

Белошеева Елена

Доморская расыпуха



Издательство
«МАГУ ФИУС»

представляет:

МБУК Терская межпоселенческая библиотека
Детская районная библиотека

Белошеева Елена

ПОМОЖКА
РАССЫПУХА



Умба
2016

УДК XXX/XXX
ББК XX.XXX
С X

BELOSHEEVA ELENA
The Pomeranian rassypuha

Издательство выражает благодарность копиловальному центру
«Точная копия» за содействие в создании книги

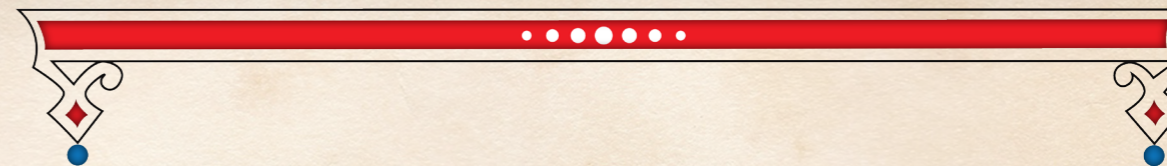
©

Б 16

Белошеева Е.
Поморская рассыпуха / Сост.: Белошеева Елена. — Мурманск:
МАГУ ФИиС, 2016. - 52 с.

ISBN X-XXXXX-XXX-X

© Издание на русском языке,
оформление ЗАО «МАГУ ФИиС», 2016



Предисловие

«Свой след оставил на Земле» — так говорят о людях, которые оставили о себе добрую память и добрые дела. Эта небольшая книга посвящена памяти Белошеевой Елены Геннадьевны, которая родилась в Умбе в 1962 году и всю свою трудовую жизнь, почти 30 лет, посвятила библиотечному делу, изучению истории и культуры родного края, популяризации поморского краеведения. Её трудами созданы замечательные краеведческие указатели, календари знаменательных и памятных дат Терского района, уникальные рукописные книги о поморах, которые Елена Геннадьевна написала вместе с дочерьми, Наташей и Ольгой, о традициях, обычаях, нелегкой жизни на Крайнем Севере. Всех гостей, путешествующих по Терскому берегу и интересующихся жизнью поморов, дорожка обязательно приводила в Библиотеку поморской истории и культуры Терской ЦБС, которой заведовала Елена Геннадьевна до 2013 года. До сих пор люди помнят её удивительные экскурсии и напевные рассказы о поморских старинах.

Пусть живёт светлая память о ней, и каждый, кто будет читать эту книгу, вспомнит добрым словом Белошееву Елену Геннадьевну, которая бесконечно любила своё Беломорье и оставила добрый след на Терской земле.

ОЛЬГА АНИСИМОВА,
начальник отдела культуры Терского района



ЗДРАВСТВУЙТЕ! ЗДРАВСТВУЙТЕ!

«Проходите, хвастайте, на лавку хрястайте. Откуль попадаете? Да по какому гелу? Постряпушку делала так уголёк с печи вылетел, подумала будет ветренный гость какой». Так встречали в старину поморы гостей. Поморы всегда отличались своим гостеприимством.

«Во всякой деревне свои передни. Где кака деревня, тут така и передня. Не разделишь наш хлеб-соль не будет у нас разговор с тобой!»

За накрытым столом, да за чашкой чая и разговор особый. А чем же обычно питались жители Терского берега?

На протяжении четырех столетий поморская кухня

была довольно традиционной, но в то же время и разнообразной. Море стало для здешних жителей кормильцем, ведь скудная северная земля и суровый климат не дают простора земледельцам. Родятся огородные культуры, дикие ягоды и грибы, остальное завозится со стороны или добывается в море.

«Море — наше поле», — говорят поморы, — гост Бог рыбу — гост и хлеб». Терский берег всегда славился сёмгой. И в представлении современников существует ошибочное мнение, что поморы в старые времена только сёмгой и питались.

Кузомлянка Мария Петровна Заборщикова вспоминает: «В старо-прежние времена, когда мой тата ловил рыбу на тане, сёмгу-то мы только с праздником на столе и видели, да и то в третью перемену».



СЕМГА

Сёмга была рыбой бартерной, её охотно обменивали на муку, соль, сахар и другие продукты, не производимые в Поморье. А вот беломорская селёdochка, треска, камбала, сига были повседневной пищей поморов. Большим подспорьем была и озерная рыба. Добывали её зимой. Солили чтобы и до лета хватало. А свежая из-под льда — во все времена у терчан почитается. Блюда из щуки, линька (налима), окуня, плотвы, ряпушки очень любят у нас и сегодня. Ели рыбу свежей и солёной, вяленой и сушеной. Варили из неё уху, запекали в лагках. «Трещоцка завсегда хороша», «То не обед, коли трещоцки нет», «Трески, не поешь, много не поработаешь».





