

Мордовская национальная кухня

Мордовская кухня обусловлена не только окружающей флорой и фауной, но и хозяйственными занятиями народа, в первую очередь, земледелием и животноводством. Определенным подспорьем в питании служили и служат продукты собирательства, рыболовства, охоты и пчеловодства. В лесах и оврагах, на лугах собирали грибы, орехи, малину, щавель, землянику, клубнику, чернику, хмель и другие дары природы.

К наиболее древним агрокультурам, которые возделывала мордва, относятся просо, овес, ячмень, гречиха, горох, чечевица, рожь, пшеница. Из овощей в разное время в мордовскую кухню входили капуста, огурцы, лук, чеснок, редька, репа, свекла, тыква, помидоры.



Традиционный мордовский хлеб преимущественно черный, ржаной. Его пекли из кислого теста, сажая в горячую печь на капустных листьях. Одно из наиболее старинных мордовских блюд – **ям**, нечто среднее между супом и кашей, варили из проса, чечевицы, гороха и заправляли конопляным маслом. Любимое блюдо мордвы – пшеничные блины, которые выпекаются очень толстыми. Их едят с молоком, сметаной, коровьим маслом.

На зиму сушат грибы для супов, солят их в кадках, как и огурцы, помидоры. В бочках квасят капусту, мочат яблоки. Широко известно соление свиного сала и копчение ветчины как в дыму костра, так и над банной печкой. Мясо чаще всего употребляется в вареном виде, в супе. В летнее время готовят окрошку с домашним кислым квасом. Повсеместно, в особенности по праздникам, делают пельмени.

Важное место в питании мордвы занимают молоко и молочные продукты, особенно творог. Из снятого кипяченого или топленого молока, охлажденного до температуры парного, готовят кислое молоко, добавляя для закваски старую простоквашу. Выдержав в теплом месте до загустения, его выносят в погреб. Разбавленное водой, оно хорошо утоляет жажду.

Со второй половины прошлого века большое место в питании мордвы стал занимать картофель, названный мордвой «земляным яблоком».

Наиболее старинные, но сохранившиеся до сих пор свою значимость напитки – квас, кислое молоко, березовый сок. В качестве хмельных напитков популярен **пуре**, изготовленный из меда, и **поза** из ржаной муки или сахарной свеклы.

У мордвы было немало традиционных обычаев и обрядов, сопровождавшихся приуроченными только к ним кушаньями. Например, на крестины варили молочную пшеничную кашу, считавшуюся, как и яйца, символом плодородия. Каждый участник крестин, отведав ее, поздравлял родителей с прибавлением в семье и выражал пожелание новорожденному прожить столько лет, сколько крупинок каши в горшке. Много обрядовых блюд готовилось к свадьбе. Особо отметим самый большой, главный пирог **лукш**, который выпекался матерью жениха и отправлялся на угощение родных невесты вместе со свадебным поездом, ехавшим за невестой. Его пекли из кислого ржаного теста или пшеничной муки с начинкой в 7-12 слоев, нижний слой из пшеничной каши, затем из творога, особые слои составляли вареная курица, куриные яйца или яичница и так далее. Верхушку пирога обязательно украшали выпеченными из пресного теста фигурками птиц, звездочками, веточкой яблони, цветными нитками, лентами и бисером.



Из других свадебных печений нельзя не сказать о пирогах «груди молодухи» с начинкой из творога, сопровождавших специальное моление в доме жениха, во время которого просили верховного бога Нишке, чтобы молодуха имела много молока и чтобы родила семеро сыновей и столько же дочерей.

«Хлеб здоровья» брали с собой сваты и клали на стол в доме невесты, начиная обряд сватовства: «хлеб здоровья» помещали на дно большой долбленной кадушки с имуществом невесты (приданым) перед отправкой ее в дом жениха.

Нельзя сказать, что в настоящее время традиционные пищевые продукты и национальные блюда ушли в прошлое. Более того, наблюдается тенденция к возрождению лучших блюд мордовской кухни. В городах республики работают рестораны, кафе, столовые, закусочные, в которых можно попробовать мордовские блюда и напитки.

Источник : Жуковская Н.Л. Национальная кухня / Н. Л. Жуковская, Н. Ф. Мокшин // Жуковская Н. Л. От Карелии до Урала / Н. Л. Жуковская, Н. Ф. Мокшин. – М. : Флинта : Наука, 1998. – С. 168-171. – Мордовцы.