



**Копешавидзе Г.Г.**  
"Абхазская кухня". 1989 г.

### **Копешавидзе-Тарджман-ипа Галина Григорьевна (30.12.1936 - 2014)**

Родилась в с. Лыхны Гудаутского р-на Абхазской АССР в семье служащего. В 1960 г. окончила филологический факультет Сухумского ГПИ. Кандидат исторических наук (1978), тема диссертации: "Культура и быт абхазов, проживающих в Аджарии". С 1 июля 1975 г. работала в отделе этнографии Абхазского института гуманитарных исследований (ведущий научный сотрудник). Издано более 30 работ. Участник Всесоюзных сессий, съездов и конференций (Самарканд, 1972; Кишинев, 1982; Казань 1984; Тбилиси, 1985, Москва, 1986, Сухум, 1988, Алма-Ата, 1990; СПб, 1992; Нальчик, 2001 и т.д.), Международных геронтологических и этнографических конгрессов (Киев, 1988).

#### **Основные работы:**

1. Хозяйственно - бытовой уклад абхазов, проживающих в Аджарии. Сухуми, 1978. С. 3-50.
2. Традиционная пища абхазов (к проблеме долгожительства). // М. 1982. С. 5- 236.
3. Notes of the traditional Abkhasian diet. // PROCEED OF THE FIRST SOINT NS - USSR SYMPOSIUM ON FG ING FND LOD LONGYITY. I., 1987, Нью-Йорк, С. II - 146.
4. Культура и быт абхазов проживающих в Аджарии. Тбилиси, 1985. С. 3-137.
5. Питание как один из важных факторов долгожительства. // Механизмы старения и долголетия. М., 1986. С. 8-453.
6. Учет этнических традиций при производстве продуктов питания. // Современные этно-социальные процессы на селе. М., 1986 С. 3-240.
7. Традиционная система долгожительства. М., 1987. С. 5-283.
8. Растительные компоненты в питании абхазов (к проблеме долгожительства). // Среди долгожителей Абхазии. Тбилиси, 1987. С. 3-129.
9. Модели питания у абхазов и грузин западной Грузии (растительная пища). // Всесоюзная сессия по полевым итогам этнографических и антропологических исследований 1986-1987 гг. Сухуми, 1988. С. 3-265.
10. К вопросу об экологических основах формирования модели питания абхазских долгожителей. // V Всесоюзный съезд геронтологов и гериатров. Киев, 1988. С. 3-399.
11. Традиционная пища абазин. // Абазины. Черкеск, 1989. С. 3-225.
12. Абхазская кухня. Сухуми, 1989. С. 3-112.
13. Мясомолочная пища у абхазов и грузин Западной Грузии. // Всесоюзная сессия по полевым итогам этнографических и антропологических исследований 1988-1989 гг. Алма-Ата, часть 3, 1990. С. 3-141.
14. Система традиционного питания турецких абхазов (к изучению этнокультурных контактов). // Краткое содержание докладов Лавровских (среднеазиатско - кавказских) чтений. Л., 1992. С. 3-129.
15. Что едят турецкие абхазы. // Апсны - страна души. №2, М., 1995. С. 1-35.
16. Хлебопечение у абхазов, абазин адыгских народов (к изучению этнокультурных контактов). // IV Конгресс этнографов и антропологов России. М., 2001. С. 7-311.

## **Г. Г. Копешавидзе (Тарджман-ипа) "Абхазская кухня". 1989 г.**

- Предисловие
- Холодные блюда и закуски
- Мясные холодные блюда и закуски
- Растительные блюда
- Салаты
- Соусы
- Супы
- Мясные горячие блюда
- Домашняя птица
- Рыбные блюда
- Блюда из яиц и сыра
- Блюда мучные, крупяные
- Изделия из теста
- Молочные продукты
- Заготовка продуктов впрок
- Сладкие блюда
- Напитки
- Соки и компоты
- Соления
- Приправы
- Приложение

36. 997(2Г—6А6) К65

Консультанты В. Е. СМЫР, Е. Г. ЗАГРЕБА

Рецензенты — кандидаты исторических наук Ю. Г. АРГУН, В. Л. БИГВАВА

Фото А. А. МХИТАРОВА

Обложка Ю. В. КАРМАНОВА

Редакторы Л. Е. Аргун, А. А. Авидзба

**Копешавидзе Г. Г.** Абхазская кухня. — Сухуми: Алашара. 1989. — 128 с.

В предлагаемой книге описаны технологические особенности абхазской национальной кухни, дается рецептура блюд. В предисловии к «Абхазской кухне» автор, канд. ист. наук Г. Г. Копешавидзе, рассказывает о традиционной системе питания абхазов в этнографическом аспекте. К книге прилагаются некоторые материалы из абхазского этикета, извлечения из абхазского нартского эпоса.

К  
1604000000  
031—89  
М623(06)89

© Издательство Алашара. 1989

## **ПРЕДИСЛОВИЕ**

Традиционная кухня абхазов, сохранившая самобытные черты до наших дней, складывалась в процессе многовековой истории народа. Она, естественно, свидетельствует об устоявшихся привычках, вкусах, порядке употребления самой пищи и т. д., иллюстрирующих внутреннюю сторону повседневного быта ее создателей.

Чтобы яснее представить основу питания абхазов, необходимо знать, какую роль сыграла экологическая среда в формировании пищи, специфику местного хозяйства, характер пищи, ассортимент потребляемых продуктов, способы приготовления тех или иных блюд, пищевые привычки и т. д.

Как известно, пища с давних времен определялась направлением хозяйства и всегда находилась в тесной связи с природно- климатическими и социально-экономическими условиями.

Исконным занятием абхазов является земледелие в сочетании со скотоводством. Продукты земледелия, такие, как просо (в прошлом) и кукуруза, а также молочные продукты, занимают одно из важных мест в пищевом рационе народа. Абхазы издавна занимались также огородничеством, садоводством, виноградарством и пчеловодством. Продукты этих отраслей (овощи, фрукты, виноград, грецкие орехи, бахчевые, мед и пр.) всегда имели большой удельный вес в питании абхазов.

В прошлом некоторую роль в питании играли и продукты собирательного промысла и охоты (мясо диких животных и дичи, дикорастущие травы, плоды диких растений и пр.). Однако эти продукты имели сугубо вспомогательное значение, тогда как традиционные продукты, получаемые в личном хозяйстве абхазов, издавна составляли и составляют основу их питания.

Следует отметить, что при большом разнообразии пищевых продуктов питание абхазов несколько ограничено по ассортиментной структуре. В нем насчитывается всего 30—40 наименований, но тем не менее оно достаточно разнообразно, так как включает продукты богатые белками, яйца, мясо, рыбопродукты, молочные продукты, жиры, овощи, фрукты и пр. Вся пища абхазов обозначается двумя названиями: мучная пища — агуху, а все, что с ней употребляется — ацыфа. К национальным особенностям абхазов следует отнести высокое потребление растительных продуктов, в которых содержатся различные витамины и минеральные вещества (кукуруза, фасоль, грецкие орехи и пр.). На эту особенность питания абхазов обратил внимание известный кавказовед Е. М. Шиллинг еще в 20-х годах XX в. Он указывал, что «пища абхазов сравнительно с пищей северокавказских народов носит несколько иной характер. Там больше мяса, а также изобилует масло и другие продукты, здесь (у абхазов. — Г. К.) преобладают фрукты, ягоды, орехи, вино и молочные продукты, а кушанья уснащенные перцем, отличаются необыкновенной остротой».

Повседневным мучным блюдом, играющим в питании абхазов роль хлеба, является мамалыга (абыста), приготовляемая в настоящее время из кукурузной муки в виде густой пресной каши (в прошлом ее готовили из проса). Еще в конце XIX в. эти две культуры сосуществовали в Абхазии. Однако в начале XX в. с расширением посевов кукурузы просо было почти вытеснено из повседневного быта; его выращивают теперь лишь для приготовления некоторых ритуальных блюд.

Кукурузная мука, как известно, отличается высоким содержанием сахара, крахмала и витамина В1. Мамалыга, приготовленная из нее, является питательным блюдом, кроме того, оказывает положительное действие на перистальтику кишечника.

Наряду с обычной мамалыгой из кукурузной муки готовятся и другие блюда: ашларкунта —

негустая мамалыга, заправленная ореховым маслом; айладж — мамалыга, заправленная кисломолочным сыром; ачамыква — мамалыга, приготовленная на молоке с сыром. Кроме того, из кукурузной муки делают пресные лепешки, или чурек, подслащенный медом или начиненный сыром или грецкими орехами. Из кукурузной муки готовят вареные хлебцы (ахампал), а также своеобразную халву (ацвырцма). Широко используется в питании абхазов и кукуруза молочно-восковой спелости. Початки этой кукурузы в вареном или жареном виде служат своеобразным лакомством как для детей, так и для взрослых.

Пшеничная мука употребляется абхазами в незначительном количестве. Из нее готовят главным образом традиционный пирог с сыром (ачашв), различные пирожки и вареники, а также традиционные абхазские и некоторые заимствованные восточные сладости (халву, баклаву и пр.).

Большинство других растительных блюд готовят из фасоли (зерна и зрелые стручки которой содержат около 10% белков), а также из листьев кольраби, свекольной ботвы, капусты и пр. Овощи идут на приготовление своеобразных салатов — ачапа, приправленных аджикой, грецкими орехами и зеленью. В пище абхазов важное место занимают дикорастущие травы и растения (крапива, щирца, дикая петрушка, черемша, портулак, сассапариль и т. д.). Вареные каштаны, сдобренные аджикой и грецкими орехами (ахьачапа), в прошлом считались излюбленным кушаньем абхазов (плоды каштанов содержат 6% белков, 16,7% сахара, 2,3% жира и 62% крахмала).

К растительным и мясным блюдам обычно подают овощи в свежем и соленом виде. Их состав и пропорция в суточном рационе изменяются в зависимости от времени года. Весной и летом в большом количестве едят зеленый лук, чеснок, черемшу, огурцы и т. д. Осенью и зимой употребляют в основном лук-порей, редьку и репу, а также соленья из кольраби, огурцов, помидоров, топинамбура, редьки и т. д.

Любое кушанье из овощей, мяса и молочных продуктов абхазы сдабривают пряностями, острыми приправами, соусами. Набор пряностей (зеленых или сушеных) — кориандр, чабер, базилик, мята, укроп, петрушка и пр.— придает абхазским блюдам специфический аромат и делает пищу вкуснее. Кроме того, пряности содержат вещества, способствующие лучшему перевариванию и усвоению пищи. Особо следует сказать об аджике, придающей любому кушанью остроту и жгучесть. Аджика — острая и ароматная пастообразная приправа, в состав которой входят красный перец (четвертая часть всей массы), а также пряности (сушеные и зеленые), чеснок и немного соли. Следует отметить, что соль в питании абхазов всегда занимала весьма скромное место и ее недостаток компенсировался главным образом аджикой. Абхазы едят аджику с вареным и жареным мясом, с молочными и растительными блюдами, со свежими овощами, даже с дыней. Кроме того, аджика является одним из основных компонентов различных соусов. Она служит прекрасным стимулятором секреции желудочного сока.

Абхазская кухня немыслима и без острых соусов (асызбал): плодово-ягодных из алычи, барбариса, ежевики, граната, зеленого винограда, томатов и пр.; кроме того, готовят соус из толченых грецких орехов, а также кислого молока. Плодово-ягодные соусы и соусы из грецких орехов подают только к мясу, а соус из кислого молока — к мамалыге и молочным кушаньям.

Грецкие орехи — незаменимый компонент многих растительных, мясных, мучных и даже некоторых молочных блюд. Калорийность их, как известно, в 7 раз превышает питательную ценность говядины, они содержат 70% жира. Кроме того, в состав семян ореха входят в среднем 17% белка, 16% углеводов и многие витамины.

Одно из важных мест в питании абхазов занимают молоко и молочные продукты. Как известно, в них содержатся все необходимые организму вещества, причем молочные белки и жиры относятся к числу легкоусвояемых.

Абхазы употребляют молоко в основном квашеное (кислое) и кипяченое. Кислое молоко готовят из коровьего, козьего и буйволиного молока. По вкусовым качествам и жирности буйволиное молоко (в нем около 7% жира) превосходит как коровье, так и козье. Кислое молоко (ахарцвы) принято есть с медом. Это кушанье, по понятиям абхазов, особенно полезно для детей и стариков. Кислое молоко, разбавленное наполовину холодной водой (ахарцвыдзюа), является прекрасным напитком, утоляющим жажду.

Кислое (квашеное) молоко служит не только продуктом повседневного питания, его используют

также в народной медицине. Продукты кисломолочного брожения позволяют прежде всего восстановить микрофлору кишечника, они стимулируют его работу. При расстройстве желудка больному обычно дают буйволиное кислое молоко с медом, а при заболеваниях легких — кипяченое и кислое козье молоко. Народная пословица гласит: «Хочешь долго прожить, пей побольше кислого молока».

Из молочных продуктов следует назвать сыры — ашвлагун (сулугуни), ашвадза (кисломолочный сыр), ашвчапан (подобие сулугуни, начиненного кисломолочным сыром и мятой и залитого острым соусом из кислого молока), ачаюр или ахата ршвы (бурдючный пастообразный сыр), ахчат (сливки), ахача (подобие творожистой массы) и др. Сыр, своего рода «белково-жировой концентрат», обязательно входит в повседневный рацион питания. Если в молоке содержится в среднем 3,8% жира и 3,3% белка, то в сыре — 20—30% жира и 20—25% белка. Очень питателен бурдючный сыр, приготовленный из смеси пресного (некипяченого) молока, кислого молока и кисломолочного сыра. В результате длительного брожения получается приятный на вкус молочный продукт густой консистенции.

В пищевом рационе абхазов наряду с растительными и молочными в большом употреблении и мясные продукты. Абхазы употребляют в пищу мясо домашней птицы (в основном кур и индеек, очень редко гусей и уток) и домашних животных. Они не едят конины, устриц, раков, грибов, даже к рыбе относятся с некоторой осторожностью. Абхазы-мусульмане раньше не ели свинину. Из всех видов мяса больше всего ценится козлятина, затем баранина и говядина. Особо почитаемо мясо диких животных и дичь. Мясо употребляют в вареном, жареном и тушеном виде, а также коптят.

Традиционными кушаньями абхазов являются жареные на вертеле цыплята и куры, вареная курятина, сдобренная аджикой, акуты еицаршы (курица в ореховом соусе), атубар (подобие ливерной колбасы), амгуачапа (отварная требуха и ливер, приправленные аджикой, грецкими орехами и зеленью) и т. д. Деликатесом считаются жареные на вертеле туши козлят и ягнят, начиненные мелко нарезанными внутренностями, кисломолочным сыром, аджикой и мятой, а также вареное в молоке мясо козленка или ягненка. Абхазы мастера жарения над пламенем или горячими углями очага на вертеле — заостренной деревянной палке — мяса, птицы. Народная пословица гласит: «И вертел цел и мясо обжарено».

Рыбные блюда, по сравнению с мясными, занимают весьма скромное место. Рыбу абхазы едят в основном в жареном (на вертеле или сковороде) виде, значительно реже в копченом.

Горячие жидкие блюда и бульоны, если не считать супа из фасоли или проса, в пищевом рационе абхазов отсутствуют.

Абхазы не любят особо жирных блюд. Из животных жиров употребляют топленое и сливочное масло, из растительных — ореховое масло, реже подсолнечное.

В рационе питания абхазов особое место занимал мед. Его ели в основном с кислым молоком, чуреком, варениками, пирогами и т. д. Мед являлся также одним из основных компонентов сладких мучных блюд. Из него готовили и традиционный напиток — ацхадзюа, его широко использовали в народной медицине. К сожалению, с 1920-х годов пчеловодство стало сокращаться, а вместе с ним и потребление меда. Зато резко возросло потребление сахара, который менее благоприятен для здоровья.

Повседневное меню абхазов (крестьянина) меняется в зависимости от времени года и религиозных запретов. Весной и летом пища состоит преимущественно из растительных, молочных и мучных блюд, яиц, свежих овощей, дикорастущих трав, растений и плодов. В небольшом количестве в этот период употребляют мясо домашней птицы. Осенью и в особенности зимой в пище преобладают мясо и мясные блюда, молочные продукты, в основном копченый сыр (ашврьюа), бурдючный сыр (ачаюр) и кислое молоко, различные блюда из фасоли, каштанов, листьев кольраби, запавленных грецкими орехами и аджикой, и ряд других кушаний.

Характерной чертой абхазов является воздержанность и умеренность в еде. Обжорство, неумеренность в еде и выпивке всегда порицались в народе. Большое значение придавали абхазы умению правильно вести себя во время еды: прием пищи должен происходить в нормальной и доброжелательной обстановке, есть нужно медленно, тщательно пережевывая пищу. Поспешная еда и чрезмерная разговорчивость за столом считаются признаком невоспитанности.

В абхазской семье, где господствовали патриархальные устои, обычай не позволял младшим сесть за стол или же приступить к еде раньше старшего. Первыми ели мужчины, затем женщины и дети. Распределение пищи между присутствующими также происходило в соответствии с принципом старшинства. Старшему на маленьком круглом столе подавали пищу, состоящую из почетных кусков мяса, курятины, мамалыги с сыром и пр. Самые младшие члены получали наименее ценные доли.

Любое кушанье абхазы готовят только для разового употребления. Плотно и сытно едят утром, перед выходом на работу, и особенно вечером, когда вся семья в сборе. Горячую пищу, главным образом мамалыгу, едят два раза в день — утром и вечером. Пища подается умеренно теплой. Завтрак состоит из мамалыги с сыром, вареной фасоли, вареного или жареного мяса или домашней птицы с острым соусом, вареных яиц, зелени, солений и т. д. К концу завтрака подают кислое, реже кипяченое молоко. Обед бывает обычно более легким (айладж с кислым молоком, чурек с сыром и зеленью и т. д.). Зимой изредка готовят суп из фасоли или проса. На ужин едят горячую мамалыгу с сыром, вареную фасоль, зелень, соленья и т. д. Ужин завершается кислым молоком с медом. В период между основными приемами пищи нередко едят вареную или жареную кукурузу, тыкву с грецкими орехами, желе из виноградного сока (акамыш), аджанджихуа, каштаны, а также фрукты и ягоды.

Несколько хочется остановиться на особенностях питания людей, уходивших в горы со стадами на летние пастбища. Их питание состоит главным образом из молочных продуктов; мясо едят в основном в вареном виде, обычно с соусом из кислого молока, приправленным аджикой. Мучные блюда, в особенности мамалыгу, в горах употребляют значительно меньше; зачастую вместо мамалыги едят хлебцы (акуакуар) из кукурузной муки с кислым или кипяченым молоком, подслащенным медом. Иногда горсть хорошо прожаренной кукурузной муки, тщательно размешанной в горячем молоке, заменяет завтрак или ужин.

У абхазов бытует много видов напитков. Среди них: напиток из кислого молока — ахарцвыдзюа, медовая вода, напитки из винограда, лавровишни и ряд других. В повседневном быту водку или чачу из виноградной выжимки было принято пить в незначительных количествах. По традиции при обычной трапезе мужчины выпивали два-три стакана слабого натурального вина из местных сортов винограда. На свадьбах и других торжествах, где мужчины обычно состязались в провозглашении тостов, они пили несколько больше.

В последние десятилетия ассортимент приготавливаемых блюд значительно пополнился за счет продуктов, покупаемых в магазинах, а также в связи с тем, что абхазы на своих огородах стали выращивать новые культуры — картофель, капусту, болгарский перец, помидоры, свеклу и др. В питании абхазов большую роль стали играть хлеб, выпеченный в пекарне, кондитерские и колбасные изделия, рис и другие крупяные изделия, чай, сахар, сливочное и подсолнечное масло и др.

Пища абхазов обогатилась и новыми блюдами, заимствованными у соседних народов. У русских, например, абхазы научились готовить борщ, котлеты, мясной суп, печь куличи и другие сдобные изделия; из грузинской кухни заимствовали суп-харчо, сациви и другие блюда.

В последнее время абхазы стали реже готовить некоторые традиционные блюда, такие, как атубар (вид колбасы), бурдючный сыр, а также ашвчапан — сыр, начиненный кисломолочным сыром, мятой, аджикой, в остром соусе из кислого молока. Очень редкими стали блюда, приготавливаемые из дичи. Из дикорастущих растений продолжают употреблять лишь павой, который собирают весной. Вышли из употребления и многие традиционные напитки из винограда и лавровишни; их вытеснили лимонад и минеральная вода.