У

Уха рыбацкая — первая перемена за обедом, рыбу подают на стол как самостоятельную вторую перемену. Уху хлебают, закусывая хлебом. «Ушка хлеба подбирушка». Обычно на уху брали навагу, окуня, у сёмги для ухи годится голова и хвост. Уху варили только из рыбы без добавления картофеля. Для густоты уху скали мукой, то есть добавляли прибойку — смесь приготовленная из муки и холодной воды. От этого она становилась «скустей». Уха бывает двойная, тройная. Их готовили тогда, когда помору удавалось добыть особо много рыбы. Первой в ухе варят мелкую рыбу, затем её вынимают и закладывают вторую порцию рыбы. Эти две закладки рыбы не ели. В третий раз уже кладут ту рыбу, которую затем подают ко столу.

Рецепт М. И. Цымбал (Дряхловой),
п. Умба

Уху старались варить на открытом огне даже в домашних условиях. Для этого в припечье было специальное место, где разводили огонь и подвешивали рыбацкий котелок.



У

«ДУШКОМ»

Любят поморы кислую, с «душком» рыбу. На зиму засаливали рыбу в кадушки (бочки). Она долго не сохраняется и начинает киснуть. Вот такую её и едят, считается, что полезна для желудка, потому что мягкая. Соль для такой рыбы называется бузун.

Летом таким образом солили беломорскую сельдочку. В лагку (сковородку) положат, закинут в водичке. Чуть-чуть манной крупки добавят. На стол и хлебом мачут. Скусно! Кисленько!

Рецепт Н. А. Воробей (Лопинцевой),
п. Умбы

Из рыбы делали жарёху, в печи в лагках запекали. Но для этого нужно уметь разделывать рыбу. Ведь это своего рода искусство. Необходимо пошкерить, разрезать брюшко. У камбалы резать осторожно, чтобы «титки» не выпотрошить. А-то без них какая жарёха. Ведь помору известно, что в брюшке камбалы 2 «ёмкости». В одной-кишки, в другой-икра.



РЕСКИ СОЛЕНАЯ С ЛУКОМ

Много блюд на примете у поморок из солёной рыбы. Мария Ивановна Цымбал (Дряхлова) вспоминает, что ещё в 30-е годы XX века её отец утром кипятил самовар. Доставал кусок солёной трески, клал его в миску и три раза обваривал кипятком. Затем крошил лук и добавлял сливочного масла. Ели это блюдо с хлебом, а масла клали больше чем кусок хлеба.

Есть и современные рецепты заготовки рыбы.

КОРБУША ПО-УМБСКИ

Впол-литровую банку наливают 2 столовые ложки растительного масла, лаврового листа в меру, черного перца и 1 чайную ложку соли без горки. Выкладывают в банку нарезанную на куски рыбу. Кости не выбирают. Доливают воду и томят 2 часа в духовке. Закатывают банки металлическими крышками.

Рецепт В. И. Гагарина,
врач-санэпидемиолог,
п. Умба



КАРТОШКА С ЗУБАТКОЙ

Солёную зубатку вымачивают ночь. Утром в ладку слоям кладут рыбу, нарезанный картофель и репчатый лук. Заливают водой. Масла не добавляют, так как зубатка рыба жирная.

ТРЕСКА С МОЛОКОМ

Треску, очищенную от костей, нарезают на куски, кладут в ладку, заливают молоком, солят и доводят до кипения. Затем добавляют нарезанный картофель, репчатый лук и отправляют в духовку.

В Варзуге в молоке запекают тресковую печень.

Эти два блюда и сейчас готовит наша бабушка Тамара Дмитриевна Кобылина (Шебеко).



СЁМГА С МОЛОКОМ

Тамара Алексеевна Сурягова из с. Сосновка поделилась секретом приготовления сёмги в молоке. Филе сёмги разделать на кусочки, переложить нарезанным картофелем и луком, залить молоком или сливками и запечь в печи.

КОЛЮШКА

Очень выручала эта маленькая колючая рыбка терчан в годы Великой Отечественной войны. Ребятишки ловили её сачками в Белом море. Колюшка — рыбка очень икряная. Её сушили. Отрезав колючки, и, провернув несколько раз через мясорубку, делали рыбные котлеты. После войны, когда начался сплав гревесины, колюшка исчезла из прибрежных вод Поморья, но она сделала своё доброе дело — спасла от голода тысячи терчан.



