

В.11.2012 с. офсетка бэчээтгэнэ,
онна субуотага тахсар.

ХОМУС

«Сага олох» хаһыат анал сыһыарыта. № 2 Сэттиньи 29 күнэ №164-166 (10596-10598), 2012 сыл.



САХА ХОМУСА

Сага хомуһа, он дырдуһунгар баар.
Аасыт саатар тыһынарын астыылар,
Хараста батталга там ыларбыт
Аймах дьонун ыар холмоллоро,
Хотугу дойдуга ордооттук буурута
Олох үлөһүгэр үлүһүт сүһүгэ,
Муһуһу бу үйүнү үсхэтиит
Улуу аһыгыһырыттан үһүстэн
"Һуу" аһыгыт мин сагаһа нуруотун
Амарат сүрүгүн дьыһты ырылар.

Күһүк Уурастыларан.

Сэттиньи 30 күнүгэр Саха Республикаһыгар Хомус күнү бэлэттэр. Бу биһир ураты даатаны мээһэр талбатахтара. Бу күн 1990 сыллаахха Аан дойдуга нуруоттарын бастагы анал Хомус (варган) музейа аһыллыбыта. Музей торуттаттаныгар ыһырыттар-хомусчут, филологическай наука доктор, РФ уонна СР культураны үтүөлэх үлэһит Иван Егорович Алексеев быһаччы онтолох. Кини 1988 с. Хотугу Америка нуруоттарын фольклорнай музыкатын фестивалыгар варганнай музыка биһир-көстөр чөлүһүтүнүн, толоросчуларын М.Сигер, Ф.Крейны, Л.Фокс ыһтары көрсүбүтэ. Ол кэпсэ Дьоккуускайга кэлэн баран, Хомус музейы арыларга тыл көтөхпүтэ, ону таһынан үһүс сыһарга муспук суос-сортоттук варганнай инструменнар кэллэрин, кинигэ, суруулаах, грамматика арааһы ода. матырыаалларын музей бастагы экспонаттарын быһылынан бэлэттэбитэ.

Быйыл сэттиньи 30 күнүттэн ахсынны 9 күнүгэр дыһы Хомус күнүгэр аналлаах декада республикаһыгар ыһтыллара былаанналар. Манна араас сезиһарлар, көрсүһүүлэр, быһастаһалар, кэпсэрдэр, ахтыы кыһалар, кыһыһалар көрсүһүүлэр, конкурстар буолуохтара.

ХОМУС ДЬҮРҮСКЭНИН ИҢИТТЭХПИНЭ...

Биһиги улууспутугар хомуһунан утумнаахтык дьарыктанар дьон эмтэ бааллар. Олортон биһирдэстэрэ-Марианна Михайловна Слепцова. Кини Чурапчы 2-с №-дээх оскуолатыгар "Айыл" фольклорнай куруһуогу салайар. Кинилэр ситиһинилэрэ үгүс. Марианна Михайловна дьарыктыыр оҕолоро хомус туһунан санааларын суруйбуттарын эһиги болжомтобутугар таһаарабыт.

Мин хомус кутуллар тыаһын иһиттэхпинэ айылга үһүктүүтүн, сибээки тыһылытын, күн тахсытытын, чыычаахтар ыһылыларын, кыталыктар үһүктүүлүлэрин, өрүс устарын, сайынны сылааһын, аттар сүүрэллэрин, кэрэ этэрин саньыбын. Кыһынны тыһылыга олорон хомус тыаһын иһиттэхпинэ сааһан сайынны саньыбын уонна сүрэхтэр сылаас иһийэр, санаам көтөһүлэр. Хомус тыаһын кини биһирдэ да иһиттэхпинэ сүрүтэр, өйүтэр хаалан хаалар, хаһан да умгуллубат. Төгө дьэтэххэ, хомус хас биһирдэи саха киниһигэр чугас.

Яна МЕСТНИКОВА.