Однако в целом традиционные национальные блюда и сегодня занимают доминирующее положение в абхазской кухне. И в наши дни существует традиционный дневной и годовой режим питания, в основу которого входит хорошо сбалансированное соотношение растительных, мясных и молочных продуктов. При этом важно отметить высокую биологическую активность питания абхазов. Это объясняется прежде всего употреблением натуральной и доброкачественной пищи сразу же после приготовления (без оставления на завтра), а также потреблением растительных продуктов. Свежие овощи и фрукты, сорванные с дерева или грядки, употребляются в пищу в основном в сыром виде или сразу же после переработки, что позволяет сохранить их питательные качества.

Правильное питание, безусловно, играет важную роль в возникновении феномена абхазского долгожительства.

Возрастные особенности питания абхазов незначительны. В прошлом абхазы редко прибегали к искусственному вскармливанию детей. Обычно до года, иногда и более, ребенка кормили грудным молоком, после 7—8 месяцев начинали прикармливать. В крестьянской семье редко готовили специальную пищу для детей, если не считать молочной каши (апшвтрыкъ) из обжаренной кукурузной муки мелкого помола на коровьем молоке с водой. Детям после года давали мамалыгу с различными сырами, сливки, творожную массу, а также айладж с кислым молоком и медом, кипяченое или кислое молоко с накрошенной мамалыгой, немного фасоли с соленьями, вареное мясо (говядину или курятину) с кислым соусом и т. д. Обычно детям не давали пшенной каши, мамалыги из проса, буйволиного кислого молока, свежих огурцов и других кушаний, которые могли вызвать у них нарушение работы кишечника. Все эти блюда не рекомендовались есть и кормящей матери.

В пищевом рационе кормящей матери преобладали мясомолочные и мучные блюда, мед, фрукты, а также напитки из кислого молока и меда; совершенно исключались спиртные напитки. Существовали некоторые ограничения и в питании беременных женщин. Так, например, во время беременности нельзя было есть мед, печень, голову и ножки домашних животных и птиц, а также пить молоко. Кроме того, беременной женщине запрещалось после молочных продуктов есть рыбу, мясо (в особенности баранину) с острым соусом, свежие огурцы, соленья и т. д. Специальной пищи ни для беременной женщины, ни для кормящей матери не готовили.

Старики также ели и едят ту же пищу, что и другие члены семьи. Однако они предпочитают вареную пищу (в особенности мясо), ибо она легче пережевывается и переваривается желудком. В рацион питания старых людей входят свежие овощи, острые соусы и приправы, квашеное молоко, а также мед, грецкие орехи, виноград, свежие фрукты и т. д.

Для понимания специфики национальной кухни, немаловажное значение имеют кухонная утварь, форма очага, с которой связана технология приготовления пищи: варка, обжаривание, выпечка мучных и других блюд.

Для народной кухни по-прежнему характерно обжаривание мяса на вертеле над раскаленными углями или же варка его большими кусками.

На раскаленных углях пекут и мучные блюда — пирог с сыром, чурек, различные хлебцы, в том числе ритуальные. Для выпечки чурека используется каменная или глиняная сковорода (аплакъ).

Наиболее универсальной и поныне сохранившейся кухонной утварью являются котлы больших и малых размеров, деревянная лопаточка для размешивания мамалыги (амхабыста), мялка для фасоли (акудршьшыга), специальный камень (ахакья) для растирания аджики, грецкого ореха.

В прошлом в обиходе абхазов широко использовались чугунная, медная, гончарная и деревянная кухонная посуда, а также предметы из кожи и рога (бурдюки, роговые ложки с длинной ручкой для кислого молока, кубки для вина и др.).

\* \* \*

Автор и издательская группа работников приносят благодарность за любезное оказание помощи в процессе подготовки книги к изданию работникам ресторанов «Нартаа» Б. К. Квициния, Ю. Т. Гогиа, Х. Т. Барцыц, Г. Ш. Багателиа, З. Ш. Барганджиа, А. Р. Шенгелия; «Аквасья» — И. В. Багапш, З. В. Джения, Г. Мерцхулава; «Хыпста» — А. А. Цвижба-Кыртба; «Мчишта» — Н. М. Палба; семье К. К. Хашиг (село Хуап Гудаутского р-на).

\* \* \*

Автор будет признателен всем, кто поделится своими замечаниями и предложениями к книге, поскольку в ней впервые делается попытка систематизировать абхазскую кухню.

ГУПХАЧАРА!  
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

## **ХОЛОДНЫЕ БЛЮДА И ЗАКУСКИ**

### **МЯСНЫЕ БЛЮДА И ЗАКУСКИ**

#### ***Отварное мясо с острым соусом — асызбал***

Мясо берется по потребности. Раскладка продуктов на асызбал — в разделе «Соусы» (см. стр. 22). Мясо (говядина, козлятина) в основном варится порционными кусками. Лучшее по вкусовым качествам отварное мясо из оковалка, костреца, грудной, лопаточной частей.

Деликатесом считаются тушки козлят или ягнят, сваренные в подсоленной воде с молоком.

Подготовленные куски мяса положить в кастрюлю или котел, залить холодной водой и варить на слабом огне 2—2 1/2 часа, периодически снимая пену. Чтобы мясо получилось сочным и ароматным, за 20—30 мин. до окончания варки добавить 1—2 головки репчатого лука, коренья и соль по вкусу. Готовое мясо выбрать, остудить, положить на блюдо и украсить зеленью.

К отварному мясу подать асызбал из барбариса, алычи, помидоров и пр., а также аджику (см. стр. 77).

#### ***Отварная курица или индейка по-абхазски***

Тушку курицы или индейки (желательно средней жирности) опалить, выпотрошить, промыть в холодной проточной воде, затем положить в кастрюлю или котел, залить холодной водой и варить на среднем огне до готовности. Чтобы бульон получился прозрачным, добавить 1 головку лука, по 1—2 штуки ароматических кореньев. Сваренную курицу вынуть, слегка остудить, разделить на порционные куски, положить в глубокую миску и приправить в теплом виде аджикой, разведенной бульоном (1—2 ч. л. аджики, 1 ст. л. бульона), затем миску встряхнуть несколько раз, накрыть крышкой и выдержать 30—40 мин. Готовую курицу выложить на блюдо, украсить зеленью и луком, нарезанным кольцами. Отдельно подать асызбал из барбариса, алычи, помидоров и пр., либо острый соус из ореха — арашых сызбал (см. стр. 25).

#### ***Амгуачапа — субпродукты, вареные с ореховой массой — акачпей***

Компоненты: говяжьи или баряньи субпродукты (желудок — 500 г, печень — 100 г, сердце — 100 г, легкие — 100 г), грецкие орехи (очищенные) — 250 г, лук репчатый — 3—4 головки, чеснок — 5—6 долек, аджика — 2 ст. л., смесь сухих пряных трав — 1 ч. л., зелень киндзы — 6—8 веточек, петрушки, мяты и чабера — по 2—3 веточки, соль, уксус или гранатовый сок — по вкусу.

Из субпродуктов, т. е. из продуктов первичной обработки туши животных, абхазы в пищу употребляют, главным образом, желудок, печень, сердце, легкие.

К кулинарной обработке субпродукты подготавливают следующим образом: желудок, тщательно промыв в холодной проточной воде, опускают на 3—5 мин. в кипяток. Как только от стенок желудка начнет сниматься пленка с ворсом, желудок вынимают и, соскоблив с него ворсистую пленку, промывают в теплой воде и затем складывают в кастрюлю или котел и заливают холодной водой.

Печень и сердце очищают от пленки, а также из печени удаляют желчные протоки, а из сердца — выступающие кровеносные сосуды, затем печень, сердце и легкие промывают в холодной проточной воде и соединяют с ранее подготовленным желудком. Варят субпродукты на слабом огне 1—1,5 ч. Чтобы ливер хорошо разварился добавляют 1 ч. л. столового уксуса.

Готовые субпродукты достать из бульона, остудить, нарезать мелкими кусочками и положить в глубокую миску. Предварительно подготовленный акачпей — толченые или пропущенные через мясорубку орехи с аджикой, соль, уксус или гранатовый сок, мелко нарезанные лук, зелень соединить с субпродуктами, хорошо размешать и выдержать в течение 1—2 ч. Готовое амгуачапа выложить на блюдо, полить ореховым маслом — арашы, выжатым из акачпея, украсить зернами граната. К амгуачапа подается асызбал, салат из овощей, зелень (лук, редис и др.).

#### ***Архварахчапа — паштет из субпродуктов***

Компоненты: печень — 200 г, сердце — 200 г, легкие — 100 г, орехи грецкие, очищенные — 100 г,



лук репчатый — 2—3 головки, чеснок — 3—4 дольки, зелень киндзы — 5—6 веточек, укропа и чабера — по 2—3 веточки, аджика — 1—2 ч. л., соль, уксус или гранатовый сок — по вкусу. Обработанные печень, сердце и легкие (см. стр. 11) залить холодной водой и варить на медленном огне до готовности. Сваренный ливер вынуть из бульона, остудить, пропустить через мясорубку. Затем предварительно приготовленную ореховую массу (акачпей), аджику, соль, уксус или гранатовый сок, мелко нарезанные лук и зелень соединить с ливером и, добавив 1—2 ст. л. бульона, вымешать до получения пастообразной массы. Готовый паштет выложить на тарелку, полить ореховым маслом и украсить мелко нарезанной зеленью и зернами граната.

### ***Акутагъчапа — вареные яйца с орехом***

Компоненты: яйца — 6 шт., орехи грецкие (очищенные) — 60 г, зелень киндзы — 2—3 веточки, укропа — 2 веточки, аджика — 1 ч. л., ореховое масло — 1 ст. л.

Яйца отварить вкрутую. Желтки, отделенные от белков, размять, а затем приправить ореховой массой, аджикой, мелко рубленной зеленью. Тщательно вымешанный акутагъчапа выложить на тарелку и украсить дольками белков и зеленью.

## **РАСТИТЕЛЬНЫЕ БЛЮДА**

Абхазская кухня отличается широким ассортиментом растительных блюд (из фасоли, свекольной ботвы, белокочанной капусты, кольраби и др., павоя (абырч-ман), съедобных трав — ширицы, крапивы, полевого осота, дикого укропа, черемши и др.).

### ***Акудеилыршшва — фасоль с орехом***

Компоненты: фасоль в зернах — 200 г, орехи грецкие (очищенные) — 150 г, репчатый лук — 1—2 головки, чеснок — 5—6 долек, зелень киндзы — 8—10 веточек, мяты, базилики и чабера — по 2—3 веточки, смесь сухих пряных трав — 1 ч. л., аджика — 1 ст. л., соль, уксус или гранатовый сок и ореховое масло — по вкусу.

Перебранную и промытую фасоль залить холодной водой и довести до кипения. Затем, слив отвар, снова залить холодной водой и варить до готовности. Чтобы зерна не разварились, в процессе варки добавить щепотку соли. Сваренную фасоль откинуть на дуршлаг. Аджику, ореховую массу, 2—3 стол. л. отвара, мелко нарезанные лук и зелень, соль, уксус или гранатовый сок смешать. Полученную смесь соединить с фасолью, стараясь не размять зерна фасоли. Готовое акудиларшшва положить на тарелку, полить ореховым маслом — арашы, украсить кольцами лука, зернами граната.

### ***Акалиачапа — стручки фасоли с орехом***

Компоненты: фасоль в стручках — 500 г, орехи — 125 г, репчатый лук — 2—3 головки, чеснок — 3—4 дольки, аджика — 1 ст. л., зелень киндзы — 8—10 веточек, петрушки, чабера и базилика — по 2—3 веточки, соль, уксус или гранатовый сок — по вкусу.

Удалить из швов стручковой фасоли грубые волокна, затем стручки наломать, промыть и, залив холодной водой, варить до готовности. Сваренные стручки откинуть на дуршлаг, слегка остудить.

Ореховую массу, заранее приготовленную, аджику, мелко нарезанные лук и зелень, соль, уксус или гранатовый сок соединить с отжатыми стручками и тщательно размять руками до получения однородной массы. Готовое акалиачапа положить на тарелку, полить ореховым маслом, украсить кольцами лука, зернами граната.

### ***Стручки фасоли с кислым (квашеным) молоком***

Компоненты: зеленая фасоль — 500 г, кислое (квашеное) молоко — 400 г, репчатый лук — 2—3 головки, чеснок — 3—4 дольки, аджика — 1 ст. л., зелень киндзы — 5—6 веточек, укропа, петрушки, чабера и базилика — по 2—3 веточки, яйца — 2—3 шт., соль — по вкусу.

Стручки фасоли обработать, как и в предыдущем рецепте, отварить, откинуть на дуршлаг; остудив, отжать.

В кислое молоко, отцеженное через сито или марлю, натереть яйца, сваренные вкрутую, добавить аджику, соль, мелко нарезанные лук и зелень и все это размешать.

В полученную массу положить отжатые стручки фасоли и тщательно размешать. Готовое кушанье

выложить на тарелку, украсить кольцами лука и зеленью.

### ***Абаклажанчапа — вареные баклажаны с срахом***

Компоненты: баклажаны — 1 кг, очищенные орехи — 250 г, репчатый лук — 3—4 головки, чеснок — 4—5 долек, аджика — 1 ст. л., зелень киндзы — 5—6 веточек, петрушки — 3—4 веточки, укропа — 2—3 веточки, смесь сухих пряных трав — 1 ч. л., соль, уксус или гранатовый сок — по вкусу.

Баклажаны очистить от плодоножек, сделать продольный надрез, промыть, уложить в кастрюлю, залить слегка подсоленной холодной водой и варить до готовности. Сваренные баклажаны положить под пресс на 2 часа. Тем временем подготовить фарш: в орехи, чеснок и зелень, пропущенные через мясорубку, добавить аджику, соль, мелко нарезанный лук, гранатовый сок или уксус, влить четверть стакана остуженной кипяченой воды и все это тщательно размешать. Полученной массой начинить баклажаны.

Фаршированные баклажаны разложить на блюде, полить ореховым маслом и посыпать зернами граната.

## **САЛАТЫ**

В абхазской кухне в основном две группы салатов. К первой — относятся салаты из сырых овощей, подаются они к вареному или жареному мясу, рыбе, овощным блюдам. Ко второй — относятся пастообразные салаты (ачапа) из вареных овощей, дикорастущих съедобных трав (крапивы, ширицы, дикого укропа, полевого осота), павоя, каштана и т. д. Приправляются салаты второй группы ореховой массой — акачпей (см. стр. 12), аджикой, солью, уксусом или гранатовым соком, луком (репчатым или зеленым), зеленью пряных трав.

### ***Абырчманчапа — павой с орехом***

Компоненты: павой — 1 кг, грецкие орехи — 125 г, аджика — 1 ст. л., репчатый лук — 1—2 головки, чеснок 3—4 дольки, зелень киндзы — 6—8 веточек, укропа — 2—3 веточки, чабера и базилика — по 2 веточки, уксус и соль — по вкусу.

Молодые побеги павоя перебрать, промыть, залить холодной водой и варить на медленном огне до готовности.

Сваренный павой откинуть на дуршлаг, слегка остудив, отжать и положить в глубокую миску. К нему добавить заранее приготовленную ореховую массу (акачпей), аджику, соль, уксус, мелко нарезанные лук и зелень. Все это тщательно перемешать, выложить на тарелку и полить ореховым маслом — арашы. К абырчманчапа подают острый соус из зеленой (незрелой) алычи — апхуса сызбал и зеленый лук.

### ***Ахуацчапа — крапива с орехом***

Компоненты: крапива — 1 кг, грецкие орехи — 125 г, репчатый лук — 1—2 головки или зеленый лук — 1 пучок, зелень киндзы — 5—6 веточек, укропа и петрушки — по 2—3 веточки, аджика — 1 ст. л.

Перебранные и промытые стебли и листья крапивы проварить в подсоленной воде в течение 10—15 мин., затем откинуть на дуршлаг и отжать. Крапиву, так же, как и павой, приправляют аджикой, ореховой массой, мелко нарезанным луком и зеленью. Готовую крапиву кладут на тарелку и поливают ореховым маслом. Отдельно к ахуацчапа подают зеленый лук, чеснок или черемшу.

### ***Ахаршьылчапа — ширица с орехом***

Компоненты приправы на 1 кг ширицы и технология приготовления этого блюда такие же, как и для крапивы с орехом.

### ***Адыргыгчапа — полевой осот с орехом***

Компоненты: полевой осот — 1 кг, орехи — 125 г, репчатый лук — 1—2 головки, чеснок — 2—3 дольки, зелень киндзы — 6—8 веточек, укропа — 3—4 веточки, аджика — 1 ст. л., ореховое масло — 1 ст. л.

Полевой осот перебрать, промыть, залить холодной водой, слегка подсоленной, и варить на медленном огне. Сваренный осот откинуть на дуршлаг и, слегка остудив, отжать, а затем

приправить аджикой, ореховой массой, мелко нарезанным луком и зеленью. Перед подачей на стол адыргыгчапа полить ореховым маслом.

Весьма пикантное блюдо можно приготовить из букета съедобных дикорастущих трав (полевой осот — 300 г, дикий укроп — 300 г, дикая петрушка — 300 г, 2—3 корня дикой горчицы).

Компоненты и технология приготовления этого блюда такие же, как и для полевого осота с орехом.

### ***Ачархалчапа — соленые листья кольраби с орехом***

Компоненты: листья кольраби (ахул) — 500 г, очищенные орехи — 150 г, репчатый лук — 1—2 головки, зелень киндзы и петрушки — по 5—6 веточек, соль и аджика — по вкусу.

Маринованные листья кольраби мелко нарезать, приправить аджикой, ореховой массой, нашинкованными луком и зеленью. Готовое блюдо положить на тарелку и полить ореховым маслом.

### ***Акапустачапа — капуста с орехом***

Компоненты: капуста (белокочанная) — 1 кг, орехи (очищенные) — 250 г, репчатый лук — 2—3 головки, чеснок — 3—4 дольки, зелень киндзы — 8—10 веточек, петрушки и укропа — по 3—4 веточки, аджика — 1 ст. л., соль и уксус — по вкусу.

Белокочанную капусту очистить, промыть, разрезав на четыре части, удалить кочерыжку и сложить в кастрюлю. Затем залить небольшим количеством холодной воды и варить на медленном огне. Сваренную капусту откинуть на дуршлаг, слегка остудив, отжать и положить в миску. Туда же добавить акачпей, аджику, соль, уксус, мелко нарезанные лук и зелень. Все это тщательно вымешать. Полученную массу выложить на тарелку, полить ореховым маслом, украсить кольцами лука.

### ***Абуракчапа — свекольная ботва с орехом***

На 1 кг свекольной ботвы берется 125 г грецких орехов. Остальные компоненты такие же, как и для капусты с орехами.

Свекольную ботву промыть, положить в кастрюлю, залить подсоленной водой и варить на слабом огне до готовности. Затем сваренную ботву отбросить на дуршлаг, остудить, отжать и, поместив в глубокую миску, приправить ореховой массой, аджикой, солью, уксусом или гранатовым соком, нашинкованными луком и зеленью. Готовое кушанье положить на тарелку, полить ореховым маслом, украсить кольцами лука.

### ***Ахьячапа — каштаны с орехом***

Компоненты: каштаны — 500 г, орехи — 150 г, соль и аджика — по вкусу.

Каштаны надколоть, залить холодной водой и варить до готовности. Вареные каштаны слегка остудить, очистить от скорлупы и положить в миску. К очищенным каштанам добавить аджику, орехи, пропущенные через мясорубку и все тщательно вымешать. Полученную массу выложить на тарелку, перед подачей на стол полить ореховым маслом и украсить зернами граната.

### ***Салат из свежих огурцов и помидоров по-абхазски***

Компоненты: помидоры — 300 г, огурцы — 200 г, болгарский перец — 100 г, репчатый лук — 1—2 головки, уксус — 1 ч. л., чеснок, соль, аджику, зелень петрушки, укропа и базилика — по вкусу.

Свежие помидоры, огурцы и болгарский перец очистить от плодоножек и промыть. В салатник сначала положить помидоры и огурцы, нарезанные кружочками, затем нарезанные тонкими колечками болгарский перец и лук. К моменту подачи салат приправить аджикой, толченым чесноком и уксусом, посыпать мелко нашинкованной зеленью.

Салат из свежих овощей желателно приготовить минут за 10 до подачи на стол.

### ***Салат из свежих огурцов с луком***

Компоненты: свежие огурцы — 300 г, чеснок — 3—4 дольки, зеленый лук — 2 пучка, зелень петрушки, укропа и базилика — по 2—3 веточки, соль и уксус — по вкусу.

Свежие огурцы, нарезанные кружочками или небольшими тонкими полосами, положить в салатник и смешать с мелко нашинкованным луком, толченым чесноком с солью, уксусом и посыпать пряной

зеленью.

### ***Салат из редьки с луком***

Компоненты: редька— 100 г, зеленый лук — 2 пучка, зелень петрушки, укропа и базилика — по 2—3 веточки, соль — по вкусу.