МЯСО

Мясо тоже было на столе у поморов. Держали в дровяных скотину: оленей, баранов, коров. В Терских лесах водилось много гичи: рябчики и коппалухи (самки глухаря), косачи и куропатки, да и сейчас ещё есть. С гичью обращались поморы бережно, расчётливо. Что толку обжарить, скажем, коппалуху? То ли дело суп сварить! Супом вся семья насытится. Так и с другими пернатыми трофеями поступают. У гичи обдирают перо, (которое после просушки шло на перины и подушки), тушку ощипывают, опаливают на открытом огне. Варят суп, не добавляя ни картошки, ни крупы, воды-же так, чтобы только покрыть мясо. В конце варки добавляли прибойку. Мясо подавали на большом блюде, а бульон наливали каждому в тарелку (миску).

ПОХЛЁБКА

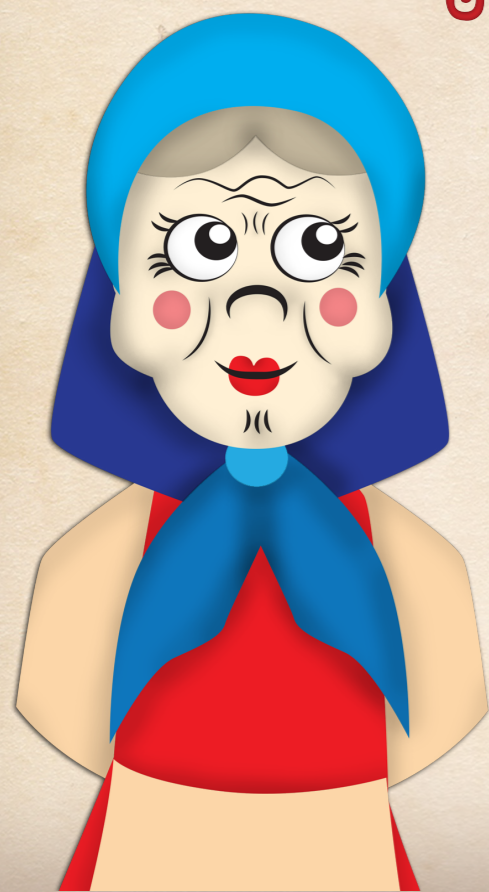
Все супы поморы называли щами. Всё, что жидкое — щи. Щи пустые варили без мяса, заправляли репой, брюквой, квашеной капустой. Щи мясные варили главным образом из баранины, в конце варки добавляли прибойку (приболку) и хлебали с хлебушком. Прибойка или приболка готовилась из муки, разведенной в холодной воде, и вливалась в кипящую похлёбку тонкой струйкой. «Жидко без неё». Её же добавляли и в грибовницу.

В постные дни выручали поморов грибовница, похлёбка из свежих или сухих грибов, и пшенный суп, приготовленный из крупы, дикого лука, позднее ещё и картофеля.



КАШИ

Редким и лакомым блюдом была в Поморье — каша. Пшенная каша и коlob с топлёным молоком были обязательными блюдами в празднично-обрядовой пище. Чаще, однако, ели поморы мучные суррогаты такие как саломаты, солодязги-каши из солодовой муки и т. п..



САЛОМАТ

Саломатом называлась жидкая каша, которую готовят из максы (молоки) от рыбы, трескового жира и переваривают с крупой.

МУЧНУХА (МУЧНЮХА)

Варзужанка Лия Поликарповна Коновалова помнит, как её мама готовила кашу-мучнуху (мучнюху). Черную муку заливали кипятком, замешивали и ставили в нежаркую печь загуснуть. Каша становилась черной, сладкой, добавляли в неё соли, кусок масла и ели. «Нальёшь в крынки, маслица положишь и хлебашь».

В герене Умба гля мучнухи муку разводили в холодной воде, а затем струйкой вливали в крутой кипятком. Солили и ели с добавлением масла.

Рецепт Н. А. Воробей,
п. Умба



Сухо́мес

Из-за своей простоты чаще готовили на промысле. Сухо́мес состоял из замешанного на воде толокна до состояния густой каши.

Крупяную ячневую (ячменную) кашу варили в горшках в печи на воде или молоке, добавляя масло растительное или коровье топленое.

В XIX в. в Поморье появились пшениная и гречневая каша.

Чёрный Ю́дья

Чёрный (ржаной) хлеб крошат в миску, соли добавляют, лука зеленого (он дикий, рядом с деревней и сейчас растёт) или такого, репчатого нарежут, масла постного добавляют. Зальют кипятком. Надо, чтоб постояло и заварилось. Знатно кушанье.