Хомус сахалар быһыргы оонньуур инструменнара. Мин санаабар, биһиги кэмгэ хомус сайдан эрэр. Хомуһунан эмтэнэххэ, уоскуйуохха, санааһын көтөһүөххэ сеп. Хомуһунан араас кыһылар сахаларын, ардаһын, туту сатыһыһынан оонньуоххун сеп. Мин бэйэм хомуска оонньуур буоламмын дьону-сэргэни үөрдэбин. Хомус өссө да сайда-үүнэ турдун.

Күһүк ИВАНОВА.

Хомус... Хомус дьэи сага бастыһыг инструмена. Сага дьэи сөбүлээн, ордорон иһэр кэрэгтэн-кэрэ инструмена. Биһиги үйүгэр хомуһу хайдах баһарар тыһан онороллор. Араас быһылылаах, ырыалаах буолаллар. Сорох кини хомус тыаһын иһиттэхпинэ долгуһар, онноорор хараһын ууга тахсыан сеп. Бастаан хомус тыаһын иһиттэхпинэ туох да өйдөммөт курдук. Онтон олус түгээр киирэн иһиттэхпинэ чыычаах ырыата, ат туйаһын тыаһа иһиллэргэ дыһы буолар. Хомус хас биһирдэи доргоно хатыламмат, тус-туса дьыһтылэх.

Танна СЕМЕНОВА.

Хомус - сахалар инструменнара. Быһыргы-быһыргыттан сахалар хомус тыаһын таптаан иһиттэрэ.

Мин хомус тыаһын иһиттэхпинэ оһуохайы, олонхону уонна айылланы санаан кэлэбин. Хомус мээһэ саамай кэрэ инструмент. Мин санаабын чөлүһүтэр, санаам түспүт кэмгэр уоскуйабын, сыһыанабын, үөрэн барабын. Дьон эмтэ итинник саньыра буолуо...

Ира СЕДАЛИЩЕВА.

Хомус быһыргы дьэи биһир баар-суох аатырбыт инструменнара. Хомус тыаһынан ыһылааххын, үһүктүүххүн эбэтэр чабырдахтыаххын сеп.

Сардаана ШАДРИНА.

2013 сылы ХАЙДАХ КӨРСӨБҮТ!

ХАЙДАХ КӨРСӨБҮТ?

Сана кэлэр Морой сылыгар хааай-калар дызэртин байзэтигэр сэтгөөх гына онгосторгут наадлаах. Сана сыл уу символын уонна космо (сүлүстэр), ракушчаларынан кызэртэри сөбүлүүр. Харыйаны тирлэйдэн, өнгөөх мшураларынан кызэртэтиэхэ сөп, ол онугтар олго соннуурдарын арыбат. Серебристай уонна кылапачыгас өнгөрүнэн ха-



ардары кырылан түнүктэригэр, кэтэ-нэлэртин кызэртэтиэххэ сөп. Змея уба-раха баар буолуохтаах. Уруһуйлар эбэтэр сувенирлар. Дызэрттигэр сыттаах чүмчүлэри уматарытын умнумаг оч-чоро дызэрт уотнай уонна куһаан ты-ышпартан көмүскүүбэ. Соломосттон, хапыгэ сибэккилэртэн, эриэхэлэртэн сувенирдары венктэри, онгостон асту-алга ууруохха сөп. Маннык көстүү Моройу үөрүтүүбэ.

Үүнэри турар 2013 сыл — Морой сыла. Билингиттэн Сана дьылга бэлэмнэ-ни сүтсүлээн, сүүрүтэ-көтүүтэ сабаланна. Ол курдук, ким танас тиктэр, ким абаарулар маскараат толкуйдур, ким дьыа интерье-рын кызэртэр. Ол иһин абааччыларбытыгар эрдэттэн бырааһын-ныктаабы наастарынан олохтоон, кэлэр сылы хайдах көрсөрөө тэттик субэлэри таһарбыт.

