditionnelle des Mordves dépendait des aliments de l'agriculture et était déterminée des occupations principales du peuple: agriculture et élevage. Les produits de la cueillette, de la pêche, de la chasse et de l'apiculture présentaient toujours le soutien de l'alimentation.

---

**Авторы:** *Кандрина Ирина Алексеевна* – кандидат исторических наук, доцент кафедры государственно-правовых дисциплин, ГОУ ВПО «Российская правовая академия Министерства юстиции Российской Федерации», г. Саранск; *Щанкина Любовь Николаевна* – кандидат исторических наук, докторант Института этнологии и антропологии им. Н.Н. Миклухо-Маклая Российской академии наук, г. Москва.

**Рецензент:** *Никонова Людмила Ивановна* – доктор исторических наук, профессор, заведующая отделом археологии и этнографии, ГУ «Научно-исследовательский институт гуманитарных наук при Правительстве Республики Мордовия», г. Саранск.

---