Рецепт Н. А. Воробей,
п. Умба



Молочные продукты

В каждом поморском хозяйстве была скотина, поэтому молоко было в достатке, а значит и продукты из него: простокваша, сметана, творог.



Пасха

В селах Терского берега делали Пасху-сладкую сырную массу. Творог со сметаной перемешивали, добавляли изюм. Полученную массу складывали в деревянную трапециевидную форму (пасочницу) и с десятифунтовой гирей ставили под пресс. Несколько дней продукт держали на холоде. А в Пасху спрессованную массу резали на кусочки.

Наквашенное молоко

Его делали к празднику. Заранее томили в печи несколько литров молока до красноватого цвета и потом в течение нескольких дней складывали в него простоквашу, творог, сметану. Собирали всё это на холоде, чаще всего в кадушке. Говорят, что поморское наквашенное молоко вкуснее ряженки.



ОВОЩИ

Овощей в старину поморы, почти тай, и не видели. Картошка появилась на Терском берегу только в начале XX века. Капусту посадили в 30-е годы прошлого столетия на первых колхозных полях.

А вот репа росла, кажется, с тех времен, как переселенцы-новгородцы семена её привезли с собой, ещё в XII веке.



РЕПА

Репа свежая. Пареная. Репа, как начинка в пирогах-репниках. Дугки-стебли репы без листьев (мякины) солили в больших бочках, «наложат доверху и солью потрусят», а затем жарили дугки в постном масле. Репу тёрли в квас вместе с редькой и турнепсом.

Не только корешки, но и верхки шли у репы в пищу. Ободрав лист, оставив лишь черенок, рубили жёнки мякину, клали в кадку на 2-3 дня. Сменяли воду. Потом в чугуне, в паханую (когда помелом заметут угли) печь помещали. Парилась она с утра до вечера, затем сольют воду и солят, как капусту. Оставляют под гнетом. Едят эту мякину с квасом, кладут в пироги, запекают с картошкой.

Мякина выручала терчан в годы войны. В Варзуге Вы отведаете её и сегодня.



СУШЕНАЯ РЕПА

Репя-очень сладкая на вкус, поэтому с ней вприкуску пили чай. Репу чистили, мыли, нарезали кусочками в чугунок и отправляли «преть» в русскую печь. Затем раскладывали на противень и сушили в печи. Получается ещё и лакомство для ребятшек.

Рецепт В. И. Пластининой,
с. Оленица

ГОРОШНИЦА

Горох распаривали в печи до полного размягчения. Горячий горох посолить и заправить маслом или тюленьим жиром. Варили горошницу на воде, молока не добавляли.

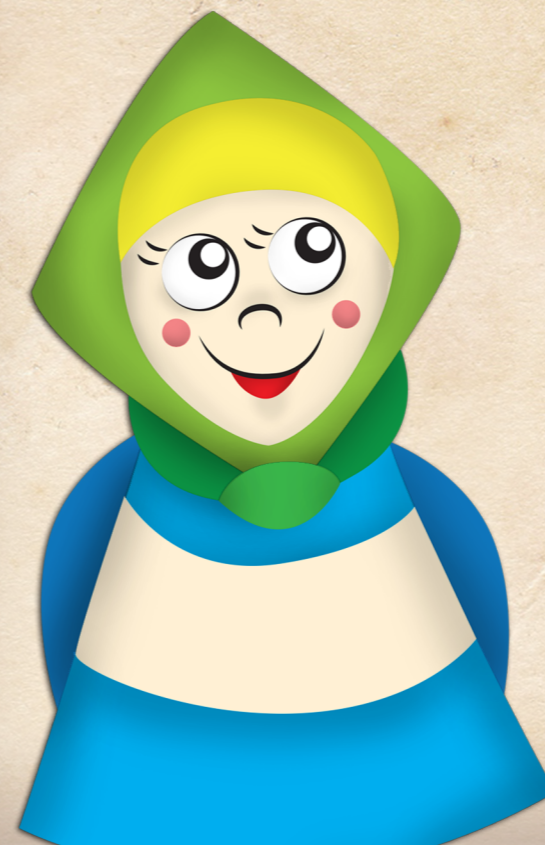
Рецепт В. И. Пластининой,
с. Оленица



ХЛЕБНОЕ

Всё печеное из муки в Поморье называлось «хлебное». Потребление хлебного всегда сопровождалось чаепитием. До появления чая поморы пили кеж (ягодный чай), пахулу (чагу), сок от ягод, кисели, квас, заваривали морошечные кожухи, из трав особо любили — богородицкую травку (чабрец).