САНА ДЬЫЛААХ ОСТУОЛГА

Сана дьылгаары бырааһыннык о-стуолутар байа ас астыр талаантын арыларга сэтгөөх бириэмэ уонна Морой сылыгар остуолга ураты бүлүүдэ баар буолуохтаах. Байырт фангазияртынан араас салааттары, сокуускалары онгостон. Онгон сүүрүн бүлүүдээн куруу-дук буолуох сох. Балык морой сөбүлүүр аһа, онон остуолутугар балык астан оһоһуллубут бүлүүдэлэри уурагытын үнүмэн.

ТАННАР ТАНАСЫГ ХАЙДАХ БУОЛУОХТААБЫ?

Эриэн үөн тиригиттэн санаан кэлит. Бу курдук ыбылы (эксэ сыстар) тута сылдьар танас буолуохтаах эбит. Ордук күлүмүрдэс дьуһунээх биһирээт. Ону тэнэ хара, сырдык халлаан күөбэ, от күөбэ, харага кыһыл дьуһун буолуон сөп. Араас матырыяаллар барсаллар, холобура: тириг, куруһуба, бархат, ат-лас. Киһи көрөхсүр гына сүдэрэй үһүн

танас бу кыһа сүүрүн оруолу ылар. Ойуруонан, сгразанан кызэртитилибит санныга кыһыллар сүдэ суох танас-тар, шарфиллар бырааһын-ныгы кызэртэтиэхтэр. Онно сөп түбэһинирэн күндү таастаах кызэртэлэ, би-тэр эриэн үөн быһыла-лаах броштыа иһи-нин. Симэммит кэрэ танаскытыгар эри-либит суһуох долгу-нура соннууохтаах. Эр дьон бу кыһа дьуһуннаахтык байытыгар барсар гына харага дьуһунээх сүдэ-рэй көстүүмү кытта хаалтыс (ордук ба-бачка) кыһахтээхтэр.

ХАННА КӨРСӨБҮТ?

Сыл хааайына эһэхэ кэлэр сыл

үлүтэйи эрэ адылан бадарар буолуох-хытына, дьыа көрөнтэтигин, чугас дьонугуун кытта көрсөхтээхтэ. Бас-тамы кураг тыһын кытта тэгнэ туох-ха эмэ хомойбут-хоргутут буолуох-хы-тына бырастыгы тыһыг, үлүтэйи эрэ ырааант. Сырдыгы, утүгөнү, тапталы эрэ бадаран туран. Сана сылы көрсүт. Ойуе элбэх айдааннаах, улахан тыас-уус таһаарар хампа-аннаны кытта көрсүмэг, кэлэр сылы өйбүтү суох хаалыаххыт. Эриэн үөн сүтсүлээн, түбүгү сөбүлэбөт эбит. Ол иһин эрдэттэн дьыа-уоту ки-эртэти, остуолу толору тардан, балык-ри харыйа аныгар ууран бэлэмнээн оһорун. Сана сыл хааайыны үөдүмэн, соннуу-күлүү онгостон тыһылаах суох-тааххыт, өһүргэтигэр, хомойуон сөп.

ТУТУ БЭЛЭХТИИБИТ?

Бэлэри хайдах таһааххыт иһинэ хайаан да 2013 сыл бэлэрин сүүрүн ирдэ-билиэн билиэхтээххит. Бэлэх күнүгэр туттарга туһалаах, ор үйэлэх буолуохтаах. Онно эһи иһитиги итэргэтигэр иһи эт-тиктэн туруохтаах. Холобу-ра, открытканы онгостон араас дьуһунээх каретига, куһаагыта ойуруу биһтэр аһаас кыра ли-энтэ эбэн биһириг, эбэтэр бэлэх хор-опкатын онгостон уонна ол иһигэр күлүмүрдүү таастаах кызэртэлэ утун.