Редьку очистить, промыть, нарезать соломкой или натереть на крупной терке, положить в салатник, посолить. Через 3—5 мин. слить выделившийся сок и смешать редьку с нашинкованными луком и зеленью.

### ***Салат из редиса и яиц***

Компоненты: редис — 100 г, яйца — 3—4 шт., репчатый лук — 1 головка или зеленый лук — 1 — 2 пучка, зелень петрушки и укропа — по 4—5 веточек, аджика, уксус и соль — по вкусу.

Редис очистить, промыть, натереть на терке, посолить и оставить на 2—3 мин., затем сок слить. Мелко нарубленные яйца, сваренные вкрутую, нашинкованные лук и зелень смешать с редисом, приправить аджикой и уксусом.

### ***Салат из черемши с уксусом***

Компоненты: черемша— 100 г, зелень петрушки и укропа — по 5—6 веточек, соль и уксус — по вкусу.

Черемшу перебрать, промыть, нарезать мелко, положить в салатник и приправить мелко нарезанной зеленью, уксусом и солью.

### ***Акаб жвны — тыква вареная***

Ломти нарезанной тыквы (акаб) очистить от волокон и семян, уложить в кастрюлю, залить холодной водой (на 1 кг тыквы — 1—1,5 ст. воды) и варить на медленном огне. За несколько мин. до готовности слегка посолить. К вареной тыкве, холодной или горячей, подаются аджика, ядра грецкого ореха или фундук.

### ***Акаб дзны — тыква печеная***

Тыкву, нарезанную ломтями, испечь в духовке, к столу подать с ядрами грецкого ореха или фундука.

### ***Ахья — каштаны***

На десерт к столу можно подать вареные или жареные каштаны.

### ***Апш жвны — отварная кукуруза в початках***

Початки кукурузы молочно-восковой спелости очистить от стеблей, положить в кастрюлю, залить холодной водой, покрыть стеблями и варить под крышкой до готовности. За 10—15 мин. до конца варки добавить соль. К столу подать в горячем виде с ядрами грецкого ореха или фундука.

### ***Апш дзны — кукуруза в початках, жаренная на вертеле***

Початки кукурузы очистить от стеблей, насадить на вертел и жарить над раскаленными углями. К столу подать с ядрами грецкого ореха.

### ***А п ш ч ч ы — жареная кукуруза в зернах***

Сухие зерна мелкой (чертовой) кукурузы (аюстаа джжуреи) насыпать в сильно разогретый казанок, накрыть крышкой и жарить, периодически помешивая. Через несколько минут зерна кукурузы начинают лопаться. Воздушные хлопья жареной кукурузы можно подавать на десерт.

Мука из молотой жареной кукурузы обладает весьма высокими питательными качествами — абхазы используют ее в детском питании (в основном, для приготовления молочной каши).

## **СОУСЫ**

По составу и способу приготовления в абхазской кухне можно выделить две группы соусов. К первой группе относятся плодово-ягодные острые соусы. Ко второй — относятся специфические соусы из тертого грецкого ореха, кислого молока, зеленого винограда, крапивы и пр. Все соусы, без исключения, приправляются прежде всего аджикой, а также пряной зеленью (свежей и сушеной), пряными овощами (лук, чеснок), солью.

#### ***Абхваса сызбал — соус из зеленой алычи***

Компоненты: зеленая алыча — 1 кг, аджика — 1 ст. л., зелень киндзы — 8—10 веточек, мяты — 3—4 веточки, чеснок — 2—3 дольки, соль — по вкусу.

Плоды зеленой алычи перебрать, промыть, положить в эмалированную кастрюлю, залить холодной водой (2 ст.) и варить 3—5 мин. Затем отвар слить, а массу тщательно протереть через сито, добавить аджику, чеснок, толченный с солью, мелко нарезанную зелень, влить один стакан охлажденной кипяченой воды и размешать. Соус этот можно хранить не более 2—3 дней.

#### ***Асызбал — соус из спелой алычи***

Компоненты: алыча — 1 кг, чеснок — 5—6 долек, аджика — 1—2 ст. л., смесь сухих пряных трав — 1 ст. л., 5—6 листьев болотной мяты, соль — по вкусу.

Зрелые плоды алычи (желтой или красной) промыть и положить в кастрюлю, залить водой так, чтобы она едва покрывала ее. Варить на слабом огне в течение 15—20 мин., затем слить отвар и, протерев алычу через сито, отделить косточки. Алычевую массу вылить в кастрюлю, добавить 1 ст. воды и доваривать на слабом огне в течение 40—50 мин., периодически помешивая. В процессе варки добавить аджику, смесь сухих пряных трав (молотые семена кориандра, укропа, чабера, базилика, голубого пажитника), чеснок, толченный с солью. Во избежание брожения в процессе варки в асызбал добавить 5—6 листьев болотной мяты. Готовый соус перелить в стеклянную или эмалированную посуду, а для длительного хранения можно в горячем виде залить в стерилизованную банку и закрыть.

#### ***Акацахур сызбал — соус из барбариса***

Компоненты: барбарис — 1 кг, аджика — 1,5—2 ст. л., болотная мята — 2—3 листика.

Ягоды барбариса положить в эмалированную или медную луженую посуду, залить 2 ст. холодной воды, добавить 2—3 листика болотной мяты и варить не более 10 мин. Затем ягоды размять в отваре, протереть через сито и приправить только аджикой. Для длительного хранения акацахур сызбал налить в стеклянную посуду и плотно закрыть.

#### ***Апамидор сызбал — соус из красных помидоров***

Компоненты: помидоры — 1 кг, аджика — 1—1,5 ст. л., чеснок — 4—5 долек, смесь сухих пряных трав — 1 ст. л., зелень киндзы — 1 пучок, соль — по вкусу.

Зрелые помидоры очистить от плодоножек, промыть, помять и варить на слабом огне 25—30 мин. В процессе варки добавить чеснок, толченный с солью и киндзой, а также болотную мяту. Как только масса загустеет, снять с огня, слегка остудить и, процедив через сито, приправить аджикой, смесью сухих пряных трав и проварить в течение 10—15 мин.

#### ***Амацмыдж сызбал — соус из гранатового сока***

Компоненты: сок граната — 500 г, аджика — 1 ст. л., смесь сухих пряных трав — 1 ч. л., чеснок и соль — по вкусу.

Зрелые плоды граната выжать, приправить аджикой, чесноком, толченным с солью, смесью сухих пряных трав. Подается к мясным блюдам.

#### ***Амаахыр сызбал — соус из ежевики***

Компоненты: сок ежевики — 500 г, аджика — 1 ст. л., приправы те же, что и для соуса из гранатового сока.

Ежеввику перебрать, промыть, протереть через сито и приправить аджикой, чесноком, толченным с солью, и смесью сухих пряных трав. Подается к мясным блюдам.

### ***Акухь сызбал — соус из зеленого (молодого) винограда с орехом***

Компоненты: зеленый виноград — 500 г, орехи (очищенные)— 100 г, аджика— 1 ст. л., чеснок — 3—4 дольки, зелень киндзы — 4—5 веточек.

Ягоды зеленого винограда промыть, залить небольшим количеством холодной воды и варить 10 мин. Затем варево откинуть на сито, ягоды протереть. В полученную массу добавить толченые орехи с чесноком, аджику, мелко нарезанную зелень киндзы, влить 1 стакан холодной кипяченой воды и все это тщательно размешать. Готовый соус подают к вареной или жареной курице или индейке.

### ***Ахаршьыл сызбал— соус из крапивы и щерицы с орехом***

Компоненты: крапива — 250 г, щерица — 250 г, орехи очищенные — 100 г, аджика — 1 ст. л., чеснок — 2— 3 дольки, зелень киндзы, уксус и соль — по вкусу.

Перебранные и промытые листья и стебли крапивы и щерицы проварить в подсоленной воде в течение 10— 12 мин., откинуть на дуршлаг, остудить, отжать и вымешать в миске до образования пастообразной массы. Затем добавить аджику, толченый чеснок, зелень киндзы и грецкие орехи, пропущенные через мясорубку, уксус. Все это развести 2 ст. кипяченой охлажденной воды. Готовый соус налить в соусник и полить ореховым маслом.

### ***Арашых сызбал — соус из грецкого ореха с аджикой***

Компоненты: орехи (очищенные) — 200 г, чеснок — 3-4 дольки, смесь сухих пряных трав — 1 ч. л., аджика — 1 ст. л., соль, уксус или гранатовый сок — по вкусу.

Грецкие орехи и чеснок, пропущенные через мясорубку 2—3 раза, аджику и смесь сухих пряных трав развести 2—2,5 стаканами теплой кипяченой воды или же куриным бульоном, добавить уксус, либо гранатовый сок, полить ореховым маслом. Подается к птице вареной, жареной.

### ***А х а р ц в ы сызбал — соус из кислого (квашеного) молока***

Компоненты: кислое (квашеное) молоко — 500 г, чеснок — 2—3 дольки, зелень киндзы — 4—5 веточек, мята — 2—3 веточки, аджика — по вкусу.

Кислое (квашеное) молоко налить в соусник, добавить аджику, толченый чеснок, мелко нарезанную зелень и тщательно размешать. Подается к овощным, молочным блюдам.

## **СУПЫ**

В абхазской кухне ассортимент мясных или овощных супов не так уж велик. Обычно — это прозрачный бульон (атван) из говяжьего мяса, реже — баранины, приправленный аджикой и толченым чесноком. В куриный бульон, кроме аджики и чеснока, добавляют растертые желтки яиц, сваренных вкрутую.

### ***Суп из баранины с фасолью***

Компоненты: баранина — 500 г, фасоль — 50 г, репчатый лук — 2—3 головки, чеснок —3— 4 дольки, зелень киндзы, укропа и петрушки — по 3—4 веточки, лук-порей — 1 головка, кукурузная мука — 1 ст. л., аджика — 1—2 ст. л., смесь сухих пряных трав — 1 ч. л., жир — 50—70 г, вода — 2—2,5 л, соль и другие приправы — по вкусу.

Куски баранины, в основном шейной и реберной частей, разрубить, промыть и положить в кастрюлю, туда же всыпать перебранные, промытые зерна фасоли, залить холодной водой и варить на медленном огне, периодически снимая пену. В процессе варки в бульон добавить мелко нарезанный лук-порей, 1—2 корня петрушки.

На бараньем жире спассеровать мелко нарезанный лук, кукурузную муку, аджику и жарить до тех пор, пока жир не станет прозрачным.

За 5—7 мин. до готовности суп заправить поджаренным луком, чесноком, толченым с солью, мелко нарезанной зеленью, а также подкислить его кусочком алычевой пастилы (лаваша).

### ***Суп из баранины с крупой***

Компоненты: баранина — 500 г, крупа — 40—50 г (рис, вермишель или домашняя лапша), репчатый лук — 2—3 головки, чеснок— 1—2 дольки, томат-пюре — 20 г, топленый бараний жир —

50 г, аджике — 1 ст. л., зелень укропа и петрушки — по 3—6 веточек, вода — 2—2,5 л, соль и другие приправы — по вкусу.

Баранину мелко нарезать, промыть, положить в кастрюлю, залить холодной водой и варить на слабом огне до готовности. В процессе варки в бульон положить 1 головку лука и 2—3 корня петрушки. Затем всыпать крупу (рис, вермишель, домашнюю лапшу). К спассерованному на бараньем жире луку добавить томат-пюре и аджику. За 5—10 мин. до готовности суп приправить поджаренным луком, чесноком, толченым с солью, мелко нарезанной зеленью.

### ***Акудрца — суп из фасоли***

Компоненты: фасоль (зерна)— 100 г, репчатый лук — 2—3 головки, чеснок — 2—3 дольки, лук-порей — 1—2 головки, аджика — 1 ст. л., кукурузная мука — 1 ст. л., зелень петрушки, киндзы и укропа — по 5—6 веточек, жир —50 г (растительное или топленое масло), соль и другие приправы — по вкусу.

Фасоль перебрать, промыть, положить в кастрюлю, залить холодной водой, довести до кипения, а затем слить отвар, снова залить холодной водой, довести до кипения и варить на слабом огне. В процессе варки добавить нашинкованный лук-порей, 2—3 корня петрушки и 1—2 веточки сельдерея.

За 5—7 минут до готовности суп приправить спассерованным луком, обжаренным с кукурузной мукой и аджикой; чесноком, толченым с солью, мелко нарезанной зеленью петрушки, киндзы и укропа. В такой суп в качестве приправы можно положить кусочек пастилы — лаваша, а также шкарки (ачыджьха) курдючного сала.

### ***Ахудзрца — суп из пшена***

Компоненты: пшено — 100 г, вода — 2,5 стакана, цельное молоко — 3 стакана, соль и сахар — по вкусу.

Пшено (чумизу) перебрать, промыть, залить холодной водой и оставить на 1 час. Затем эту воду слить, крупу всыпать в кипящую воду и варить до готовности. В сваренное пшено влить горячее молоко, добавить соль и сахар по вкусу, размешать, проварить 5—7 мин. и дать настояться.

### ***Окрошка по-абхазски***

Компоненты: кислое (квашеное) молоко — 3—3,5 стакана, вода — 1—2 стакана, зеленый лук — 50—75 г, зеленые огурцы— 150 г, редис — 50 г, чеснок — 1—2 дольки, зелень укропа — 4—5 веточек, яйца — 2 шт., соль и аджику — по вкусу.

Огурцы нарезать кубиками, нашинковать редис и лук, затем положить в кастрюлю или глубокую миску, залить кислым молоком, предварительно разбавленным холодной кипяченой водой, приправить толченым чесноком, солью и аджикой по вкусу. Яйца отварить вкрутую, нарезать мелко и положить в суп. Перед подачей на стол посыпать мелко нарезанным укропом.

### ***Акудчапа — фасоль вареная***

Компоненты: фасоль з зернах — 150 г, репчатый лук — 2—3 головки, лук-порей — 1 головка, зелень киндзы — 8—10 веточек, сельдерея — 2—3 веточки, аджика — 1 ст. л., соль и алычевая пастила — по вкусу.

Вареная фасоль, приготовленная по-абхазски, повседневное национальное кушанье абхазов.

Перебранную и промытую фасоль положить в котелок либо в глиняный горшок (акуджал), залить холодной водой и довести до кипения, затем слить отвар, и фасоль, вновь залив холодной водой, варить на медленном огне под крышкой, периодически подливая небольшое количество холодной воды. За 10—15 минут до конца варки добавить мелко нарезанные репчатый лук, лук-порей, сельдерея; за 5—10 минут — кусочек алычевой пастилы (лаваша). Сваренную фасоль размять специальной мялкой (акудршьшьыга), приправить аджикой, солью, мелко нарезанной зеленью киндзы и еще раз проварить в течение 3—5 минут. Акудчапа подается умеренно теплой с зеленью (лук, огурцы, редис), овощным салатом, соленьями.

## **МЯСНЫЕ ГОРЯЧИЕ БЛЮДА**

## ***Акурма***

Компоненты: баранина — 1 кг, курдючное сало или внутренний жир — 100 г, чеснок — 4—5 долек, смесь сухих пряных трав — 1 ст. л., аджика — 1—2 ст. л.

Мякоть баранины очистить от пленки, обмыть и нарезать мелкими кусочками. Курдючное сало или внутренний жир также промыть, нарезать мелко, положить вместе с мясом в разогретый чугунный котел и тушить под крышкой на медленном огне. В процессе тушения можно добавить 1—2 стакана крутого кипятка. Готовое мясо приправить аджикой, чесноком, толченым с солью, киндзой, смесью сухих пряных трав (в основном, молотые семена кориандра и чабера) и потомить еще 15—20 мин. Готовую акурму переложить в эмалированную или глиняную посуду с крышкой и хранить в прохладном месте. Перед подачей на стол разогреть.

## ***Ауасажьеицарш — баранина, тушенная в луково-томатном соусе***

Компоненты: баранина — 1 кг, жир — 100 г, репчатый лук — 2—3 головки, чеснок — 3—4 дольки, томат-пюре — 2 ст. л., аджика — 1 ст. л., зелень киндзы, укропа и базилика — по 4—5 веточек, смесь сухих пряных трав — 1 ч. л., соль — по вкусу.

Мякоть баранины и курдючное сало или внутренний жир нарезать кубиками, потушить под крышкой в собственном соку. На жире, отделенном от готового мяса, пассеровать мелко нарезанный лук, добавить томат-пюре или свежие помидоры и протушить. В этот соус положить мясо, чеснок, толченый с солью, смесь сухих пряных трав и на слабом огне потомить 5—10 мин. Перед подачей на стол посыпать мелко нарезанной зеленью.

## ***Говядина, тушенная по-абхазски***

Компоненты: — говядина — 1 кг, жир — 100 г, аджика — 1 ст. л., чеснок — 5—6 долек, зелень киндзы — 5—6 веточек, соль, уксус и гранат — по вкусу.

Мякоть говядины очистить от пленки, промыть и порезать на кусочки, затем вместе с жиром положить в каленый чугунный котелок, накрыть крышкой и протушить в собственном соку. Зелень киндзы потолочь с солью, смешать с уксусом и аджикой. Полученной смесью приправить тушеное мясо, затем мясо положить на блюдо, посыпать зернами граната. К столу подается с любым из плодово-ягодных соусов (см. стр. 22).

## ***Фасоль с мясом***

Компоненты: фасоль в зернах — 150—200 г, мясо (говядина или баранина) — 500 г, лук репчатый — 2—3 головки, аджика — 1—1,5 ст. л., зелень киндзы — 7—8 веточек, чабер, мята и базилика — по 1—2 веточки, сельдерей — 2—3 веточки, соль и паста из алычи — по вкусу.

Предварительно подготовленную фасоль вместе с мясом нарезанным небольшими кусками, положить в котелок, залить холодной водой (5—6 ст.), довести до кипения, слить, снова залить холодной водой и варить до готовности, периодически снимая образующуюся пену. В процессе варки добавить мелко нарезанный лук, сельдерей. Готовое мясо вынуть из бульона, сваренную фасоль размять и приправить аджикой, солью, а для создания кислой среды добавить пасту-пюре (1—2 ч. л.) или кусочек алычевой пастилы (лаваша), затем добавить мелко нарезанную зелень (киндзы, мяты и т. д.), мясо проварить еще 7—10 мин., периодически помешивая деревянной ложкой. К столу подается вместе с зеленью, овощным салатом, соленьями.

## ***Баранина, жаренная по-абхазски***

Компоненты: — баранина (мякоть) — 500 г, сальник — 500 г, репчатый лук — 2—3 головки, барбарис — 50 г, зелень петрушки и укропа — по 3—4 веточки, аджика — 1 ч. л., соль — по вкусу.

Мякоть баранины очистить от пленки, промыть, нарезать кусочками и вместе с репчатым луком пропустить через мясорубку два раза, добавить аджику, сок барбариса, соль, мелко нарезанную зелень. Фарш вымешать и поставить на холод. Сальник подготовить, как и для говядины, жаренной по-абхазски, фарш сформовать в виде небольших котлет, завернуть в сальник, уложить на промазанную маслом сковородку и обжарить в духовке. Подается на стол с любым из плодово-ягодных соусов.

## ***Мясо, жаренное крупным куском***

Компоненты: мясо (баранина или говядина) — 1 кг, чеснок — 6—8 долек, аджика — 1 ст. л., соль и



гранатовый сок — по вкусу.

Кусок говядины или баранины (желательно корейку, лопаточную или тазобедренную часть) очистить от пленки, обмыть, нашпиговать чесноком, посыпать солью, положить в миску и поставить на холод на 1—2 ч. Затем надеть на вертел и жарить над раскаленными углями. В процессе обжаривания мясо периодически поливать аджикой, разведенной в гранатовом соке или черном вине. Готовое мясо положить на блюдо, посыпать зеленью киндзы. К столу подается с острым соусом.

### ***Ажы дзы — шашлык из свежего мяса***

Продукты на шашлык берутся по потребности. Мякоть баранины или говядины очистить от пленки, промыть и нарезать на кусочки весом 30—40 г, слегка посолить, перемешать, нанизать на вертел, чередуя с курдючным салом или внутренним жиром, и жарить над раскаленными углями. В процессе обжаривания мясо периодически сбрызгивать гранатовым соком или черным вином, приправленным аджикой. Готовое мясо снять с вертела, уложить на блюдо, украсить кольцами лука. К столу подается с острым плодово-ягодным соусом.

### ***Ажцаа дзы — копченое мясо, жаренное на вертеле***

Копченое мясо нарезать порционными кусочками (весом 40—50 г), нанизать на вертел и обжарить над раскаленными углями. Готовое мясо уложить на блюдо, украсить луком и зеленью. К столу подать с острым соусом.

Технологию приготовления копченого мяса см. в разд. «Заготовка продуктов впрок» (стр. 63).