Муку для хлебного заготавливали сразу на весь год. Обычно использовали ржаную муку, пшеничной было мало и её берегли на праздничные случаи: масленицу, пасху, престольные дни. Дрожжи в старину заменяла закваска, которую настаивали на хмелю, добавляя ржаной хлеб, муку и воду.



Поморская тетёрка

Тесто для печенья-сдобное, пресное. Муку берут высшего качества. В старину такую муку называли крупчаткой. Её просеивают, чтобы была воздушной. Вливают в муку простоквашу или кефир. Добавляют сахарный песок, соль, чуть-чуть соды. Из замешанного теста скатывают нетолстый жгут, сворачивают его узлом, одному концу жгута придают вид головки птицы, закругляя конец, из узла вставляют «глаза». Другой конец формируют в виде хвоста, расплотив его и сделав веерообразные надрезы. Иногда тетёрку «садили» в «гнездышко» — обводили тестом в один, а то и два ряда вокруг фигурки. Смазывали сверху сиропом, чтобы блестели. И в печь! В старину тетёрок пекли на Рождество.

Рецепт Е. И. Мошниковой,
с. Варзуга



Калачи

Их пекли очень часто: и ребятам — забава, и мужикам — на промысел. В миску с мукой вливают 1 стакан молока, солят, сластят, на кончике ножа добавляют соду. Добавляют полстакана растительного масла и полпачки маргарина (125 г.). Замешивают тесто не жидко, не густо. Раскатывают на палочки с утолщением в середине, соединяют в кольца. Кладут на сухой лист противня и отправляют в печь. В старину вместо маргарина добавляли ксеньё — сало, приготовленное в русской печи из потрохов сёмги. Ксеньё придавало калачам особый вкус, они становились рассыпчатыми. И ещё одно достоинство: калачи не замерзали на морозе, их брали с собой на пугину, когда на тюленей охотиться отправлялись. Вместо хлеба.

Рецепт Л. Ф. Логиновой,
п. Умба

«В Тетрино калачи заваривали кипятком: опускали на несколько минут в крутой кипяток. Калачики становились светлыми и блестящими, на вкус как современная сушка», — вспоминает тетричанка Анастасия Федоровна Постоева.



ЗАВАРНО

Иногда припасённая ржаная мука имела сладковатый вкус, поморы говорили, что попалась солодяжная мука. Из неё готовили солог или солодягу. Муку замешивали в горячей воде и ставили в печь на целый день, уже когда угольки заметены, труба закрыта. Мука становилась в печи темнее и получалась солодяга. Разбавят квасом хлебным (его тоже из ржаной муки приготавливали), а затем спустят в него пареную брлюкву. Вот и заварно. Когда его едят, то «даёт в нос», как шампанское.

Рецепт от Варзужской поморской школы

Варзужане говорят: «Заварно — как кисленька, солодяга — сладенька». Хлебное в Поморье было разнообразно. Варзужане пекли мучники — пресные пирожки без начинки, политые сметаной.

В Кашкаранцах пекли большие парники (мякиники) — пироги из пресного теста, в начинку, которых нарезали и клали репу.

В Чаванье стряпали пироги из дикого лука и картошки.

Повсеместно были распространены пресные и кислые шаньги, калитки. Калитки готовились из пресного ячменного теста, которое тонко раскатывали — «скали». Они назывались ещё сочни. Для начинки брали пшено, творог, ягоды. Сканцы — тонкие лепёшки из теста, замешанные на воде с молоком или на сметане, выпекавшиеся в формочках. Шаньги — небольшие круглые изделия: ватрушки, лепешки — выпе-



кавшиеся из лобой муки или крупы с начинкой или без неё. Смазывали их маслом, сметаной. В праздники пекли шаньги, замешанные на молоке, начиняли творогом, иногда ели их, макая в масло.

ШАНЬГИ ЗАМЯТОЧНЫЕ

Технология приготовления шанег замяточных состоит из приготовления сканцев из ржаной муки и замятки.

Для сканцев берут 2 стакана ржаной муки. Высыпают горкой в миску, делают углубление, куда вливают 1 стакан воды, добавляют щепотку соли, 1ст. ложку растительного масла. В получившуюся массу вывалить ещё один стакан ржаной муки и намять. Разделить на 12 кусков и раскатать сканцы. Обжарить и на сканцы разложить замятку, приготовленную из 2 стаканов сливок, 2 стаканов простокваши, 1/2 стакана песка, 1/2 чайной ложки соли, 1 чайная ложка соды и 2-х стаканов муки.

Смазывают сканцы поливой, приготовленной из полстакана простокваши, 1 столовой ложки сливок, щепотки соли. И посадить в печь.