СЫЛГЫ ЭТЭ ДОРУОБУЙАҔА ТУҔАЛААХ

Былыр-былыргыттан бастаах дьыбардар түстүлэр да, идэһэ астанар кэмэ тирээн кэлэр. Сахаларга сылгы этэ саамай күндү уонна маныһа аһылыгынан биллэр. Ол иһин буруйтуу нүмэргэ биһиги "малдыгы-тынан" сылгы этэ булар. Эт биһиги доруобуйабытыгар туох туһалаахын, ону тэнэ миннигэс бырааһын-ныктаабы остуолбутугар рецептары билиһинэрээххит.

Биһиги сахалыт сылгытын этэ тотоһуу эрэ буолбакка, элтиир, киһи доруобуйатын чөбдүгүрдэр, бөбүгүрдэр, ону аһан үйүтүн уһатар улахан кыаһааһын умнааһыгар дакаастаабытара ыраатта. Са-ха сылгытын этэ ынах этинээһэр араас битэмминеринэн, кислоталарынан, микро-макро элементтеринэн быдан баай эбит. Холобура, калий, кальций, алтанын састааба ынах этинээһэр 4 төгүл элбэх. Тимирэ, цинкэ, кобальта быдан үөс. Эт химическэй састаабыгар баар киһи доруобуйатыгар олус туһалаах эт-тик, нурчальны эттээх, полинасыценной жирнай кислота (ПНЖК) убаһа этигэр - 25,2, сибиинь этигэр - 12, ынах этигэр - 2,27, балыкка 0,3, ынах арытыгар - 3-5, үүнээйи арытыгар - 2 бырыһыаны ылар. Эдэр сыл-гы этиттэн кырдыгыны утары ахсуһар омега-3, омега-6 би эл препараттары, күүстээх биологическэй эби-ликтэри (БАД-тары) онорусха сөп эбит. Итинтэн биһиги төрүт асылт сылгы этэ киһи доруобуйатыгар улахан туһалааҕа көстөр.

Слоеный тиэстэттэн тылар (лодочкалар)

- Хортупуу - 1 кг
- Сылгы этэ - 400 гр
- Биһр улахан эриэлэ

- Луук
- Тууһамыт оһурсу - 3-4 устуука
- Слоеный тиэстэ - 500 гр

- Сымыт - 1 устуука (тиэстэни сыбыһа)
- Кытаанах сыыр - 50 гр (лодочка үрдүгэр татталар)



Хортупуу буһаран баран шоретэ онгостон. Этти лоскуйдарынан быһан, күүстээх уоска 3 мүнүүтэ ыһа-рылаан ыһыт. Онгон лууту кутан баран булчуһабыт, уотун кыччатан баран өсөө эһи 10 мүнүүтэ тэттэрэбит. Ол кэннэ хаппарын арыһабыт, орто уоска өсөө 4 мүнүүтэ буһара түһэбит. Араарыбыт.

Тууһамыт оһурсуну солонкалыы, биһтэр төгүрүктүү быһыт. Тиэстэни 4 төг чавска араарыт (8 лодочка таһар гына). Көмө муһукутуу тавытыт, кы-лодочкалар ортогуһаар чараас буолуохтаах. Онгоһулу-бут формада ортогуһаар 3 лоска хортупууһу шорет-тын кутабыт, үрдүгэр ыһаарыламыт эһитин кытта оһурсуну үрүт үрдүгэр уурабыт. Тиэстэни кыһа-нынан кыратык быһа сөбүт (продольные разрезы), онтон холбуубут ортогуһаар аһаас хаалар гына. Лодочка кур-дук онгостон баран кыһаары уһууһа гына туту-быт. Ас буһарар лискэ уурталыһыт, үрдүгэр сыыр татталыһыт. 180 градуска духуоска утабыт, 25 мүнүүтэни саһары буһаатын кытта хоскуубут.

МИННИГЭСТИК АҔААНТ!