### ***Козленок, жаренный (целиком) на вертеле***

Тушу козленка опалить, обмыть и обсыпать солью. Внутренности (печень, сердце, легкие) очистить (см. стр. 11), промыть, нарезать мелкими кусочками и смешать с размельченным кисломолочным сыром, тертым орехом, чесноком, толченым с солью, зеленью (в основном мятой и чабером). Полученной массой начинить козленка. Тушку надеть на вертел и жарить над раскаленными углями. Полуготовое мясо обмазать аджикой, слегка разбавленной гранатовым соком или черным вином, значительно реже — уксусом. Перед подачей на стол фарш вынуть, жареную тушу положить на блюдо и украсить фаршем. Отдельно подать острый соус.

Таким же способом можно жарить на вертеле и тушу ягненка.

### ***Амгуачапа***

Обработанные субпродукты (см. стр. 11) залить холодной водой и варить на медленном огне до готовности. Сваренный ливер вынуть из бульона, остудить и нарезать мелкими кусочками.

В чугунном котелке растопить жир, добавить аджику. В кипящий жир положить субпродукты, тщательно размешать и тушить в течение 1 ч, периодически помешивая. За 10 мин. до готовности приправить чесноком, толченым с солью; молотым чабером, зеленью киндзы. К столу подать в горячем виде.

### ***Субпродукты в луково-томатном соусе***

Сваренные субпродукты (1 кг) остудить и нарезать мелкими кусочками. В чугунном котле спассировать нашинкованный репчатый лук (2—3 головки), добавить аджику (1 ст. л.) и томат-пюре (1 ст. л.), размешать, жарить в течение 10—15 мин. Затем долить 1 стакан бульона или горячей воды, довести до кипения, положить мелко нарезанные субпродукты, тщательно размешать, накрыть крышкой и протушить в течение 5—10 мин. Перед снятием с огня приправить толченым чесноком с солью, смесью сухих пряных трав. К столу подать в горячем виде, посыпав зеленью киндзы.

### ***Шашлык из бараньих субпродуктов***

Свежие бараньи печень, сердце, легкие подготовить для кулинарной обработки (см. стр. 11), тщательно промыть, нарезать дольками (по 25—30 г), положить в миску, посыпать красным молотым перцем, солью и перемешать. Затем нанизать на вертел и жарить над раскаленными углями до полуготовности, после чего завернуть в диафрагму, перевязать ниткой и продолжать жарить до готовности. Готовый шашлык уложить на блюдо и украсить кольцами лука и зеленью

киндзы и укропа. Отдельно подать острый соус.

### ***Атубар — сальтисоны (копченые), жаренные на вертеле***

Атубар — своеобразные копченые колбаски, приготовленные из бараньего желудка и курдючного сала или сальника. Обычно, атубар нанизывают на вертел и жарят над раскаленными углями, можно пожарить и на сковороде. К столу подают в горячем виде и обязательно с острым соусом. Раскладку продуктов на атубар см. в разд. «Заготовка продуктов впрок» (стр. 64).

## **ДОМАШНЯЯ ПТИЦА**

### ***Акутеицарш — курица под ореховым соусом***

Компоненты: курица — 1 шт. (желательно до 1 кг), орехи очищенные — 350 г, репчатый лук — 2—3 головки, чеснок — 3—4 дольки, аджика — 1 ст. л., жир — 50—70 г, зелень киндзы — 1 пучок, смесь сухих пряных трав — 1 ч. л., уксус, гранатовый сок и соль — по вкусу.

Подготовленную тушку курицы нарезать на порционные куски, положить в кастрюлю, залить холодной водой и варить на медленном огне, периодически снимая пену. Готовое мясо вынуть, переложить в чугунный котелок, добавить сливочное (топленое) масло, мелко нарезанный лук, аджику и протушить в течение 5—10 мин.

Орехи пропустить через мясорубку 2—3 раза; чеснок, соль и зелень киндзы потолочь в ступке, смешать с молотыми орехами, развести 3 стаканами теплого бульона. Полученным соусом залить мясо и варить в течение 10—15 мин. периодически помешивая. За 2—3 минуты до готовности добавить уксус или гранатовый сок. К столу подать в горячем виде.

### ***Акучмшыицарш — цыпленок под томатным соусом***

Компоненты: цыпленок — 1 шт. (400—500 г), масло — 70 г, свежие помидоры — 200 г, аджика — 1 ч. л., чеснок — 2—3 дольки, репчатый лук — 1—2 головки, зелень киндзы, петрушки, укропа — по 2—3 веточки, соль — по вкусу.

Обработанную тушку цыпленка разрезать на порционные куски, положить в алюминиевую кастрюлю или котелок с разогретым сливочным маслом и протушить. Затем добавить нашинкованный лук и, как только лук подрумянится, добавить свежие помидоры, нарезанные кружочками, аджику, толченый чеснок и тушить 15—20 мин. За 5 мин. до готовности положить мелко нарезанную зелень.

### ***Курица или индейка, жаренные на вертеле***

#### ***1-й вариант***

Продукты берутся по потребности. Обработанную тушку курицы или индейки промыть в холодной проточной воде. Перед жарением старую курицу или индейку можно отварить до полуготовности, посыпать солью, надеть на вертел и жарить над раскаленными углями. В процессе жарения тушку снаружи смазать аджикой и периодически поливать бульоном. Готовую курицу нарезать порционными кусками, разложить на тарелке и подать с острым соусом (асызбал) из алычи, барбариса или помидор.

#### ***2-й вариант***

Подготовленную тушку курицы обсыпать солью, начинить чесноком, толченым с солью и 1—2 веточками чабера, надеть на вертел и жарить над раскаленными углями. Готовую курицу разрезать на порционные куски, разложить на тарелке. Отдельно подать острый соус.

### ***Цыпленок, жаренный на вертеле по-абхазски***

Компоненты: цыпленок — 300—500 г, кисло-молочный сыр — 50 г, чеснок — 1—2 дольки, аджика — 1 ч. л., зелень мяты и чабера — 2—3 веточки.

Выпотрошенную тушку цыпленка промыть в холодной проточной воде, обсушить, обмазать аджикой. Потроха (желудок и печень) мелко нарезать, смешать с размельченным кисломолочным сыром, аджикой, толченым чесноком и зеленью. Этой смесью начинить цыпленка, надеть на вертел и жарить над раскаленными углями до готовности. К столу можно подать как в целом виде, так и порционными кусками. На вертеле жарят и дичь.

### ***Цыпленок, жаренный на сковороде***

Обработанного цыпленка разрезать вдоль по грудке, распластать, смазать аджикой, положить на сковороду с разогретым маслом и жарить под прессом, периодически поливая выделяющимся соком.

## **РЫБНЫЕ БЛЮДА**

### ***Форель, жаренная на вертеле***

Выпотрошенную форель промыть, посолить и поставить на холод на 10—15 мин., затем надеть на вертел и жарить над раскаленными углями, постоянно вращая. В процессе жарения рыбу смазать аджикой, смешанной с толченым чесноком и уксусом. Жареную рыбу уложить на тарелку и посыпать зеленью киндзы и мелко нарезанным луком. К рыбе подать любой из плодово-ягодных острых соусов.

### ***Рыба (форель, барабулька, кефаль и пр.), жаренная на сковороде***

Обработанную рыбу посолить и оставить на 10—15 мин., затем обвалить в пшеничной муке и жарить на растительном масле. Готовую рыбу выложить на тарелку и украсить зеленью. Отдельно подать острый соус.

## **БЛЮДА ИЗ ЯИЦ И СЫРА**

К абхазскому столу яйца подают вареные всмятку, вкрутую или яйца «в мешочке». Чтобы сварить яйца «в мешочке», их кладут по одному в подсоленную кипящую воду и варят в течение 2—3 мин. Очень вкусны и питательны яйца, испеченные в золе. Из яиц и сыра абхазы готовят различные блюда.

### ***Акутагджи — яичница по-абхазски***

Компоненты: яйца — 3 шт., аджика — 3 г, сливочное масло — 15 г.

Яйца взбить с аджикой, вылить на сковороду с разогретым сливочным маслом и жарить в течение 1—2 мин. Готовую яичницу подать в горячем виде.

### ***Акурчача — яичница с сыром и орехом***

Компоненты: яйца — 5 шт., кисломолочный сыр — 100 г, репчатый лук — 1—2 головки, орехи — 50 г, чеснок — 2—3 дольки, зелень мяты и киндзы — по 3—4 веточки, ореховое масло — 1 ст. л.

Мелко нарезанный репчатый лук спассеровать на ореховом масле, добавить размельченный кисломолочный сыр с аджикой, через минуты две влить взбитые яйца. После этого сковородку продержать на огне 1—2 минуты. Яичницу с сыром остудить.

Очищенные орехи, чеснок и зелень (мяту и киндзу) пропустить через мясорубку (два раза) и смешать с яичницей с сыром. Подать с горячей мамалыгой.

### ***Яичница с сыром***

Компоненты: яйца — 5 шт., кисломолочный сыр — 80—100 г, сливочное масло — 35—40 г, аджика — 1 ч. л.

Яйца, взбитые с аджикой, смешать с размельченным кисломолочным сыром или мелко нарезанным сулугуни, вылить в сковородку с разогретым маслом, через 1—2 минуты сковороду снять с огня. Подать в горячем виде.

### ***Ашвхы — кисломолочный сыр с орехом и аджикой***

Компоненты: кисломолочный сыр — 100 г, очищенные орехи — 50 г, аджика — 1 ч. л., чеснок — 2—3 дольки, зелень киндзы и мяты — по 2—3 веточки, соль — по вкусу.

Орехи, чеснок и зелень пропустить через мясорубку, смешать с размельченным кисломолочным сыром, традиционно сыр, орехи, чеснок и зелень растирают на специальном камне. Подать с горячей мамалыгой.

### ***Ашвркучы — кисломолочный сыр с мятой и аджикой***

Компоненты: кисломолочный сыр— 100 г, аджика — 1 ч. л., мята — 2—3 веточки, киндза — 3—4 веточки.

Кисломолочный сыр размельчить, приправить аджикой, мелко нарезанной мятой и киндзой. Подать с горячей мамалыгой.

### ***Ашвчапан или ашвчашв — сыр с острым соусом из кислого молока***

Компоненты: сыр — 500 г, кислое (квашеное) молоко — 0,5 л, аджика — 1 ч. л., зелень мяты и киндзы — по 7—8 веточек.

Ашвчапан — своеобразный сыр, т. е. сулугуни, с начинкой из кисломолочного сыра, приправленный толченой мятой и аджикой. Сыр нарезать на порционные куски и залить острым соусом из кислого (квашеного) молока (см. стр. 25). К столу подается с горячей мамалыгой.

Способы приготовления ашвчапан см. в разд. «Заготовка продуктов впрок».

### ***Ачаюр или ашвцыгра — бурдючный сыр, приправленный аджикой и мятой***

Компоненты: пастообразный сыр (ачаюр) — 100 г, аджика — 1 ч. л., зелень мяты — 3—4 веточки.

Пастообразный бурдючный сыр размять, приправить аджикой и мелко нарезанной мятой. К столу подается с горячей мамалыгой.

Раскладку продуктов на ачаюр см. в разд. «Заготовка продуктов впрок» (стр. 64).

### ***Ахача — творожистая масса, приправленная аджикой и мятой***

Компоненты: ахача — 100 г, аджика — 1 ч. л., зелень мяты — 3—4 веточки.

Сыворотку, оставшуюся после приготовления кисломолочного сыра, кипятить в течение примерно 20—30 мин., затем остудить, перелить в марлевый мешочек и дать стечь. Полученную творожистую массу (ахача) переложить на тарелку, приправить аджикой и мятой. К столу подать с горячей мамалыгой.

### ***Ашвхадзны — сыр (сулугуни), жаренный на вертеле***

Свежеприготовленный сыр (ашвлагун или ашвеилаца), так же, как и копченый (ашврюа), нарезать длинными ломтиками и нанизать на вертел, поджарить над раскаленными углями. Ломтики сыра можно поджарить и на сковороде с разогретым маслом. К столу подать с мамалыгой.

## **БЛЮДА МУЧНЫЕ, КРУПЯНЫЕ**

### ***Абыста — мамалыга***

Абыста — пресная, густая из кукурузной муки, мелкого и крупного помола, каша, заменяет абхамам хлеб. В прошлом варили, да и сейчас, из проса (чумизы). Готовят мамалыгу в котле, размешивают специальной деревянной лопаточкой — амхабыста или амхап.

Способы приготовления абыста различные.

### ***Ахудзбыста — мамалыга из проса (чумизы)***

Компоненты: просо (чумизы)— 1 стакан (200 г), вода — 4—5 стаканов (на 2—3 порции).

Зерна проса (чумизы) перебрать, промыть в проточной воде, всыпать в котел с кипящей водой и варить до готовности, периодически снимая пену. Разваренную крупу, не снимая с огня, тщательно перемешать деревянной лопаточкой, накрыть крышкой и протомить в течение 20—25 мин. до образования на стенках котла корочки (ачхуар). В процессе томления мамалыгу тщательно размешать еще 1—2 раза. Готовую мамалыгу еще раз размешать и разложить на тарелки традиционными порциями. Подается в горячем виде. При раскладывании мамалыги амхабысту (лопаточку) каждый раз опускают в холодную воду, чтобы мамалыга к ней не прилипла.

### ***Аигбыста — мамалыга из кукурузной крупы***

Компоненты: просеянная кукурузная крупа — 1—2 стакана, кукурузная мука мелкого помола — 2—2,5 стакана, вода — 4—5 стакана (на 2—3 порции).

Кукурузную крупу-сечку просеять, промыть в проточной воде, залить холодной водой, поставить на умеренный огонь и варить, периодически помешивая, пока крупа не уварится в кашеобразную массу. Последнюю заправить кукурузной мукой мелкого помола и тщательно размешать лопаточкой — амхабыстой. Доваривать и раскладывать мамалыгу из кукурузной муки так же, как и мамалыгу из проса.

### ***Абыста — мамалыга из кукурузной муки***

Компоненты: кукурузная мука мелкого помола — 2 стакана, вода — 4—5 стаканов (на 2—3 порции).

Кукурузную муку просеять, часть всыпать, помешивая, в горячую воду, чтобы не образовались комочки, а затем, периодически помешивая, варить до образования кашеобразной массы, заправить оставшейся мукой, тщательно вымесить, накрыть крышкой и протомить в течение 15—20 мин., после еще раз размешать и разложить по тарелкам.

### ***Ашларкунта — мамалыга, заправленная ореховым маслом***

Компоненты: кукурузная мука мелкого помола — 2—3 стакана, ореховое масло — 4—5 ст. л., вода — 4—4,5 стакана, соль — по вкусу (на 3—4 порции).

Мамалыгу сварить на подсоленной воде по предыдущему рецепту. Готовую мамалыгу размешать и выложить в глубокую миску, залить ореховым маслом, тщательно вымесить, затем несколько раз перетряхнуть, разложить на тарелки. Подается к столу в горячем виде.

### ***Аиладж — мамалыга, заправленная кисломолочным сыром***

Компоненты: кукурузная мука мелкого помола — 2—3 стакана, кисломолочный сыр — 500 г, вода — 4—5 стаканов, соль — по вкусу (на 2—3 порции).

Сварить мамалыгу на подсоленной воде по рецепту «мамалыга из кукурузной муки», накрыть крышкой и протомить в течение 25—30 минут. Затем выдержанный кисломолочный сыр (ашвадза), нарезанный длинными тонкими кусками, положив в готовую мамалыгу, вымешивать до тех пор, пока сыр и мамалыга не превратятся в однородную тягучую массу. Готовый аиладж разложить на тарелки традиционными порциями и подать на стол в горячем виде с кислым (квашеным) молоком и медом.

### ***Ачамыкуа — мамалыга с сыром, приготовленная на молоке***

Компоненты: кукурузная мука мелкого помола — 3—3,5 стакана, молоко — 3,5 стакана, вода — 1 стакан, кисломолочный сыр — 600 г, соль — по вкусу (на 3—4 порции).

В котел влить молоко, разбавленное водой, довести до кипения, положить 200 г размельченного сыра, соль и варить на умеренном огне. Спустя 15—20 мин. всыпать муку и, тщательно размешав, накрыть крышкой. Минут через 20—25 в мамалыгу положить оставшуюся часть сыра, нарезанного длинными и тонкими кусочками, и вымешивать, пока сыр и мамалыга не превратятся в однородную массу, а затем мамалыгу протомить еще 3—5 мин. Подавать в горячем виде с кислым (квашеным) молоком и медом.

### ***Апшвтрыкь — каша из кукурузной муки***

Компоненты: кукурузная мука мелкого помола — 50 г, молоко — 1 стакан, вода — 0,5 стакана, соль и сахар — по вкусу.

Кукурузную муку, непрерывно помешивая, обжарить на сковороде без масла до образования кремового цвета, всыпать тонкой струей в кипящую воду и, продолжая помешивать, варить примерно 10—15 мин. на слабом огне. Затем влить горячее молоко, соль и сахар, тщательно размешать и проварить еще 5—7 мин. Каша эта очень калорийная, ее можно использовать в детском питании.

### ***Ахудзкашь — пшенная каша на молоке***

Компоненты: пшено — 1 стакан, молоко — 3—3,5 стакана, вода — 1,5—2 стакана, соль и сахар — по вкусу.

Пшенная каша получается очень вкусной, если перебранную и промытую крупу сначала залить холодной водой и оставить на 1—2 ч, а затем, слив воду, варить до загустения. В разваренное

пшено влить горячее молоко, добавить соль, сахар и постоянно помешивая, проварить 5—7 мин., после чего накрыть крышкой и поставить для упревания на 10—15 мин. Отдельно подать кислое (квашеное) молоко.

### ***Асатлашь — рисовая каша на молоке***

Компоненты: рис — 1 стакан, молоко — 2— 2,5 стакана, вода — 2 стакана, соль, сахар и другие приправы — по вкусу.

Рис перебрать, промыть, отварить на воде. В разваренный рис влить горячее молоко, добавить соль, сахар и проварить 5—7 мин., затем накрыть крышкой и протомить на слабом огне 3—5 мин. Отдельно подать кислое (квашеное) молоко и мед.

### ***Акуакуар — колобки из кукурузной муки с сыром***

Компоненты: кукурузная мука — 4 стакана, пшеничная мука — 1 стакан, кисломолочный сыр — 500 г, яйцо — 1 шт., вода — 2—3 стакана, соль — по вкусу.

Кукурузную муку мелкого помола слешать с пшеничной мукой, влить яйцо и теплую подсоленную воду, замесить тесто и оставить для расстойки в тепле на 2—3 ч. Готовое тесто скатать в виде колбаски, нарезать на куски толщиной в 2—3 см, придать им округлую форму. На лепешки положить начинку (размельченный кисломолочный сыр с чабером), края соединить, защипить, лепешки слегка приплюснуть. Готовые колобки положить рядами на сковороду с маслом и печь в горячей духовке. Подавать с кислым (квашеным) молоком. Колобки можно также начинить тертыми грецкими орехами, смешанными с сахаром или медом.

### ***Ахуажв — вареные хлебцы из кукурузной муки с сыром***

Компоненты: кукурузная мука — 3 стакана, пшеничная мука — 1 стакан, кисломолочный сыр — 500 г, вода — 2—3 стакана, соль и толченый чабер (ацыбра) — по вкусу.

Способ приготовления и разделка теста, начинка для хлебцев (ахуажв) такие же, как и для акуакуар. Только с той разницей, что эти хлебцы, начиненные кисломолочным сыром, обычно варят в подсоленной воде. Подают также горячими и с кислым (квашеным) молоком, медом и пр.

### ***Ахампал — галушки по-абхазски***

В кукурузную или просяную муку мелкого помола 2—3 ст. влить теплую подсоленную воду, впустить 1 желток и замесить мягкое тесто, скатать в виде колбаски, нарезать на куски толщиной 4—5 см, каждому из них придать конусообразную форму, опустить в слегка подсоленную кипящую воду и варить при слабом кипении примерно 15—20 мин. Когда готовые хлебцы всплывут на поверхность, переложить их шумовкой в дуршлаг или на сито и дать стечь. По желанию ахампал можно положить в миску с разогретым сливочным маслом и несколько раз перетряхнуть. К столу подать в горячем виде с кислым (квашеным) молоком, сметаной или горячим молоком.

## **ИЗДЕЛИЯ ИЗ ТЕСТА**

### **АМГЪАЛ — ЧУРЕК**

*Амгъал (чурек)* — лепешка из просяной или кукурузной муки — выпекают на плите или в духовке. Традиционно чурек пекут в каменной сковороде (аплакъ) на раскаленных углях непосредственно в очаге.