Рецепт от Варзужской поморской школы



КУЛЕБЯКА РЫБНИКИ

Их подавали на праздничный стол поморки. Рыбники пекут из ржаной муки, добавляя начинку из щуки или сига. А сёмгу запекают в кулебяках из пшеничной муки.

Тесто кулебяки берется обыкновенное дрожжевое. Муку обязательно просеивают для воздушности, тогда и тесто будет пышным.

Молока немного нальют, маргарина или масла кладут, а чаще только растительное вливают. Квашня с тестом стоит в теплом месте. По мере того, как тесто поднимается, его 2 раза обминают. Часа через четыре заглавливают печь, разделяют пироги, покрывают полотенцем, для расстойки. Рыбу кладут чешуёй вниз, чтобы корочка пропиталась жиром. На крупной рыбьей тушке делают надрезы. Как поднимутся пироги уже с начинкой, их в печь пора сажать. Там они пребывают минут 40-45. Вынут из печи, накроют чистым полотенцем и дадут «отдохнуть» от печной жары. Приостынут и тёпленькими на стол подают. И обязательно не забыть: поставить носом в реку, то есть головой против течения, чтобы рыба в реке водилась.

Рецепт В. М. Заборщиковой,
с. Варзуга



КУЛЕБЯКА ПО УМБОВИИ

Рыбники были любимыми пирогами на Терском берегу. Пекли их обычно по праздникам. В тесте запекали потрошенную рыбу целиком - с головой, хвостом и костями. Сверху рыба могла закрываться тестом для лучшего пропекания. Особенно хороши рыбники со щукой. Тесто жожалое. Для теста берут 1 литр воды, шестую часть стакана молока, 1 чайную ложку соли, 1 столовую ложку растительного масла, чуть-чуть дрожжей, муки взять столько, чтобы при замесе тесто было ни жидким, ни густым. Поставить квашню в теплое место. Через 5-6 часов тесто поднимется, тогда добавить разведенной в воде соли, 100 г. маргарина или жира. Посыпать стол мукой. Раскатать тесто в форме прямоугольника толщиной 2 см., положить на него по диагонали вымытую и выпотрошенную, предварительно посоленную тушку рыбы, с угла на угол укрыть тестом, оставив свободными голову и хвост. Перег выпечкой смазать растопленным животным маслом и посадить на печной под на полчаса.

Рецепт В. А. Цветковой,
п. Умба



БЛИНЫ

Особое место среди выпечных изделий занимают блины. В отличие от шанежек блины пекутся быстро. Поставил сковороду на горячий камень в устье печи, налил теста, перевернул разок, а через минуту-другую на тарелку. Завтрак вкусный и главное — сытный, а это в тяжелом поморском труде обстоятельство немаловажное. К тому же муки на блины требуется немного, что для экономных хозяек тоже было важно. Поэтому блины пекли довольно часто. В будний день — скородумки, а в воскресный и тем более в праздничный непременно «хожалые» на закваске. В посты тесто для блинов разводили на воде и ели их с солёными грибами, постной рыбой, ягодами и кашей. В заговенье и праздничные дни, на свадьбы и поминки блины разводили на молоке и ели с маслом и сметаной.

С вечера готовила хозяйка опару из ржанной муки, молока, взятого в небольшом количестве, закваски. Утром добавляла соль, сахар. Когда тесто поднималось, его обминали. Пекли на сковородах, смазанных топлёным маслом и тюленьим жиром. Ржаные блины чаще ели в пост. Готовили поморки и блины с кашей, чаще с пшенной. На блин клали кашу, сворачивали его трубочкой, укладывали блины в сковородку, поливали маслом и запекали в печи.



НАПИТКИ

Испокон веку на столе поморов были волнухи, которые солили в бочках, брусника, морошка мочёная, черника, высушенная на повети. Для начинки в пироги собирали воронику (до сегодняшнего дня её у нас зовут ссюхой), голубику (гонобель), чернику. Вороника да черника — вот лучшая начинка для ягодников — объеденье! Не попробовали? А вы поэкспериментируйте, не пожалеете!

Поморский стол никогда не обходился без захлёбки: киселя ягодного или овсяного.



На столе Захлебка

А слышали ли, мои горогие, о таком поморском блюде как захлебка? Вот, вот, вот, о том и говорю, что стали мы забывать свое родное, что обычаев, традиций или кухни поморской касается. Кроме рыбных блюд, доживших до нашего компьютерного времени, были и другие. Например, захлебка.

Захлебки были в старину на столе у поморов разные: молочные, ягодные, даже крупяные.