Татарская Азу

- Сылгы этэ
- Помидор эбэтэр томатнай паста
- Луук
- Туус, бизрэс
- Хортупуу
- Тууһамыт оһурсу
- Кызэртигэ
- Чеснок, күөх тумэ (зелень)

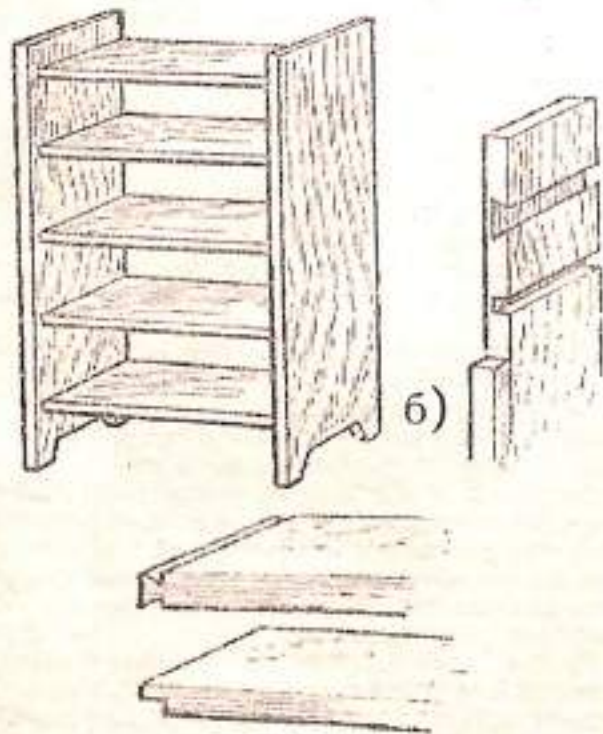
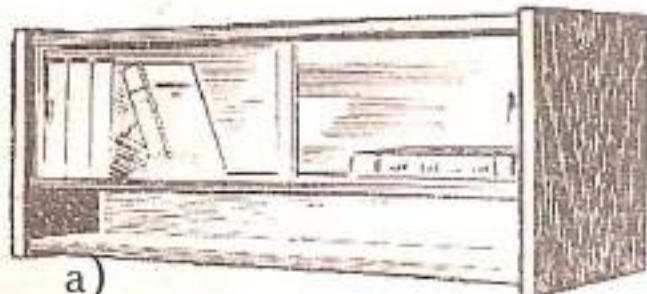
Сылгы этин 2 см кыһахтээх, 4 см уһунаах гына буруустуу быһабыт. Күүстээх уоска сыһыбыт хосордоһо ыһаарылаһыт. Помидор (томатнай паста), кырбамыт луук, туус, бизрэс кутарыт. Эһэ буһан кутан биһирэ уонна өсөө 25-30 мүнүүтэ ортотарыт. Хортупуу эрдэттэн улахан гына быһаһаан баран ыһаарылаан, ситэ буһарбаһа эрэ эһиттэр эһи. Он-тон бытархай гына быһаһабыт тууһамыт оһурсу кутан баран сы-лааһыгар тэттэрэ түһүт. Остуолга уу-рарга теркаламмыт чесногунан уонна күөх туманан кызэртигэр.



Кинигэ уура полкалар

(1 а, б уруһуйлар)

Маннык полкалары онгостон хаачыстыбалаах маста-ры туһаныахха наада. Холобура, дууп, бук, тигт, бөс. Бу матырыяаллар лахтыһыт, полировкалыһыт таһаас-таахтар. Полкалар быһа холоон, 1000-1200 мм уһунаах, 400-500 мм үрдүктээх, 250 мм ие диригиттээх буолар. Полка үөһэ өттүнэн сыһарылар гына иһи тавестанар. Эбэтэр таас ааннаахха сөп. Алларга өттүн араас бытархай уура гы-на аһаас хаалларыбыт.



Балаһаны бэлэмнээтэ Лидия ПОПОВА.