В зависимости от того, как замешано тесто на чурек— с добавками и без добавок — различают: амгъал — из теста без добавок; ашвмгъал — из теста, вымешанного с сыром; арыцмгъал — в тесте рубленные или молотые орехи; ацхамгъал — из теста, подслащенного медом. Итак, тесто для чурека замешивается на воде, сыворотке или кислом (квашеном) молоке. Особенно вкусный чурек получается из теста, приготовленного из смеси кукурузной муки с просяной на сыворотке и выдержанного 8—10 часов.

Амгъал заменяет мамалыгу, хлеб, а также подается в виде закуски.

### ***Амгъал — чурек из кукурузной муки***

Компоненты: кукурузная мука мелкого помола — 3 стакана, вода или сыворотка — 2— 3 стакана, соль — по вкусу.

Кукурузную муку просеять холмиком, сделать в нем углубление, туда влить теплую подсоленную воду или сыворотку, замесить тесто и, накрыв, оставить в тепле на 2—3 часа. Затем тесто выложить на сковороду с разогретым маслом. Чтобы чурек не потрескался при выпечке, поверхность разравнивать мокрой ладонью. Амггал вкуснее в горячем виде.

### ***Ашвмггал — чурек с сыром***

Компоненты: кукурузная мука мелкого помола — 3 стакана, пшеничная мука — 1 стакан, кисломолочный сыр — 500 г, яйца — 2 шт., вода, кислое молоко или сыворотка — 1,5—2 стакана, соль и сливочное масло — по вкусу.

Кукурузную муку смешать с пшеничной мукой, просеять холмиком, сделать в нем углубление, влить туда либо воду, сыворотку, либо кислое молоко, разбавленное водой, добавить яйца и соль и замесить тесто. Затем в тесто добавить размельченный кисломолочный сыр или мелко нарезанный сыр-сулугуни, хорошо вымесить, накрыть полотенцем и поставить в тепло для расстойки. Готовое тесто выложить на сковороду, смазанную маслом, разровнять и печь в духовке.

### ***Ацхамггал — чурек с медом***

Компоненты: кукурузная мука мелкого помола — 3 стакана, мед — 70—80 г, вода — 1,5 стакана, соль и другие компоненты — по вкусу.

Кукурузную муку смешать с просяной или пшеничной мукой (примерно 100—150 г), сделать в муке углубление, влить мед и теплую подсоленную по вкусу воду и замесить тесто. Затем тесто накрыть полотенцем и оставить в тепле на 2—3 ч. Печь на сковороде, смазанной маслом, в духовке. Подать в горячем виде с кислым (квашеным) молоком.

### ***Арыцмггал — чурек с орехом***

Компоненты: кукурузная мука мелкого помола — 4 стакана, пшеничная мука — 1 стакан, грецкие орехи — 150 г, вода — 2—3 стакана, мед или сахар — 50 г, соль — по вкусу.

Способ приготовления теста такой же, как и для чурека с медом. Предварительно пропущенные через мясорубку или мелко порубленные грецкие орехи смешать с медом или сахаром. Тесто разделить на две равные части. Одну часть выложить на смазанную маслом сковороду, разровнять и положить на нее ореховую начинку, накрыть вторым слоем теста, разровнять руками. Печь на сковороде, смазанной маслом в духовке. Готовый чурек подать в горячем виде с кислым молоком.

### ***Ачашв — пирог с сыром***

#### *1-й вариант*

Компоненты: на 1 пирог — пшеничной муки — 3—3,5 стакана, яйца — 2 шт., вода — 1,5 стакана, соль — по вкусу. Начинка: кисломолочный сыр — 300—350 г.

Тесто для ачашв замешивается на воде без каких-либо разрыхлителей (сода, кислого молока и пр.). Пшеничную муку просеять, сделать в ней воронку, влить 1 сырое яйцо, теплую подсоленную воду, замесить тесто, накрыть его полотенцем и поставить в теплое место на 2—3 ч. для расстойки.

Кисломолочный сыр промыть, отжать, размельчить и посолить (в начинку, обычно, добавляют молотые семена чабера (ацыбра)).

Тесто перед разделкой обмять, поделить на 2 равных куса, каждый из них раскатать на округлые пласты толщиной в 1 см. На одну из лепешек положить сырную начинку и, разровняв, накрыть её другой лепешкой. Затем, защипив края лепешек, пирог уложить на разогретую сковороду с маслом (25—30 г), смазать яичным желтком, разбавленным в холодной воде, сделать сверху небольшой надрез и поставить печь в горячую духовку. Ачашв подают в горячем виде.

#### *2-й вариант*

Компоненты: пшеничная мука — 3—3,5 стакана, цельное молоко — 1,5 стакана, сливочное масло — 50 г, яйца — 1 шт., сахар — 5 г, дрожжи — 15 г, соль и другие приправы — по вкусу. Начинка: кисломолочный сыр — 300—350 г, сливочное масло — 50 г, яйцо — 1 шт.

В теплой воде (0,5 стакана) развести дрожжи, добавить 1 стакан пшеничной муки и сахар, размешать, накрыть и поставить в тепло на 15—20 мин. Затем в слегка подогретое подсоленное молоко (по желанию молоко можно смешать со сметаной в равном соотношении), влить разведенные дрожжи и тщательно размешать. Пшеничную муку просеять, сделать в ней воронку, влить туда молоко с дрожжами, добавить слегка размягченное сливочное масло, один желток,

взбитые белки и замесить тесто так, чтобы оно не липло к рукам. Вымешанное тесто накрыть полотенцем и поставить в теплое место на расстойку примерно на 2—3 ч. Тем временем подготовить начинку: кисломолочный сыр, желативно одно- двухдневной выдержки, промыть и отжать, размельчить, добавить к нему разогретое сливочное масло и желток, и все тщательно размешать. Дальнейшие процессы разделки теста, формовки и выпечки такие же, как и в первом варианте.

### *3-й вариант*

Компоненты: пшеничная мука — 500 г, кислое (квашеное) молоко — 1 ст., сметана — 0,5 ст., сода — 1 ч. л., сливочное масло — 100 г, яйца — 2 шт., соль — по вкусу, уксус — 1 ч. л. Начинка: кисломолочный сыр — 600—650 г, масло — 100 г, яйца — 1 шт.

Пшеничную муку просеять холмиком, сделать в нем углубление, туда влить слегка подогретое квашеное молоко со сметаной, впустить 1 желток, взбитый белок, размягченное масло, добавить соду, погашенную в ук-сусе, и замесить тесто. Затем тесто накрыть полотенцем и поставить в тепло на 3—4 часа.

Готовое тесто обмять, распластать руками, положить на него начинку, приготовленную по рецепту 2-го варианта, края лепешки, постепенно забирая, стянуть к середине и защипить. Сформованный пирог уложить на теплую, подмасленную сковороду, разравнять, смазать желтком, разведенным в холодной воде, по центру сделать легкий надрез и выпекать в горячей духовке.

### ***Ачаджь — пирожки с сыром***

Компоненты: пшеничная мука — 3,5 стакана, цельное молоко — 1 ст., вода — 1 ст., яйца — 1 шт., сливочное масло — 50 г, дрожжи — 15 г, сахар — 1 ст. л., соль и другие приправы — по вкусу. Начинка: кисломолочный сыр — 350 г, сливочное масло — 50 г, яйца — 1 шт.

Дрожжи, сахар и 1 ст. л. пшеничной муки развести в 1 ст. теплой воды и поставить в тепло на 10—15 мин. Пшеничную муку просеять горкой, сделать в ней углубление, влить в него молоко, 1 желток, взбитый белок, разогретое масло, разведенные дрожжи и замесить тесто. Затем тесто укутать и поставить в тепло на 2—3 ч. Тем временем подготовить начинку: размельчить кисломолочный сыр, влить яйцо, добавить сливочное масло, соль по вкусу, все это тщательно перемешать. Готовое тесто тонко раскатать, вырезать кружки диаметром 4 см, положить на каждый из них по 1 ст. л. начинки, края кружков соединить и защипить. Пирожки обжарить в кипящем растительном или топленом масле. Подают с кислым молоком, медом.

### ***Ачахалажз — вареники с сыром***

Компоненты: пшеничная мука — 3—4 стакана, яйца — 1 шт., вода — 1 стакан, соль — по вкусу. Начинка: кисломолочный сыр — 250—300 г, масло сливочное — 50 г, чабер сушеный — 1 ч. л., соль — по вкусу.

В просеянной пшеничной муке сделать воронку и влить в нее теплую подсоленную воду, впустить желток и замесить тесто. Кисломолочный сыр размять или натереть, добавить растопленное сливочное масло, чабер, соль и тщательно перемешать. Тесто тонко раскатать, вырезать кружки диаметром 4 см, на каждый положить по 1 ст. ложке начинки, края кружков соединить и защипить. Затем вареники опустить в подсоленный кипяток и варить 10—15 мин. Готовые вареники полить растопленным сливочным маслом и подать к столу с кислым молоком, сметаной, медом.

### ***Абаклауа — баклава или пахлава по-сухумски***

Компоненты: пшеничная мука — 1,2 кг, молоко — 1 л, грецкие орехи — 350 г, яблоки — 350 г, яйца — 5 шт., сливочное масло — 300 г, мед — 300 г, сахарный песок — 300 г, дрожжи — 15 г, сахарная пудра, соль и корица — по вкусу.

В теплом молоке развести дрожжи, добавить сахар и оставить в тепле на 10—15 мин. В просеянной пшеничной муке сделать углубление, в него влить разведенные дрожжи, желтки, растертые с сахаром, ввести взбитые белки, добавить корицу и соль. Все это тщательно вымесить и оставить в тепле на 1—2 ч. Пока тесто подходит, подготовить начинку: ядра грецких орехов посечь ножом и смешать с сахаром; яблоки, очистив от кожицы, разрезать на 4 части, вынуть сердцевину, нарезать ломтиками, посыпать сахаром, добавить 1—2 ст. л. воды и потушить в течение 15—20 мин., периодически помешивая. Тесто разделить на 10—12 кусков, каждый раскатать на размер листа, толщиной до 3 мм и смазать маслом. Первый слой уложить на противень, смазанный маслом, посыпать одной третью ореховой начинки, накрыть следующими тремя слоями теста, и снова орехи, и снова три слоя теста, а затем — яблочная начинка и



последний слой теста, который смазывается яичным желтком, разбавленным холодной водой. Сформованный пирог поставить в горячую духовку. Через 20—25 мин. вынуть его из духовки, нарезать ромбиками (8Х4 см), полить теплым сиропом из меда, вновь поставить в духовку и печь до готовности (еще 35—40 мин.). Подать в холодном виде.

### ***Акуакуар — медовое печенье***

#### *1-й вариант*

Компоненты: пшеничная мука — 500 г, яйца — 2 шт., мед — 250 г, вода — 0,5 стакана, топленое масло — 150 г, соль — по вкусу.

В глубокую миску влить мед, воду, впустить три желтка и взбитые белки, добавить соль и все перемешать.

Затем туда просеять муку высшего сорта и замесить тесто. Готовое тесто выложить на доску, раскатать в пласт толщиной до 3 мм, разрезать его на кусочки (3Х4 см) и скатать шарики величиной с грецкий орех. Тем временем в чугунном котле вскипятить топленое масло, бросить туда шарики и обжарить. Подать с квашеным молоком.

#### *2-й вариант*

Компоненты: пшеничная или кукурузная мука — 500 г, мука из каштана — 500 г, мед — 500 г, яйца — 3 шт., вода — 0,5 стакана, соль — по вкусу. Жир берется по потребности.

В каленом чугунном котле обжарить расколотые каштаны, остудить, очистить от скорлупы и помолоть на ручной мельнице. Пшеничную или кукурузную муку просеять и смешать с каштановой, добавить мед, яичные желтки и замесить тесто. Из готового теста так же, как и в 1-м варианте, скатать шарики и обжарить в кипящем жире.

Медовое печенье хранится долго, в старину его использовали в качестве дорожной провизии.

### ***Ацхаршвы — блюдо из кукурузной муки и меда***

Компоненты: просяная или кукурузная мука — 1 кг, мед — 300—350 г, вода — 1—2 стакана, соль и жир — по вкусу.

В котел влить воду, мед, немного жира и варить довольно долго. В кипящий сироп, непрерывно помешивая, всыпать струйкой просяную или кукурузную муку (желательно из обжаренной кукурузы) и сварить густую кашу. Затем кашу накрыть крышкой и протомить в течение 40—50 мин. Готовое ацхаршвы выложить на поднос и разравнять.

### ***Ахалуа — халва по-абхазски***

Компоненты: пшеничная мука — 2,5 стакана, сливочное или топленое масло — 150—200 г, сахар или мед — 100 г, вода — 1,5—2 стакана, кисломолочный сыр — 300 г.

В котле растопить масло, непрерывно помешивая, постепенно всыпать муку и, продолжая помешивать, обжарить ее на медленном огне до образования однородной рассыпчатой массы светло-коричневого цвета.

Мед или сахар залить холодной водой, прокипятить. Непрерывно помешивая, в обжаренную муку влить теплый сироп. После образования вязкой однородной массы 3—5 мин. котел продержать на огне. Готовую халву выложить на плоскую тарелку, разровнять, нарезать ромбиками (примерно 4—6 см).

В халву по-абхазски, по желанию, в конце варки можно добавить кисломолочный сыр, нарезанный тонкими полосками. Подается в холодном виде с квашеным молоком.

## **МОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ**

### ***Ашвадза — кисломолочный сыр***

Компоненты: цельное молоко — 5 л, сычужная закваска — 50 г.

Парное коровье, буйволиное или козье молоко процедить в котел, слегка подогреть, влить сычужную закваску (ацардзы), тщательно размешать, накрыть крышкой и поставить в тепло для створаживания. Как только молоко загустеет и окончательно осядет, котел поставить на слабый огонь и медленными движениями рук размешивать до тех пор, пока на поверхности не появится зеленовато-прозрачная сыворотка. После того, как сырная масса осядет на дно, осторожно собрать ее руками в комок, отжать, положить в миску, расплющить, минут через 40—50 сыворотку

слить, а сыр, желательнo, переложить в плетеную корзину (ахуарты), чтобы стекла жидкость. Затем сыр выдерживают 1—2 дня для созревания, после чего его можно использовать в качестве начинки, а также для приготовления рассольных и других сыров.

Сыр из овечьего молока (ахмасиа) готовят несколько иным способом. В парное овечье молоко кладут небольшой кусочек высушенного сычуга сосунка и оставляют в тепле для створаживания. Затем створожившуюся массу перекалывают на плетеный настил (ашвымкьат) и дают стечь. Готовый сыр солят и к столу подают в свежем виде.

### ***Ашвлагуан или а швей л аца — рассольный сыр***

Компоненты: кисломолочный выдержанный сыр — 1 кг, вода — 1,5 л, соль — по вкусу.

Созревший кисломолочный сыр (ашвадза) промыть в холодной воде, нарезать на куски (1,5—2 см толщиной), опустить в крутой кипяток, накрыть крышкой и оставить на 2—3 мин. Затем воду слить, образовавшуюся тягучую сырную массу тщательно размешать деревянной мешалкой и обеими руками свернуть в клубок. Уплотненное сырное тесто положить в плоскую миску, предварительно посыпанную солью, расплатать ладонью. При данной раскладке продуктов получается головка сыра (ашвах) диаметром 20—25 см, толщиной 3—3,5 см, весом 800—900 г.

Готовый ашвлагуан посыпать солью и поставить в прохладное место. Сформованную головку сыра после двух-трехдневной выдержки следует поместить в деревянную кадку или глиняный горшок с сывороточным рассолом (аджикдзырдз). Ашвлагуан подают к столу в свежем и копченom виде и едят в основном с мамалыгой.

### ***Ашвачпан или ашвачашв — рассольный сыр с начинкой под острым соусом***

Компоненты: кисломолочный сыр— 1,5 кг, квашеное молоко — 1 л, аджика — 1 ст. л., зелень мяты и киндзы — по 1 пучку, соль — по вкусу.

Способ приготовления сырного теста такой же, как для ашвлагуан. Однако оригинальность этого сыра заключается в том, что он готовится с начинкой из кисломолочного сыра, а также с острым соусом из квашеного молока.

Созревший кисломолочный сыр нарезать тонкими кусками, залить кипятком и оставить на 2—3 мин. Потом воду слить, а сырную массу размешать до получения однородного слоистого теста. Подготовленное сырное тесто положить в миску с широким дном и разровнять. Затем положить начинку из размельченного кисломолочного сыра с толченой мятой и солью, после чего края сыра стянуть на середину, соединить и, чтобы начинка не рассыпалась, сверху срезать ножом, ладонью разровнять сыр, придав ему округло-плоскую форму.

Перед подачей сыр нарезать и залить острым соусом из квашеного молока (см. стр. 25).

### ***Ашвырхв — сырные бублики***

Компоненты: кисломолочный сыр — 500 г, соль — по вкусу.

Кисломолочный выдержанный сыр промыть, нарезать на куски, залить крутым кипятком и оставить на 3—5 мин., пока сыр не начнет плавиться. После этого слить воду, из тягучей сырной массы наготовить полоски в 1—2 см толщиной, длиной 30—40 см, погрузить их в подсоленную сыворотку на 30—40 мин., затем слить сыворотку, полоски подсушить, попарно сплести в жгутики и свернуть в виде бубликов.

Сырные бублики можно подать к столу с острым соусом из кислого молока, а для длительного хранения их желательнo прокоптить над очагом.

### ***Ачаюр или ашвыцыгра — пастообразный бурдючный сыр***

Компоненты: квашеное молоко — 1 л, парное молоко— 1 л, кисломолочный сыр— 1,5—2 кг, соль — по вкусу.

В бурдюк (ахата) емкостью 6—8 л слить кислое и парное молоко и, добавив размельченного кисломолочного сыра и соли, затянуть его и подвесить над очагом примерно на высоте 1,5—2 м. А через каждые два дня доливать такое же, как и в первый день, количество кислого и парного молока. Процесс доливания следует продолжать до тех пор, пока бурдюк не наполнится. Затем бурдюк плотно затянуть, тщательно взболтать и снова подвесить над очагом.

Примерно через месяц на стенках бурдюка выступают капельки жидкости — признак готовности ачаюра—густого пастообразного сыра, кисловатого на вкус.

Готовый сыр переложить в глиняный горшок или эмалированную кастрюлю и хранить в прохладном месте. Оставшуюся жидкость с кислинкой на вкус приятно пить вместо воды. Этот сыр

еще называют ашвцыгра или ахатаршвы.

### ***Ахача — творожная масса из осажденной сыворотки***

Сыворотку, оставшуюся после снятия свежемолочного сыра, кипятят до оседания из нее зернисто-белой массы. Затем, остудив, сыворотку перелить в марлевый мешочек и дать стечь. Отцеженную творожную массу переложить в миску. Перед подачей на стол сдабривают аджикой, пряной зеленью (мятой и киндзой) и едят с горячей мамалыгой. Ахача — скоропортящийся продукт, хранить рекомендуется не более 2—3 дней в прохладном месте.

### ***Аххьал или ахшца — молочный напиток***

Абхазы, как правило, непосредственно парное молоко не потребляют. Однако из него готовят своеобразный молочный напиток аххьал или ахшца, который готовится двумя способами. В первом случае в деревянную кружку — ачакуа, емкостью до 1 л, наливают примерно 2,2—3 стакана горячего молока, смешивают его со свеженадоемным и сразу же в теплом виде пьют. Во втором случае на дно деревянной кружки кладут предварительно нагретый на углях очага гладкий речной или морской камень, на него надаивают козье молоко. Вспенившееся от соприкосновения с горячим камнем молоко сразу пьют. Такое молоко обладает целебными свойствами.

### ***Ахарцвы — кислое (квашеное) молоко***

Компоненты: цельное молоко — 1 л, закваска (квашеное молоко) — 1 ч. л.

Квашеное молоко — ахарцвы — национальный молочный продукт абхазов. Готовят его из коровьего или буйволиного молока. Процеженное цельное молоко кипятят на медленном огне в течение 5—10 мин., затем переливают в эмалированную или стеклянную посуду и, слегка остудив, в него добавляют 1 ч. л. закваски (квашеное молоко), размешивают молоко, накрывают крышкой, укутывают и оставляют на 3—4 часа в тепле. Заквасившееся кислое молоко (по желанию можно на некоторое время поставить на холод) подают на десерт, желателно с медом. Прежде молоко заквашивали в деревянных сосудах абкул или глиняных горшках — адыргьла.

### ***Ахуша — сливочное масло***

Компоненты: квашеное молоко — 2—2,5 л, цельное молоко и вода — по 0,5 стакана.

Двух-трехдневное кислое молоко (смесь коровьего с буйволиным) влить в бурдюк или трехлитровую банку, добавить теплое молоко, плотно закрыть и, раскачивая, сбивать масло. Для ускорения пахтания в кислое молоко в процессе сбивания добавляют теплую воду. Готовое масло переложить в миску, промыть в холодной воде.