Сижу как-то раз с одной старой поморкой, Марией Петровной Заборщиковой, родом она из Кузомени. Много знала и хранила в своей памяти эта женщина. И не только хранила, но и любила с людьми всем, что знает поделиться: с музейными ли работниками, краеведами, журналистами. Торопилась все передать молодым, что сохранила её память от дедов и прадедов. Так вот и привожу её рассказ.

Летом женки да ребятишки заготавливали много ягод: морошки, клюквы, брусники, голубики, черники, вороники. Морошку да клюкву в кадки замачивали. Бруснику и воронику замораживали по осени. Сахаром-то не были избалованы поморы. Потому варенье от роду не варили. Настанет зима придет пост, хозяйка достанет морошки либо клюквы, принесет из холодных сеней, ребятишки мороженную в рот спешат положить, а мать на них цыкнет: «Ну-ко, оменыши, горло застудите, погодите маленько, захлебку сделаю». Добавит кипяточку, посластит чуток сахарным песком, а после



первого, а чаще после второго блюда и подает на стол: ешьте, хлебайте!

Хлебала семья из общей чашки деревянными ложками. Кто проворней тот лишний раз в чашку ложкой «сходи», но в поморских семьях такое было редкостью. Отец обычно следил, чтобы никого не обделить: «Всем поровну надь!» — скажет.

Захлебкой называли и молоко, что подавали к кашам. Простокваша или ряженка — тоже захлебка к творогу. Кисель-захлебка к кашам или блинам.

Манная крупа в поморских деревнях была редкостью, так что не кашу, а манный кисель варили и тоже захлебкой звали. Вкусного, горогого на столе у поморов не было, но ко времени берегли и подавали. В постные дни ягодные захлебки, а как пост закончится, то ставили на стол и молочные.

Вот такой рассказ слышала я от Марии Петровны, ныне уже покойной. А захлебку из морошки пробовала и в Кашкаранцах, и в Тетрино, и в Чаванье.

Маргарита Карвонен



Кисель овсяный

В ступке растолките овсянку, замочите в кастрюле в прохладной кипяченой воде дня на три. Получится белая масса, которую надо кипятить, непрерывно помешивая, чтобы не было комков. Готовность определяется по загустению массы. Посластите на глаз и по своему вкусу, разлейте по мискам (чашкам) и хлебайте на здоровье.

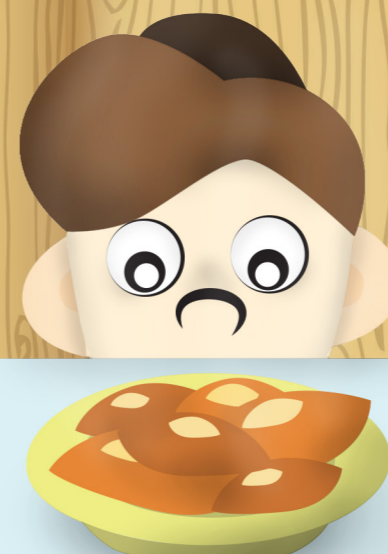
Рецепт В. М. Заборциковой,
с. Варзуга

Кеж

Варили кисели и из белой муки. Мочат муку, на дне миски остается налет типа крахмала. Из него и варили кисель. Кеж называется. Кисель наливали в тарелки и ели с молоком.

Рецепт Еликониды Иоакимовны Мошниковой,
с. Варзуга

Из напитков на поморском столе были квас, брага (пиво). Пиво варилось для больших праздников. Рецепты в сёлах мало отличались друг от друга. «В Варзуге, — рассказывает Е. И. Мошникова, — варили на сахаре и муке с хмелем или на пареном хмеле и грожжах».



БРАЖКА

Варили в деревне Бражку, но пьянства среди мужиков не было, а женщины вообще не пили бражки да и грухих крепких напитков.

Для бражки были специальные бочонки, у которых внизу с боку специальные краники, как у самовара, для слива готовой бражки.

В бочонок добавляли воду, закваску из солодзяги, черного хлеба, сахара и ставили бродить в теплое место, обычно на печь, под. Крышку очень плотно закрывали и для страховки ещё палку в потолок упирали. Она (бражка) там бурлит сильно где-то с неделю. Как затихнет, значит готова.

Рецепт Н. А. Воробей,
п. Умба



ПОМОРСКИЙ МАРМЕЛАД

Летом детей отправляли заготовлять мох (агар-агар) на море, по куйпоге (малой, убылой воде). Его сушили, а зимой варили в печах. Процедают, добавят сахару, когда закипит. Разольют по мискам. Он застынет студнем, как холодец. Ножом его резали и ели, как мармелад.