### ***Ахушартва — топленое масло***

Компоненты: сливки — 1—2 л, вода — 1 ста-кан, пшеничная мука — 1 ч. л., соль — по вкусу.

В течение 10—15 дней в глиняный горшок или эмалированную кастрюлю сливать сливки, снятые с цельного молока, оставленного на ночь. Собранные сливки налить в котел или кастрюлю, добавить холодной воды, соль и на слабом огне варить 30—40 минут. Чтобы масло получилось золотистого цвета, за 10 мин. до конца варки всыпать 1 ч. л. пшеничной муки. Как только мука осядет на дно, масло снимают с огня и сливают в глиняный или стеклянный сосуд. Хранить в прохладном месте.

## **ЗАГОТОВКА ПРОДУКТОВ ВПРОК (копчения и соления)**

### ***Ашврьюа — рассольный сыр копченый***

Выдержанный в рассоле сыр — ашвлагуан—положить на плетеный настил (ачалт), повесить над очагом и коптить до тех пор, пока корочка его не станет красновато-коричневого цвета. Копченый сыр, заготовленный осенью, считается лучшим по вкусовым качествам и дольше сохраняется. В этих же целях для копчения лучше всего использовать дрова таких пород, как вяз, шелковица, ольха, а также древесную труху, опилки, кукурузные кочерыжки, крапиву.

### ***Атазыла — свежемолочный сыр копченый***

Свежемолочный сыр (ашвадза) спустя 4—5 часов после приготовления обильно посыпать солью, оставить на сутки под прессом, а затем положить на плетеный настил и коптить также, как ашвлагауан.

### ***А ж ь ц а а — мясо копченое***

Продукты берутся по потребности.

Абхазам издавна известны способы заготовки мяса впрок. Наиболее распространенным из них является копчение мяса (ажьцаа). Коптят мясо домашних и диких животных, пернатой дичи и домашней птицы, в особенности индеек. Копчение производят отдельными кусками и целыми тушами. Баранину и козлятину коптят целыми тушами: освежеванную тушу опалить, разрезать вдоль по грудке, распластать, на филейных частях сделать надрезы, обильно посыпать солью и оставить в прохладном месте для просаливания на 1—2 дня. Затем тушу повесить над очагом и коптить в течение 3—4 недель.

Говядину лучше коптить отдельными кусками: из мяса удалить кости, филейные части нарезать на куски в 3—4 см толщиной, посолить и оставить в прохладном месте на 2—3 дня. Перед копчением мясо опустить в кипящую воду и тут же вынуть. Это предохраняет мясо от порчи и придает ему хороший цвет. Обработанное мясо положить на плетеный настил и коптить над очагом, периодически переворачивая, в течение 8—10 дней.

### ***Копчение мяса птицы***

Готовую тушку индейки, желательна жирной, разрезать вдоль по грудке, обильно посыпать солью, оставить для просаливания на 1—2 дня в прохладном месте. Затем тушку положить на плетеный настил и коптить до готовности, периодически переворачивая. Таким же способом коптят тушки перепелок, фазана и другой пернатой дичи. Копченую дичь жарят на вертеле или сковороде.

### ***Атубар***

Компоненты: желудок (бараний)— 1 шт., курдючное сало или сальник — 500 г, чеснок — 8—10 долек, соль и другие приправы — по вкусу.

Курдючное сало или сальник промыть, нарезать мелко, смешать с толченым чесноком, посолить (можно приправить аджикой), плотно накрыть и оставить заготовленный фарш в прохладном месте на 40—50 минут.

Обработанный желудок (см. стр. 11) разрезать на квадратики (12X12 см), расправить их. На квадратики положить фарш, свернуть их в виде колбасок, перевязать бичевками, заготовленными из тщательно промытой тонкой кишки. Затем колбаски нанизать на фундучную палочку, повесить над очагом и коптить, пока не станет проступать жир — признак готовности. Перед подачей нанизать на вертел и жарить над раскаленными углями или же на сковороде.

### ***Агуыгуышв — копчение ливерной колбасы***

Компоненты: печень — 100 г, сердце — 100 г, легкие— 100 г, чеснок — 5—6 долек, жир — 100 г, аджика — 1 ст. л., смесь сухих пряных трав — 1 ст. л., соль — по вкусу.

Печень, сердце и легкие очистить, обработать (см. стр. 12), мелко порубить, смешать с мелко нарезанным курдючным салом, приправить аджикой, чесноком, толченым с солью, и смесью сухих трав, в основном кориандра и чабера, добавить, по желанию, немного (примерно 50 г) крови, затем фарш оставить на 1—1,5 часа для просаливания. После чего этим фаршем наполнить заранее обработанную толстую кишку. Концы последней соединить, связать, а затем ливерную колбасу повесить над очагом и коптить примерно 3—4 дня. Перед подачей жарят на вертеле.

### ***Акьапацаа — курдючное сало копченое***

Курдючное сало промыть, сделать надрезы, посыпать солью, толченной с чесноком, и оставить на некоторое время для просаливания. Затем сало натянуть на фундучные прутья (крест-накрест) и, повесив над очагом, коптить 2—3 дня. Жарить на вертеле или сковороде.

## **СЛАДКИЕ БЛЮДА**

К абхазскому столу на десерт, как правило, подаются свежие фрукты и сухофрукты, грецкие орехи, фундук, каштаны, патока (бекмез), инжир, вываренный в меде; пастила из инжира (алахарюа), аджанджухуа, татар (акалмышь), вареная тыква, кукуруза и пр.

### ***Абыкьмаз — патока из виноградного сусла с тыквой***

Компоненты: виноградное сусло — 3 л, тыква, очищенная от кожуры и семян — 500 г. Неперебродившее виноградное сусло влить в котел и варить на слабом огне в течение 6—7 часов (периодически снимая пенку), до образования сладкой студенистой массы коричневого цвета. При этом сок должен увариться на 1/3 первоначального объема. За 25—30 мин. до конца варки в кипящую патоку добавить тыкву, предварительно нарубленную кубиками или соломкой. Готовую патоку охладить и переложить в стеклянную или эмалированную посуду. Подавать в холодном виде с чуреком, варениками и пр.

### ***Аджанджухуа — низки орехов в киселе из виноградного сусла***

Компоненты: виноградное сусло — 3 л, кукурузная мука — 1 кг, очищенные грецкие орехи — по потребности, сахар — по вкусу.

Виноградное неперебродившее сусло влить в большой котел и варить на слабом огне в течение 5—6 часов, периодически снимая пенку. Если в виноградном сусле недостаточно естественной сладости, то в процессе варки по вкусу можно добавить сахар. Затем в вываренный сок, непрерывно размешивая, малыми порциями всыпать просеянную кукурузную муку мелкого помола и варить еще 5—7 мин. до образования киселеобразной массы (акалмышь). Ядра грецкого ореха, предварительно разделенные на 4 дольки, нанизать на нити длиной в 40—60 см. Готовые ореховые низки погружать в теплую желейную массу 4—5 раз, затем готовые аджанджухуа подвесить на перекладине и в течение 5—6 дней сушить на солнце.

Высушенный аджанджухуа хранить в сухом прохладном месте, обернув в марлю. Подается к столу на десерт. Оставшуюся желейную массу (акалмышь) разлить по тарелкам и подать на стол в холодном виде.

### ***Инжир, вываренный в меду***

Компоненты: инжир — 1 кг, мед — 500 г, вода — 2 стакана.

В котел влить мед и воду и проварить на слабом огне в течение 40—50 мин. Свежие плоды инжира (без трещин) промыть в холодной проточной воде, погрузить в кипящий мед и варить на слабом огне до готовности (примерно 2—2,5 ч.). На стол подается в холодном виде.

### ***Алахарюа — пастила из инжира***

Компоненты: инжир — 1 кг, сахар — 300 г, вода — 1 стакан.

Зрелые плоды инжира очистить от кожицы, положить в глубокую миску и тщательно размять. В алюминиевой кастрюле поставить варить сироп. Как только закипит, в него положить инжир. Варить на слабом огне в течение часа, периодически помешивая. Готовое пюре слегка охладить, затем выложить на деревянную доску или лист фанеры и сушить на солнце. Высушенную пастилу поддеть ножом и, свернув в трубку, хранить в сухом, прохладном месте.

### ***Варенье из инжира***

Компоненты: инжир — 1 кг, вода — 1,5—2 стакана, сахарный песок — 1,2 кг.

Плоды инжира крупные и мясистые, поэтому варенье следует варить 2—3 дня с выдержками. Зрелые плоды инжира без трещин помыть в холодной проточной воде, наколоть деревянной шпилькой, положить в эмалированный таз, залить теплым сиропом так, чтобы жидкость покрыла плоды, и поставить в прохладном месте на сутки. На другой день сироп слить, вторично прокипятить в течение 15—20 мин., а затем, слегка его охладив, вновь залить сиропом плоды и снова оставить на сутки. На третий день на слабом огне инжировое варенье варить до готовности, периодически снимая пенку. Готовое варенье охладить, разложить по стеклянным банкам и закрыть крышками. Хранить в сухом прохладном месте.

### ***Варенье из айвы***

Компоненты: айва — 1 кг, сахар — 1 кг, вода — 1—1,5 стакана.

Плоды айвы промыть, очистить от кожицы, нарезать дольками, залить теплым сиропом и оставить на сутки. Способ приготовления варенья из айвы такой же, как и для варенья из инжира.

### ***Варенье из алычи***

Компоненты: алыча— 1 кг, сахар— 1,2 кг, вода — 1 —1,5 стакана.

Плоды алычи перебрать, промыть, наколоть, залить теплым сиропом и оставить на сутки. Варенье из алычи и слив также варится с выдержками (в течение 2— 3 дней). В готовом варенье сироп должен быть янтарного цвета, а плоды не всплывают и должны быть целыми.

### ***Варенье из кизила***

Компоненты: кизил — 1 кг, сахар — 1 — 1,5 кг, вода — 2 стакана.

Способ приготовления варенья такой же, как для варенья из алычи.

### ***Повидло из яблок***

Компоненты: яблоки — 1 кг, сахар — 800 г, вода — 1—2 стакана.

Яблоки очистить от кожуры и сердцевин, нарезать мелкими дольками, положить в кипящий сироп и варить на слабом огне до полной готовности, периодически помешивая. Готовое повидло остудить и переложить в стеклянную посуду.

## **НАПИТКИ**

### ***Вино***

Традиционным напитком абхазов является вино.

Как при обычной трапезе, так и на пиршествах предпочитают натуральное черное вино из винограда Изабелла, значительно реже — из других местных сортов винограда.

В домашних условиях вино можно приготовить таким образом: зрелые ягоды винограда (примерно 10— 15 кг) тщательно отсортировать, промыть и поместить в деревянную кадку или эмалированную кастрюлю (без каких-либо изъянов), раздавить деревянным пестом, размешать, накрыть марлей и оставить в прохладном месте на 2—3 дня для брожения, притом в день 2— 3 раза размешивать. Затем виноградное сусло процедить через марлю, перелить в деревянную кадку и вновь поставить в прохладном месте. Через 2—3 дня сусло еще раз процедить и перелить в деревянный бочонок, поставить в прохладном месте и дать ему возможность еще раз осесть. Как только окончательно перебродившее виноградное сусло станет прозрачным, перелить в другой деревянный бочонок, закрыть плотно пробкой и хранить в прохладном месте.

Для сохранения хороших вкусовых качеств вино лучше всего держать в глиняных кувшинах (ахапшьа), зарытых в землю.

### ***Ажьырдызы — прохладительный напиток из винограда***

Компоненты: виноград — 1 кг, вода — 7 стаканов, сахар — по вкусу.

Перебранные ягоды зрелого винограда промыть, всыпать в глиняный кувшин, зарытый в землю, залить холодной водой, добавить сахар. Все это размешать, накрыть крышкой, для герметичности обмазать глиной. Срок брожения один месяц. Получается приятный на вкус шипучий напиток, утоляющий жажду. По мере потребления в кувшин доливать столько холодной воды, сколько отлито напитка. Таким же способом можно приготовить прохладительный напиток из плодов лавровишни (ашымхадзы) и дикой мушмулы (абацвдзы).

### ***Ацхадзюа — напиток из меда***

Компоненты: мед — 150—200 г, вода — 1л, лимон — по вкусу.

В горячую воду добавить мед, размешать и проварить 15—20 мин., затем остудить. К столу подать в холодном виде и, по желанию, в напиток можно положить 2—3 дольки лимона.

### ***Ахарцвдзюа — напиток из кислого (квашеного) молока***

Компоненты: квашеное молоко — 1л, вода — 2 стакана.

В кислое (квашеное) молоко влить холодную воду и размешать. Утоляет жажду.

## **СОКИ И КОМПОТЫ**

### ***Сок виноградный***

Продукты берутся по потребности.

Перебранные и промытые плоды зрелого винограда положить в деревянную кадку или эмалированную кастрюлю и тщательно размять, процедить несколько раз через марлю или сито и проварить на слабом огне 25—30 мин. Горячий сок влить в стерилизованную банку или бутылку и закатать.

### ***Компот из свежих плодов***

Продукты на компот берутся по потребности.

В кипящую воду всыпать сахар и варить в течение 15—20 мин. Затем в сироп опустить предварительно подготовленные яблоки, алычу, персики и пр. и варить на слабом огне до готовности. В конце варки можно добавить ежевику или малину.

### ***Компот из айвы и кизила***

Компоненты: на 1 л компота берется очищенной айвы 100 г, кизила — 100 г, сахара— 100 г.

Плоды айвы промыть, очистить от кожуры и нарезать дольками (примерно 2X3 см), положить вместе с кизилом в стерилизованную банку, залить горячим сиропом, накрыть крышкой и оставить на сутки. На второй день сироп слить, проварить в течение 30—40 мин., этим сиропом снова залить плоды, банки накрыть крышками и закатать.

### ***Компот из фейхоа***

Компоненты: фейхоа — 0,5 кг, вода — 2 л, сахар — 150—180 г.

Обмыть плоды фейхоа, обрезать кончики, плотно уложить в горячую стерилизованную банку, залить горячим сиропом, накрыть крышкой и оставить на сутки.

На второй день сироп слить, проварить в течение 30—40 мин., снова этим сиропом залить плоды, банки накрыть крышками и закатать.

### ***Компот из персиков и винограда***

Компоненты: очищенные персики — 350 г, виноград— 100—150 г, вода — 2 л, сахар — 150—180 г.

Плоды персика промыть, очистить от кожицы; если плоды крупные, разрезать пополам и удалить косточки, а мелкие целиком уложить в стерилизованную банку, добавить перебранные и промытые ягоды винограда, залить горячим сиропом и, накрыв крышками, оставить на сутки. На следующий день сироп слить, еще раз прокипятить, снова залить плоды, банки накрыть крышками и закатать.

## **СОЛЕНИЯ (АРЦВЫ)**

Соления к абхазскому столу подаются круглый год. Весенне-летние соления приготавливаются из огурцов, лука-порея, зеленых помидор, портулака, укропа, черемши и пр. Осенью и зимой, особенно на зиму впрок, солят кольраби, топинамбур, огурцы, редьку, капусту, зеленые помидоры, перец и пр. Обычно бланшированные овощи кладут в глиняный горшок или стеклянную банку, добавляют перец (горький), толченые чеснок, семена кориандра, укропа, чабера и базилики, заливают теплым рассолом и ставят в прохладном месте. Через 1—2 дня соленье можно подать на стол.

### ***Анашарцвы — солёные огурцы***

Компоненты: огурцы — 1 кг, чеснок — 4—5 долек, смесь сухих пряных трав — 1 ч. л., зелень сельдерея — 2 веточки, 1—2 корня петрушки, 1 стручок горького перца, соль — 50—60 г, остальные приправы — по вкусу.

Отобрать некрупные крепкие огурцы, обмыть, обрезать кончики, положить в глиняный горшок или стеклянную банку в два слоя. Приготовить рассол: в кипящую воду всыпать соль, положить корни

петрушки, по желанию, лавровый лист, все это проварить 10—15 мин., слегка остудить. Поверх огурцов положить чеснок, толченный с солью, смесь сухих пряных трав (кориандра, укропа, чабера и базилика), веточки сельдерея, мелко нарезанную свеклу (для окраски), и все это залить рассолом. Чтобы огурцы получились хрустящими, в рассол можно положить 2—3 листика черешни. Через сутки огурцы будут готовы.

### ***Апарпылрцвы — соленый болгарский или горький перец***

На 1 кг болгарского перца соотношение компонентов, способ приготовления рассола такие же, как для огурцов.

Болгарский перец или горький перец промыть холодной водой, концы надрезать, уложить в глиняный горшок, чередуя с толчеными приправами, мелко нашинкованной свеклой и зеленью сельдерея, залить теплым рассолом, накрыть и поставить в прохладном месте.

### ***Апамидоррцвы — соленые зеленые помидоры***

На 1 кг зеленых помидор соотношение компонентов такое же, как и для огурцов.

Зеленые помидоры, очищенные от плодоножек, обмытые, разрезанные на две половинки, засолить таким же способом, как и перец.

### ***Акапустарцвы — соленая капуста***

Компоненты: белокочанная капуста — 5 кг, соль — 125 г, чеснок — 50 г, смесь сухих пряных трав — 25 г, перец — 2—3 стручка, зелень сельдерея — 2—3 веточки, корни петрушки — 2—3 шт., плоды лаконоса — 50 г.

Белокочанную капусту очистить, обмыть в холодной проточной воде, разрезать на 4—6 частей, опустить на 2—3 минуты в кипяток, откинуть на дуршлаг, обдать холодной водой, дать стечь, уложить в глиняный сосуд или эмалированную кастрюлю, чередуя со специями.

Сухие плоды лаконоса (ашьамашвыга) размять в небольшом количестве рассола, процедить через марлю в рассол. Теплым, подкрашенным лаконосом рассолом залить капусту. После чего на капусту положить деревянную дощечку, на нее груз (камень), сосуд с капустой накрыть крышкой и поставить в прохладном месте. На 4—5-й день готовую соленую капусту можно подавать на стол.

### ***Ахулрцвы — кольраби соленый***

Компоненты: кольраби — 5 кг, чеснок — 30—40 г, соль — 100—150 г, зелень сельдерея — 3—5 веточек, толченые семена голубого пажитника, укропа, чабера и базилика — 30 г, вода — 5л, перец стручковый — 100 г, прочие приправы по желанию.

Кольраби или, по-абхазски, ахул — сорт капусты с толстым мясистым стеблем (белого цвета) — требует длительной засолки—25—30 дней. Поэтому соленье из кольраби обычно заготавливают впрок глубокой осенью. Для хранения соленья лучше всего использовать глиняный узкогорлый сосуд (ахапшьа), зарытый в землю, или деревянную кадку (арцвтра).

Отделить листья кольраби от стебля, сам стебель очистить от кожицы. Затем листья и стебель промыть в холодной проточной воде, уложить слоями в глиняный сосуд или кадку, чередуя со специями, затем кольраби залить рассолом. Для крепости в рассол положить мешочек с кукурузной мукой, а для окраски — сушеные плоды лаконоса. Для ускорения процесса соленья кольраби можно разрезать на поперечные или продольные куски. Из листьев соленого кольраби готовят острое блюдо с орехом — ачархалчапа (см. рис. 17).

### ***Ацыркварцвы — топинамбур (земляная груша) соленый***

Компоненты: топинамбур— 10 кг, соль — 250—300 г, чеснок— 100 г, смесь сухих пряных трав и другие приправы — те же самые.

Земляная груша — клубнеплодное растение, несколько напоминающее картофель. Созревает глубокой осенью. Клубни топинамбура залить холодной водой и оставить на 1—2 дня, затем тщательно промыть в проточной воде, уложить в глиняный узкогорлый сосуд или деревянную кадку, чередуя с толчеными специями, залить теплым рассолом. Сосуд с засоленным топинамбуром накрывают крышкой и ставят в прохладное место. Процесс засолки длится примерно 25—30 дней. Для ускорения этого процесса ацырква (топинамбур) можно разрезать на несколько частей.



## **ПРИПРАВЫ**

Характерной особенностью абхазской кухни является употребление острых приправ, пряных трав, грецкого ореха и пр. Особое место в ряду приправ занимает национальная абхазская приправа аджика, которая блюдам придает остроту и жгучесть, аромат и тем самым служит прекрасным стимулятором аппетита. Соль в пищевом рационе абхазов занимает весьма скромное место, и ее недостаток компенсируется в основном аджикой, в состав которой входит и незначительное количество соли. Употребляют аджику с вареным мясом, сыром, овощами, вареной тыквой и даже с дыней. Она является одним из компонентов всех растительных, мясных и молочных блюд, а также острых соусов. Аджика бывает нескольких видов: апарпыл джика (дословно: апарпыл — перец, джика — соль) и ахусхуа джика (ахусхуа — пряная зелень).

### ***Апарпыл джика — красная (острая) аджика***

Компоненты: перец стручковый — 500 г, чеснок — 6—8 долек, семена киндзы — 15 г, укропа — 10 г, базилика — 10 г и чабера — 10 г, соль и орехи — по вкусу.

Апарпыл джика — острая и ароматная пастообразная масса из красного перца, чеснока, пряных трав (сушеных и зеленых), грецкого ореха и соли. Перец очищают от семян и плодоножек, кладут в миску, заливают теплой водой, придавливают дощечкой с грузом на 3—4 часа. Затем сливают воду и перец со всеми специями растирают на специальном камне (ахакья) каменным пестиком (апхныга) до образования однородной вязкой массы с приятным ароматом. Последнее время перец и специи пропускают через мясорубку, что отрицательно сказывается на вкусовые качества аджики. Прежде всего нет того аромата. В процессе растирания на камне чеснока и пряных трав (в особенности их семян) выделяются эфирные масла, которые и придают аджике особый аромат, и сама масса при этом делается однородной консистенции. Чтобы сохранить вязкость массы, во время растирания желательно добавить грецкие орехи (50—60 г), т. к. ореховое масло сохраняет вязкость массы, улучшает вкусовые качества, а также способствует длительному сохранению аджики.

Готовую аджику лучше всего хранить в стеклянной посуде, плотно закрыв крышкой.

### ***Ахусхуа джика — зеленая аджика***

Компоненты: пряная зелень (киндза, мята, укроп, чабер, базилика) — 500 г, соль и зеленый перец — по вкусу.

В этой приправе преобладают зеленые пряные травы и незначительная доля зеленого перца и соли. Способ приготовления тот же. Зеленой аджикой обычно приправляют молочные продукты (сыры, кислое молоко, ахача и пр.).

### ***Аххыла — смесь сухих пряных трав***

Компоненты: семена кориандра, укропа, базилика, чабера, голубого пажитника — по 50 г, молотый красный перец — 30 г, соль — по вкусу.

Семена пряных трав растереть на специальном камне и смешать с молотым сухим перцем и солью. Хранить также в закупоренной посуде.

Этой смесью можно приправлять различные растительные, мясные, рыбные блюда, а также острые соусы, соленья и пр.

## **ПРИЛОЖЕНИЕ**

### **ИЗ АБХАЗСКОГО ЭТИКЕТА**

**ГОСТЕПРИИМСТВО** (Ш. Д. Инал-ипа «Очерки об абхазском этикете». Сухуми, 1984 г., с. 103—119.)

Гость приносит семь счастья.

Абхазская пословица

Гостеприимство (асасра, асасдылара), согласно вековым абхазским народным понятиям, — священный закон, обязательный для всех. Человек может обладать всякими добродетелями, но достаточно ему не быть хлебосольным и гостеприимным, чтобы оказаться морально осужденным и в какой-то мере ущербным в своем обществе.

В силу таких традиций абхазское гостеприимство, как выразился известный грузинский историк прошлого столетия Дм. Бакрадзе, носило еще в XIX в. «характер гостеприимства времен Гомера». Г. Рыбинский сообщал в конце того же века, что на всякого гостя абхаз «смотрит как на божью благодать, ставит на стол все свои достатки и ухаживает за ним с известным церемониалом». При этом он говорит о «чисто французской вежливости и предупредительности» абхазов.

Следует отметить, что, согласно вековым понятиям народа, гость не может, разумеется, предложить деньги или какую-нибудь иную плату за прием или услуги. Это значило бы серьезно обидеть хозяина. Можно в любое время остановиться у каждого, но лишь в качестве гостя, и ему подадут все, что есть в доме, сделают все возможное, чтобы он хорошо провел время и спокойно отдохнул, причем помощь соседей сделает незаметным недостаток средств или отсутствие хозяина или хозяйки дома, куда пришли гости. «Приветливость и гостеприимство абхазцев вошло в поговорку,— писал в 1944 году А. И. Мостков, проработавший много лет в Абхазии сельским врачом,— и нередко переходит даже меру. Как бы вы ни спешили, вас не отпустят без угощения, которое принимает иногда характер целого пиршества с тостами, речами, и это, конечно, не только по отношению к более или менее почетному гостю. Благодаря удивительному гостеприимству абхазцев, даже бездомные босяки, странствовавшие по шоссе от Сухуми в Новороссийск и обратно, находили довольно радушный прием: абхазцы их кормили и вдоволь им давали вина, не требуя от них за это работы».

Гость может посетить любой дом по приглашению или без него. Что касается первого случая, абхазы чтут обычай приглашения гостей. Если мимо жилища абхаза следуют люди своей дорогой, то он выходит к ним, приветствует их традиционным «Добро пожаловать!» (Бзиала шваабейт!) и просит зайти к нему: «Заверните к нам — будем хозяевами!». Эти же слова, которыми начинается сложный церемониал всякого гостеприимства, произносит он не только вблизи дома, но и в любом месте своего села, встретившись и приветствуя представителей другой общины.

И вот так или иначе приехал гость, на которого абхазы «смотрят как на божью благодать», считая его «приносящим семь счастливых», вообще самым дорогим существом. И стар, и млад выходят навстречу. Словами «Добрый день!» (Мшыб- зиа!) Гость непременно первым приветствует хозяев. «Добро тебе видеть! Добро пожаловать!» (Бзиа убеит! Бзиала уаабейт!) — столь же обязательно отвечает старший, а за ним и другие старшие члены семьи. И это нечто большее, чем простая форма вежливого обращения. Ибо достаточно кому-нибудь не приветствовать положенным образом встречного, чтобы не на шутку его обидеть. Женщины, обедавая рукой вокруг головы гостя, как бы магически перенося на себя его недуги, целуют его в плечо, слегка прикасаясь к нему. В этом случае и мужчина, в свою очередь, также предельно легким прикосновением целует ее в голову или в лоб. В прошлом же абхазы, как и адыги, вообще не придерживались таких широко распространенных в мире обычаев, как поцелуй, приветственное обнажение головы и рукопожатие, которые только с не очень давнего времени стали все больше входить в привычку.

Для приема гостей в старину строился специальный дом во дворе под названием «асасаирта», то есть «место, куда приходят гости». И теперь гостя принимают в лучшем помещении, специально отведенном для него, сохраняющем свое старое название — асасаирта. Обычно теперь асасаиртой служит зал так называемого «большого дома».

Гостя приглашают войти в этот дом. Но кто же должен «идти впереди» (апхьягылара), кому принадлежит право первым переступить порог? Несмотря на то, что обычаем этот вопрос давно решен в пользу старшего хозяина, последний никак не спешит воспользоваться своим правом, вежливо уступая дорогу посетителю. И тут начинаются грозящие затянуться взаимные уговоры и приглашения (унеи-снеи).

— Проходи, да приму я на себя твои беды! (Унеи, уххь згеит!),— говорит хозяин.

— Как это можно! Ты хозяин — тебе и идти первым! — отвечает тот.

В разных вариациях это повторяется несколько раз, и, наконец, глава семьи, а за ним и главный гость, входят в дом. Следующие за ними проделывают то же самое, с учетом близости родства (например, материнская родня пользуется особым почетом, независимо от возраста) и старшинства (еибарпшны), но уже без излишних церемоний.

Гостя усаживают на почетном месте, тогда как сами хозяева, в том числе иногда даже глава семьи, садятся не сразу — ведь даже патриарх рода будет стараться присесть не раньше, чем это сделает гость, а члены семьи помоложе, несмотря на уговоры посетителя, продолжают стоять. Это стояние перед гостем, как и вставание при появлении каждого взрослого постороннего человека (ахацгылара), считается признаком глубокого уважения к нему.

Согласно абхазским традиционным правилам поведения, не встать, когда заходит человек, значит проявить к нему неуважение и даже в известном смысле оскорбить его. Причем встают как хозяева, так и гости при каждом появлении человека, если даже последний был уже здесь и только что вышел. Когда заходит кто-нибудь из своих молодых людей, старший не обязан вставать. Но если присутствует при этом гость, стоя встретивший появление молодого человека, то и старик приподнимается с места — не столько для молодого, сколько из-за того, что хозяин не должен сидеть, пока не сел гость.

Изысканный прием, оказываемый гостю, имеет самые разнообразные проявления. С момента прихода гостя и вплоть до прощальных минут, как бы долго это ни длилось — день, два или больше,— он должен находиться — особенно если речь идет о важном госте из дальних мест (асас дахь) — в центре внимания всего семейного коллектива, а частично также их ближайших родственников и соседей, которые по этому случаю также откладывают в сторону свои дела. Нередко приглашают почетных соседей, чтобы посидели с гостем и развлекали его приятными беседами, оказывая ему почести; тут же с ним находятся и старшие члены семьи. Женщины и молодежь готовят в кухне угощение, причем если в честь гостя режут кур, козла, барана и пр., то это должно быть сделано незаметным для него образом, чтобы он, действуя в свою очередь согласно обычаю, не стал бы уговаривать их не утруждать себя.

В доме, где остановился гость, должен царить порядок: говорят без нервозности, пререканий, стараются ходить потише, не топя ногами. Не допускаются также неуместные шалости и игры молодежи и детей, присутствие которых, как и женщин, там, где находятся старшие, вовсе не обязательно. Лучшее место за столом и просто во время отдыха, лучшая пища, лучшая постель — все это для гостя. Если последний приехал на коне, то он может не беспокоиться о нем — все, что надо, не упустят сделать хозяева: расседлают лошадь, накормят, напоят и отведут на огороженное пастбище, а зимой будут содержать в специальном помещении.

Одна из главных обязанностей хозяина, принявшего гостя,— это защита его жизни, чести и имущества от посягательств со стороны кого бы то ни было, иногда даже с риском для собственной жизни. Если даже гость, злоупотребляя своими «неограниченными правами», позволяет себе лишнее в некоторых своих словах и действиях, хозяева должны относиться ко всему этому с максимальной снисходительностью и терпеливостью. Но такие случаи весьма редки, и, как правило, отношения гостя и хозяев отличаются взаимным уважением и деликатностью. При этом не принято расспрашивать гостя, откуда и куда он держит путь, каковы цели его путешествия. Такой «допрос» считается неуместным и неделикатным любопытством.

В глазах горца нет такой услуги, которая могла бы унижить хозяина перед гостем, сколько бы ни было велико расстояние их общественного положения. Звание тут не принимается в расчет, и только самые малые оттенки означают разницу в приеме более редкого или почетного гостя. Главнейшим элементом ритуала гостеприимства является все-таки угощение, хлеб-соль (ачеиджика). Каждая семья старается приберечь хоть что-нибудь для неожиданных гостей. Так, рачительные хозяйки припрятывают, например, пшеничную муку, сыр, сладости, фрукты, водку в бутылках, зашитых подчас в самодельные сетчатые сумочки, а во дворе гуляют куры, ревниво оберегаемые от родных детишек, которые, может быть, давно уже не имели мяса в своем рационе. От хозяйки не должен отставать и хозяин в сбережении «доли гостя» (асас иху). На нем лежит обязанность подать гостю главное блюдо абхазского стола — мясо и вино. Если вина мало, то в обычные дни домашние его не пьют, если его нет и вовсе, то покупают или занимают у соседа. Козленка или другую скотину также редко режут для себя — сберегают для гостей, а если их нет в хозяйстве, в спешном порядке приобретают где-нибудь на стороне и режут так, чтобы гостям это было незаметно (во избежание мнимого или действительного сопротивления со стороны

последних), причем свежееотрубленная голова, которую иногда как бы невзначай показывают гостю, должна убедить в том, что скотина была зарезана специально в его честь.

Вполне возможно, что гость совсем не ест мяса. Но это не мешает хозяину быть довольным собой: он, выполнив высшее требование традиционного гостеприимства, уже положил на стол перед гостем лопатку и другие наиболее почетные части убитого животного. Самое лучшее и престижное для обеих сторон, что может сделать абхаз по случаю прибытия к нему важного гостя,— это зарезать ему быка. Одним словом, все лучшее, что имеется дома из продуктов питания, должно быть подано на стол, ибо «то, что укрыто от гостя, принадлежит дьяволу».

Следует заметить, что иной не в меру щепетильный гость мог не на шутку обидеться, если бы вздумали его угостить мясом животного, зарезанного пусть и в тот же день, но по другому поводу, либо в честь предшествовавшего гостя.

Немаловажной задачей является и развлекательная часть гостеприимства.

Застолье у абхазов начинается и кончается обрядом омовения рук, которое является одним из традиционных элементов церемониала гостеприимства. Казалось бы, что может быть проще, но это не совсем так, в чем убеждает нас следующее краткое описание.

Кто-нибудь из молодых членов семьи, обычно, дочь или невестка хозяина, берет в одну руку кувшин с водой, а в другой — держит мыло, чистое полотенце перекинута через плечо (его подает иногда другая девочка), и подходит к гостю. Все встают. Между почетным посетителем и старшим в доме происходит сцена, во время которой они приглашают друг друга совершить омовение первым. «Помой руки, да приму на себя твои беды!» — просит хозяин, на что другой отвечает: «Как можно раньше тебя, ты — хозяин!» Подобные взаимные излияния повторяются неоднократно, и, наконец, хозяин (или другой старейший местный житель), уступая обычаю, начинает омовение. При этом он стоит, если не очень стар, в знак ответного уважения к вставшему гостю, несмотря на то, что последний не упустит своей обязанности и вежливо пригласит его совершить указанную процедуру сидя. Когда очередь доходит до гостя, который всегда должен быть первым после старшего из хозяев, он снова отказывается от омовения, пока не сядет на свое место старший, только что помывший руки. Если сам гость не стар и уже в достаточной мере проявил внимание к старшему, ему в конце концов удастся уговорить его. Но может быть, что последний, желая в свою очередь выразить свое высокое почтение к гостю, решительно отказывается выполнить его просьбу. Такой церемониально-дружелюбный диалог грозит затянуться на несколько минут, если не более, но он почти неизбежен. После того, как оба помыли руки, они могут занять свои места за столом, помня о том, что пока столь уважаемые люди находятся на ногах, остальные не могут позволить себе совершить омовение. Следует еще иметь в виду, что все это, хотя и в более сокращенной форме, повторяется между остальными присутствующими, которые приглашаются к столу и ждут своей очереди. Ввиду продолжительности всей этой церемонии стынет накрытый стол, люди устают от стояния, особенно девушка, поливающая воду. Но обычаю нет никакого дела до всего этого: традиция важнее, чем самый вкусный горячий обед или утомление обслуживающего персонала.

Немаловажное значение придается также и тому, кто какое место по праву должен занимать за столом и кто с кем рядом может быть посажен. При этом исходят главным образом из того, что младшие из уважения к старшим не должны садиться с ними рядом, а подалее, на почтительном расстоянии от них. Учитываются, однако не только возраст, но и родственные отношения. Например, сын не должен сидеть рядом с отцом, зять — с тестем, племянник — с дядей по линии матери и т. д. Старейший из хозяев занимает самое почетное место в «головной» части стола, то есть место, наиболее удаленное от входа в помещение, справа и слева от него — гости, старшие соседи, размещенные по старшинству, а в «хвостовой» части, то есть ближе к двери, располагаются остальные. В былые времена женщины-хозяйки, за исключением представительниц «высшего» сословия, не садились с мужчинами за стол, они ели позже, где-нибудь в незаметном уголке или в другом помещении, довольствуясь остатками трапезы. Но сейчас это положение меняется.

Из почтения к гостю младшие хозяева — младшие братья или сыновья главы семьи — не садятся за стол, они должны обслуживать застолье, особенно если с гостем уже сидят отец и другие старшие сородичи и соседи. Они сядут (также по старшинству) лишь тогда, когда все подано, и гости немного закусили, а главный из присутствующих гостей в традиционной форме достаточно настойчиво пригласил их к столу. Однако и в том случае последуют вежливые отклонения приглашений, благодарственные поклоны, переговоры и пр. При всем том, по крайней мере один из младших членов семьи, принимающий гостя, проведет весь вечер на ногах, если даже это и не связано с обслуживанием застолья. За столом один за другим следуют тосты в честь гостей и хозяев (о застольном этикете, включая заздравные тосты, еще будет сказано ниже).

Но и женщины вовсе не совсем изолированы от общения с гостями. Если вы поднимете тост за какую-нибудь из присутствующих девиц или женщин, она обязательно пьет благодарность, а вы должны взять со стола кусочек мяса, сыра или чего-нибудь еще и подать ей. Принимая от вас кусок, она обычно делает благодарственное мановение правой рукой. Иногда к шумному, несколько опьяневшему столу чинно подойдет пришедшая из амацурты старуха-хозяйка. Тотчас поднимается тост за ее здоровье, она с достоинством отвечает, выпивает рюмку водки или бокал вина и садится за стол, принимая участие в общей беседе, но сама ничего не кушая. Все это без особых изменений наблюдается по сей день.

Когда гость накормлен и напоен, ему готовят лучшую в доме постель. В старину хозяйская дочка или жена омывала гостю ноги и помогала снимать одежду. Это был, конечно, унижительный для женщин обычай. Теперь обычай этот, конечно, упростился, но все же раздеваетесь и ложитесь вы в присутствии женщин, которые, пробыв в комнате еще некоторое время, посмеются между собой, поправят на вас одеяло, слегка пригасят лампу и, наконец, выйдут, пожелав вам спокойной ночи.

Как было уже отмечено, жизнь и достоинство гостя защищаются и оберегаются хозяином и всей его родственной группой. Оскорбление гостя равносильно оскорблению его самого, причем по отношению к гостю все жители данного поселка тоже считаются как бы хозяевами. В частности, они встречают и приветствуют гостя в доме словами «Добро пожаловать» (Бзиала уаабейт!) точно так же, как если бы он находился в их собственном доме.

Если говорить о старинной традиции, человек мог жить в гостях сколько ему угодно и даже, как рассказывают, не имел права уехать до тех пор, пока хозяин не преподнесет ему публично подходящих подарков — оружие, лошадь и пр., а также все, что ему понравится в доме. С этим было связано происхождение старинной поговорки: «Приход гостя — его дело, уход же — дело хозяина».

Когда гость покидает гостеприимный дом, все выходят за ним во двор. Молодежь поддерживает стремя, если он приехал верхом, а он садится на лошадь, обернувшись лицом к дому. Хорошо, если гость перед отъездом покажет свое искусство в верховой езде и оставит на память следы копыт своего коня на зеленой лужайке перед домом. Ни один абхаз не покинет пределы гостеприимного двора, не сказав напоследок «Абзиаразы!», то есть «Всего хорошего!» или «До следующей благополучной встречи!» Того же самого желают ему в ответ. В прошлом хозяин провожал гостя до границ общины и даже далее. Могло, однако, быть и так, что гость был принят неважно, зато провожали его самым усердным образом, о чем говорится в меткой пословице: «Плохой хозяин далеко провожает».

По верованиям абхазов, даже высшие силы не могли нарушать правил гостеприимства. Выражения: «Ты — гость своего создателя» (Узшаз уисасуп), «Ты гость бога» (Анцава уисасуп) показывают, согласно старым понятиям, что даже бог не в состоянии преступить закона гостеприимства, и он никому не может позволить тронуть того человека, который отдался его покровительству наиболее чтившихся капищ и святилищ абхазских богов.

Традиции и обычаи выступали регуляторами взаимоотношений между людьми даже при

чрезвычайных обстоятельствах, которые служили своего рода проверочными экзаменами стойкости и положительного значения традиций. Даже такой жесткий закон обычая, как кровная месть, не освобождал от обязанности уважительного отношения к человеку, особенно к гостю, а также к пострадавшему и униженному, чтобы максимально пощадить его оскорбленное самолюбие, лишний раз не задеть его человеческого достоинства. «Врага убей по совести (по-человечески)», — гласит абхазская поговорка.

Вековой традицией были четко определены принципы взаимоотношений между противоборствующими сторонами, победителями и поверженными, включая грубо нарушивших традицию гостей. Враги должны были также придерживаться некоторых обязательных неписанных правил. Так, если обидчик где-нибудь случайно встречал обиженного, то он не мог первым напасть, а вправе был только обороняться, обязан был уступить ему дорогу, а в людных местах или в доме у постороннего должен был тотчас же уходить, как только покажется обиженный. При встрече врагов право первого выстрела принадлежало обиженному, причем убийца был обязан привести в порядок убитого, накрыть его буркой, сообщить родственникам вовремя о его судьбе, чтобы уберечь труп от зверей и т. п. Противнику мстили явно и тайно, как позволяли обстоятельства. Но убийство из-за угла считалось недостойным. Имело значение и употребляемое оружие. Например, убийство палкою считалось для родственников убитого более тяжким оскорблением, нежели убийство огнестрельным оружием, кинжалом или саблей. Более того, если противник не был готов к отражению нападения, в частности, застигнут врасплох невооруженным, стрелять в него не полагалось.