Рецепт Н. А. Воробей,
п. Умба



БЛАГОДАРНОСТЬ

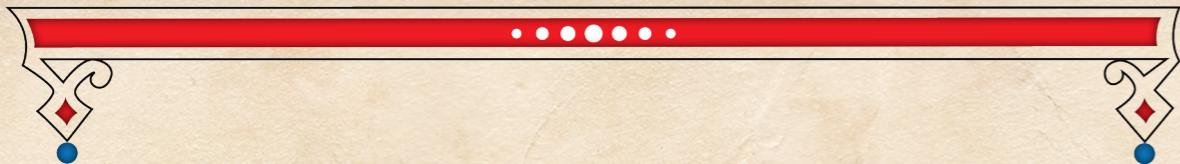


АВТОРЫ сердечно благодарят:

Ананьеву Анну Григорьевну	г. Харловка
Биттенбингер Ольгу Рудольфовну	п. Умба
Варзужскую поморскую школу	г. Варзуга
Воробей Нину Апполоновну	п. Умба
Заборщикову Венеру Мефодьевну	с. Варзуга
Заборщикову Марию Петровну	с. Кузомень
Гагарина Владимира Ивановича	п. Умба
Карвонен Маргариту Александровну	п. Умба
Кобылину Тамару Дмитриевну	п. Умба
Коновалову Лию Поликарповну	с. Варзуга
Криулина Валентина Павловича	п. Умба
Кушкова Николая Дмитриевича	с. Тетрино
Логинову Лидию Федоровну	п. Умба
Мошникову Еликониду Иоакимовну	с. Варзуга
Пластинину Валентину Ивановну	с. Оленица
Постоеву Анастасию Федоровну	с. Тетрино
Семенихину Людмилу Константиновну	г. Яблоново Новгор. область
Сурядову Тамару Алексеевну	г. Сосновка
Цветкову Валентину Александровну	п. Умба
Цымбал Марию Ивановну	п. Умба

За бескорыстную помощь
и ценнейшие материалы!





С О Д Е Р Ж А Н И Е

Предисловие.....	9
Рыба.....	11
Мясо.....	18
Похлебки.....	19
Молочные продукты.....	24
Овощи.....	26
Хлебное.....	29
Напитки.....	37
Благодарности.....	44

Литературно-художественное издание

Поморская рассыпуха

12+

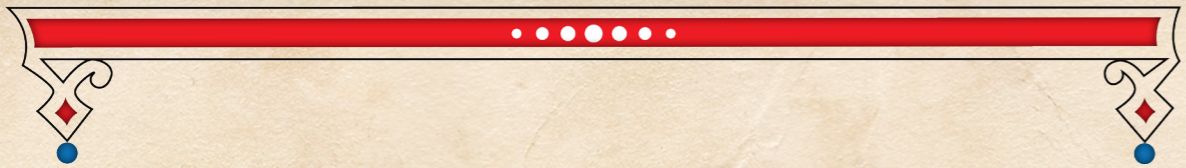
Составитель: Белошеева Елена Геннадьевна
Компьютерный набор: Фролова Мария Сергеевна
Редактор: Привалова Нелли Валентиновна
Художественный редактор: Горбачева Антонина Анатольевна
Верстка: Горбачева Антонина Анатольевна

Подписано в печать 30.06.2016
Формат издания 200 x 270. Печать цифровая
Усл. печ. л. 33,60. Оригинал-макет
Заказ .

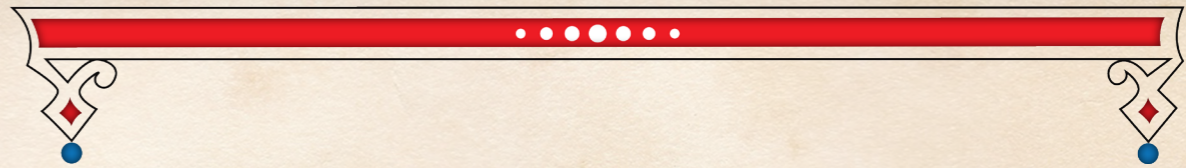
Издательство «МАГУ ФИиС»
183038, г. Мурманск,
ул. Капитана Егорова, г.16,
E-mail: dekhovid@mshu.edu.ru

Отпечатано с электронного макета
Копировальный центр «Точная копия»
183038, Мурманск, ул. Егорова г. 14 офис 102
Телефон: (8152) 47-82-82
E-mail: copy51@copy51.ru
www.copy51.ru

Тел: 8818-59-52375
184703 пгт. Умба
Беломорская 1Б
Детская районная библиотека



ДЛЯ ЗАМЕТОК



ДЛЯ ЗАМЕТОК