Гостеприимство нашло широкое отражение в абхазском фольклоре. Вот несколько поговорок: «С гостем семь счастья приходит», «Кого часто гости посещают, у того котел пустым не бывает», «Гость волен делать, что захочет» и т. д.

Древний закон гостеприимства получает дальнейшее развитие в новых условиях.

М. Лақырба

## **ГОСТЬ** (НОВЕЛЛА)

Старый Ханашв Цугба сидел под чинарой во дворе своей пацхи\* и шил из сыромятной кожи чуйяки своему единственному сыну — юноше Тemyру.

Залаяла собака. Старик поднял голову и увидел молодого незнакомого ему человека; тот, не добежав до калитки, перескочил через забор: видно, очень спешил. Увидев старика, он бросился к нему и на ломаном абхазском языке стал умолять спрятать его. Произношение выдавало в нем черкеса.

— Погоня,— волнуясь, сказал он.— Спаси меня, укрой! Если нагонят, меня убьют.

— Заходи в дом! — быстро ответил Ханашв и ввел гостя в пацху. Приставив к стене лесенку, он указал на чердак.

— Полежай, дад!\*\* Устройся в углу на куче шерсти. Будь спокоен: у меня ты в безопасности.

— Да будет безмятежна твоя старость! — благодарно пробормотал гость и поспешно влез на чердак.

Старик вышел во двор и, убедившись, что там никого нет, вернулся в пацху. Стоя внизу, он сказал: — Ты не бойся, дад! Никого не видно. Наверное, никто не заметил, как ты ко мне забежал. Но скажи — кто за тобой гонится и почему?

— Я убил человека. Его друзья погнались за мной, чтобы отомстить за него.

— За что же ты убил?

— Он оскорбил меня: он хлестнул нагайкой моего коня на джигитовке!

— Кого же ты убил? Как его имя?

— Не знаю. Я ведь впервые в вашем селении...

В этот миг опять неистово залаяла собака, и оба они застыли в испуге.

— Тише! Я пойду посмотрю,— негромко предупредил старик и вышел во двор.

Вдалеке, из-за бугра, показалось несколько человек, вслед за ними двигалась толпа. Старик заслонил ладонью глаза от солнца и начал всматриваться. Теперь уже была ясно видна вереница приближающихся к его дому людей. Они двигались медленно, не спеша.

«Это не за ним ли, за убийцей?» — подумал старик и приготовился грудью защищать гостя.

Но вот несколько человек, опередив других, отворили калитку и вошли во двор. Вслед за ними хлынула толпа.

И тут Ханашв увидел, что на руках у людей лежала тяжелая, завернутая в бурку ноша.

При виде знакомой бурки у старика потемнело в глазах. Точно полоснули его по сердцу кинжалом.

Из толпы выступил убеленный сединой Ашвью Абидж, его сверстник и друг, и сказал:

— Крепись, Ханашв! Тебя постигло сегодня великое горе. Но нет ничего на свете, что с течением времени не ослабевало бы. Не ты ли всегда учил нас: чем сильнее у человека характер, тем крепче выдержка,— особенно в горе? Сегодня неизвестным черкесом убит твой Темыр!

У старика подкосились ноги. Он схватился за сердце и, наверное, упал бы, если бы люди не поддержали.

Плач и крики женщин огласили двор.

Двое суток пролежало бездыханное тело его сына на тахте в пацхе.

И двое суток под разными предложениями поднимался старик на чердак, чтобы отнести еду гостю черкесу.

На третьи сутки, похоронив убитого, товарищи Темыра возвратились вместе с Ханашвом во двор. До позднего вечера они сидели со стариком.

— Мы знаем,— сказал один из юношей, самый любимый сверстник Темыра и неразлучный его друг, — все вместе мы не сможем заменить тебе сына. Но мы разделим с тобой горе. Каждый день мы будем тебя навещать, как будто все еще жив наш Темыр, и во всем будем тебе помогать.

— Даем тебе слово,— добавил другой,— что отомстим убийце. Черкес ловко прячется. Он ускользнул от нас в лесу, и, наверное, здесь, где-то рядом, кто-то его умело укрывает. Но мы разыщем его и убьем. Скоро, очень скоро ты об этом узнаешь. Может быть, хоть это немного успокоит тебя.

Слова их, произнесенные торжественно и решительно, громко прозвучали в пацхе.

И друзья Темыра ушли.

Безутешный старик огляделся, нет ли кого поблизости, наполнил дорожную сумку едой, приставил лесенку к чердаку и позвал черкеса.

— Сойди, мой гость! Сойди! Здесь нет никого. Все ушли.

И когда черкес спустился, старик дрожащей рукой протянул ему сумку.

— Возьми,— сказал он.— Здесь еды на два дня. Поспешి домой, дад! Лесом ближе пройти к перевалу. Ночь темна, тебя никто не увидит.

Низко-низко склонился перед стариком гость и приложил к губам край его черкески. Потом выпрямился и, не сказав ни слова, вышел из пацхи.

*\* Пацха — старинная абхазская изба-плетенка.*

*\*\* Дад — у абхазов обращение старшего к младшему по возрасту.*

Перевод С. Трегуба

**КУЛЬТУРА ЗАСТОЛЬЯ (Ш. Д. Инал-ипа. «Очерки об абхазском этикете». Сухуми, 1984 г., с. 123—133.)**

Культура абхазского стола, которая представляет собой довольно сложное этнографическое явление, специально еще не изучалась в ее историческом развитии (впрочем, как и многие другие вопросы абхазского этикета). Что же касается современных правил организации и проведения праздничного стола, то здесь можно встретить немало более или менее значительных локальных особенностей и импровизаций. Многое зависит и от личных качеств хозяина, от количества и состава гостей, обслуживающего персонала и т. п. Поэтому отметим лишь некоторые, в основном, общие черты.

Экономическую первооснову развития культуры застолья и застольного этикета абхазов составляет традиционное земледельческо-скотоводческое хозяйство. О скотоводстве в основном уже говорилось выше, а здесь вкратце коснемся некоторых продуктов земледелия, обязательных для каждого абхазского праздничного стола. В отличие от современного стола, заваленного всевозможными блюдами и напитками, в прошлом столы накрывались более скромно в смысле разнообразия пищи. Из десятков безалкогольных и алкогольных напитков и блюд из растительных и мясо-молочных продуктов, которые составляли богатую национальную кухню, только несколько свежих пищевых продуктов считались наиболее престижными. Они и до сих пор по традиции составляют главнейшую основу любого абхазского торжественного или поминального застолья.

Это — кукурузная мамалыга (абыста), заменившая собой в течение XIX века просяную, пшеничный пирог с начинкой из сыра (ачашв), разные сыры, вареное мясо крупного и мелкого рогатого скота (акуац), блюда, заправленные грецким орехом, куры и индюки под разными соусами, знаменитая абхазская соль с чесноком, перцем и другими специями и местное натуральное виноградное вино, о котором необходимо сказать чуть более подробно.

Следует отметить прежде всего исключительную роль вина в домашнем и религиозном быту абхазов. В частности, без винопития, как необходимого ритуально-обрядового элемента, считалось невозможным устраивать какие-либо религиозно-культурные действия, поминки по умершим или свадебные торжества, как и принимать гостей.

Закон гостеприимства требовал, чтобы каждого, даже проходящего мимо путника, который бы захотел напиться, угощали вином, а не простой водой. На пирах же люди не только увлекались вином, как опьяняющим напитком, но вместе с тем они там как бы проходили школу ораторского искусства, а также усвоения слагавшихся веками сложных адатов и правил этикета. Особое значение придавалось вину как силе, освящающей объекты жертвоприношений, как средству умиловления божеств или родовых покровителей. Почти у каждого крестьянина был зарыт один, а то и несколько специальных неприкосновенных глиняных кувшинов с вином, предназначенных для отправления ежегодного моления в честь богов таких святилищ, как, например, Илорское, Инал-куба, Дыдрыпшское, Аацинское, Лдзаавское и др.

Подготовка ко всякому большому застолью, естественно, начинается задолго до дня его проведения. Абхазские свадебные и другие семейные торжества сплошь и рядом отличаются такими большими размерами, что ни одна семья не в состоянии справиться с ними только своими собственными силами. Выручает здесь традиционная всесторонняя взаимопомощь со стороны однофамильцев, родственников и соседей. По решению семейного совета заблаговременно приглашаются домой старшие представители тех семей, от которых ждут помощи. Хозяин не поздним вечером устраивает им обильное угощение с вином и свежим мясом от зарезанного специально к этому случаю какого-нибудь «четвероногого» животного. Пока накрывается стол он (или его уполномоченный из числа ближайших родичей), обращаясь к собравшимся с извинением за беспокойство, сообщает о том, что послужило поводом встречи и просит оказать ему содействие в проведении предстоящего приема гостей.

Это всегда встречает горячую поддержку всех присутствующих, которые искренне заявляют в ответных выступлениях о своей готовности сделать все от них зависящее, чтобы провести застолье на должном уровне. Здесь же принимается согласованное решение и расписание по всем основным вопросам — назначается подходящий срок (день, не занятый каким-нибудь другим соседом по подобному же или другому случаю), выбирается главный распорядитель (аилыргаю) и его помощники (амацуца), с учетом их опыта и умения, а также молодые люди для оповещения гостей, приглашаемых по составленному хозяином списку (раньше ограничивались устным сообщением, а теперь рассылаются художественно оформленные пригласительные билеты с соответствующим текстом, напечатанные типографским способом). Распределяются также функции и обязанности других лиц, включая и отсутствующих на данном торжественно-деловом собрании.

Итак, собрались люди на свадебное или иное застолье. После омовения рук и хлопотливого рассаживания гостей — строго по возрастной иерархии, вперемежку с местными почетными людьми, сидящие за столом понемногу начинают закусывать. Вскоре раздается голос, призывающий к вниманию. Воцаряется тишина. Распорядитель, которым бывает обычно кто-нибудь из уважаемых соседей, предоставляет слово хозяину или его представителю или уполномоченному. Последний, выступая от имени хозяина, громко, чтобы слышали все, приветствует гостей, коротко рассказывает о поводе встречи, передает благодарность организатора торжества за посещение, его извинения за возможные недостатки и неудобства (абхазы имеют привычку, иногда в порядке ложной скромности, умалять и приуменьшать свои достоинства и возможности), просит всех присутствующих не спешить, оказать уважение и внимание хозяину, украсить его стол, весело провести время, поесть и попить на здоровье. Заканчивая, он обращается по имени к старейшему из сидящих за столом местных жителей, предлагая приступить



к делу — «приложить руки к трапезе». Старейшина, пригласив в свою очередь гостей, приступает к еде, а вслед за ним и остальные.

Все это, однако, только прелюдия, во время которой собравшиеся знакомятся друг с другом, закусывают и пьют — в основном водку и коньяк — за встречу. Она длится обычно до тех пор, пока не будут поданы основные блюда — горячая мамалыга, вареное мясо и местное виноградное вино. Поэтому главный акт застолья еще впереди. Он также начинается принятием одного-двух (опять-таки предварительных) стаканов вина за встречу. Только после этого наступает долгожданный момент — переход к главной и основной части застолья, руководимой тамадой. На видное место выходит хозяин (или же его представитель) со стаканом вина в руке. Он произносит речь во здравие избираемого руководителя стола (тамады) и опорожняет свой бокал.

До выбора тамады или вскоре же после этого гости и хозяева публично обмениваются сувенирами и подарками, что сопровождается соответствующими торжественными речами представителей обеих сторон. Следует также отметить, что еще до недавнего времени абхазское свадебное застолье начиналось прочувствованными словами общинного молельщика, который с сердцем и печенью жертвенного животного и стаканом вина в руках обращался к всевышнему с просьбой о даровании полного счастья молодым.

Тамада должен обладать рядом необходимых физических и умственных качеств. Прежде всего опытом и знанием местных обычаев, чтобы никто из собравшихся не остался обойденным или обиженным, умением произносить задравные тосты, выдержкой и выносливостью в отношении принятия напитков, ибо покинувший стол не может обратно возвращаться. Главной обязанностью тамады, как и всех вообще хозяев, является не столько напоить гостей, сколько оказать им все положенные знаки внимания и почести (апату рыкуцара), предусмотренные обычаем. Проявлением этого является вставание при произнесении тостов в честь старших и гостей, содержание тостов и их последовательность, определяемая возрастом, важностью гостей, степенью близости родства с хозяином и пр.

Почти повсеместно у абхазов первый стакан поднимают теперь за народ, за мир и дружбу между народами, за то, чтобы не было войны. В этих высказываниях простых горцев нашли своеобразное отражение мысли о решающей роли трудовых масс в историческом процессе, о благе мира на земле. Второй тост произносится в честь новобрачных (если дело происходит на свадебном пиру), а потом пьют за их родителей, старшего гостя, бабушек и дедушек молодых, старших родственников с обеих сторон, за гостей и местных людей по старшинству, за исключением особых случаев. Например, если на пиру присутствуют родственники по линии матери жениха или невесты, то им оказывают особое уважение, усаживают на почетные места, а также пьют за них в числе первых и др. Причем пьющего, особенно когда приходится опорожнять вместительный рог, поддерживают возгласами «Пей до дна!» и «Ура!», «Ура!», «Ура!»

Но если дело происходит на свадьбе, могут собраться многие сотни людей — близкие родственники и друзья, сослуживцы, соседи, приятели, включая большую группу с невестинной стороны, возглавляемую одним почетным и знающим местные порядки человеком. Он называется «мужчиной-дружкой» и выступает в качестве едва ли не самой главной фигуры на данной встрече, одновременно основным компаньоном и «соперником» тамады по застолью. За всех них пить в отдельности, конечно, не представляется возможным. Поэтому тамаде с помощью своих советников, находящихся рядом, приходится иногда составлять довольно длинные списки лиц, за которых (в отдельности или группами) надо обязательно поднять стакан и сказать каждому из них нужное «слово».

Само же слово, нелишенное, правда, некоторых стандартных, трафаретных элементов и произносимое громким голосом в обстановке по возможности полной тишины, представляет собой от начала до конца импровизированную речь, произносимую в приподнятом торжественном духе, в которую оратор старается вложить максимум добрых пожеланий здоровья, счастья и успехов.

Однако основное содержание задравного тоста состоит в красочном и эмоциональном изложении только положительных человеческих качеств того, о котором идет речь, причем дается по возможности полная характеристика всех его заслуг перед людьми и обществом, при тщательном умолчании любых возможных отрицательных черт его характера, потому что объективный

внутренний смысл заздравных хостов, как и всего торжественного общения, состоит в том, чтобы укрепить дружбу, предупредить неприязненные отношения, не дать родству и дружбе «состариться». Но если будет, хотя бы в завуалированной форме, сказано кем бы и что бы то ни было о нем в отрицательном или оскорбительном смысле, то это может быть воспринято адресатом и его ближайшим окружением с большой обидой, что, учитывая самолюбивый характер абхазов и их высокоразвитое чувство собственного достоинства, может повлечь за собой самые непредвиденные и самые неприятные последствия. Поэтому очень редко встречаются за абхазским столом сквернословие, ссоры и вообще конфликтные ситуации, которые хозяевами также воспринимаются как тяжкое личное оскорбление.

Абхазским застольным этикетом выражаются порой удивительно тонкие оттенки человеческих взаимоотношений, не всегда заметные и не всегда, быть может, понятные постороннему наблюдателю. Мы уже знаем, например, что абхазский стол делится как бы на две «неравноправные» половины — «головную» (ахы) и «хвостовую» (ацыхуа), первую из которых занимают старшие из собравшихся на веселье и гости, а вторую — все остальные, которые на всем протяжении застолья должны вести себя по отношению к другой половине как младшие к старшим: уважительно, не слишком повышая голос, тихо и мирно. Кроме того, гость ни при каких обстоятельствах не должен быть посажен вблизи двери или выхода — это, в частности, и для того, чтобы он не ушел раньше времени и можно было бы задержать его подольше за столом, а главное потому, что он должен занимать свое в основном заранее определенное место среди почетных посетителей. Уйти из-за стола и вернуться обратно для дальнейшего участия в застолье считается неприличным (в крайнем случае, прежде, чем снова занять место за столом, нужно вновь помыть руки). Младшим следует уходить из-за стола пораньше и в том же порядке, в каком заходили в помещение, где происходит застолье, т. е. с «хвостовой» стороны стола, а не наоборот, чтобы случайно не задеть или как-то иначе не потревожить тех, кто сидит в наиболее почетной и удобной «головной» стороне. В процессе застолья «переходить» со стаканом вина к старшему или к родственникам по материнской линии, которым обычай велит оказывать всегда особые знаки внимания, возбраняется; если приходится чокнуться, «содвинуть» стаканы, младший должен поддержи-вать свой бокал на более низком уровне, чем старший его товарищ по застолью, и т. п.

Обращают на себя внимание и некоторые другие застольные детали. Так, всякая трапеза по традиции начинается чисто формальным, ритуально-символическим славословием в честь бога, гораздо реже — аллаха. Эта неизменная ритуально-магическая древняя формула гласит: «Боже, ниспосли нам свою благодать!», «Даруй нам теплоту своих очей!». Точно так же в начале каждого тоста обращаются к всевышнему, чтобы «Господь благословил» того, о котором идет речь, причем это часто сопровождается и другим характерным пожеланием: «Пусть благословят тебя люди!», то есть народ. Как видно из этого, большое значение придается положительному отношению народа к человеку, солидарности общества и его членов между собой, считая, что без этого никакая другая сила не может обеспечить полного благополучия личности.

В застолье интересы личности, уважение к человеку проявляются и в такой, казалось бы, мелочи, как раздача блюд и прежде всего кусков мяса. Сейчас мясо подают на тарелках, а еще недавно разносили в большой ажурной плетеной корзине (акалат), которую держали с обеих сторон двое молодых мужчин, а третий, постарше и поопытнее, который, назубок зная все части тела животного, доставал соответствующий кусок и, обходя ряды сидящих, церемониально клал перед гостем, но не как попало, а, так сказать, «лицом» к нему, т. е. определенной стороной куска мяса. Каждый должен получить порцию «по чину», в противном случае можно обидеть человека. С этим связана поговорка: «Сперва взгляни на чело человека, а потом выделяй ему долю». Например, старейшему полагается преподнести полголовы, главному гостю лопатку или бедро и т. д.

Одним словом, и такое как будто бы простое дело, как распределение вареного мяса между сидящими за столом, также представляет собой у абхазов весьма деликатную задачу традиционного гостеприимства. Трудность распределения осложняется еще и тем, что рядом сидящие люди не должны быть наделены одинаковыми кусками. В прошлом абхазы не рубили тушу животного, а искусно расчленили ее по суставам на 64 годных к употреблению «доли мяса», каждой из которых приписывается строго определенный ранг почетности, причем все они имеют и свое особое местное название.

Проявлением внимания и заботы, признаком хорошего тона и вежливости по отношению к сидящему рядом сотрапезнику-гостю, или просто старшему по застолью считается, если, привстав с места, отрезать кусок мяса и преподнести ему. Резать полагается тонкими продолговатыми ломтиками не от себя, а к себе и своим острым ножом, который прежде всегда был наготове и висел у каждого на поясе в чехле.

Гости, вставая из-за стола в конце трапезы, выражают хозяевам свои добрые пожелания: «Да будете вы всегда в достатке!», «Пусть множится ваша хлеб-соль!». На это хозяин дома в свою очередь с той же обязательностью отвечает: «То, что поели и попили, пусть да пойдет вам впрок!».

За традиционным абхазским столом довольно сложны и строги многочисленные формы деликатного обхождения с людьми. Однако не из одних церемоний, реверансов и дотошных обменов любезностями складывается застольный этикет. И только искажения и незнание обычаев или переход всяких границ нормы может создать впечатление о чрезвычайном господстве всякого рода излишеств. О необходимости соблюдения меры во всем говорит народная поговорка:

«Тот, кто безмерно стал оплакивать (покойника), сам себе разбил голову». Подлинно же народное, обычно, всегда полно здравого смысла. Это относится к ведению абхазского стола. В частности, в народе порицаются слишком длинные штампованные тосты, их называют «убийством словом», оскорбления и всякого рода нарушения порядка за столом. Считается, что все это несовместимо с уважением к человеку, к хозяину и его хлеб-соли.

Сколько существует внешних примет воспитанности, составляющих «философию» поведения, издавна поражавшую в Абхазии внимательных наблюдателей! К великому сожалению, манерам поведения в наши дни в школах, а часто и в семьях, не учат, но они нужны каждому, ибо, говоря словами Гегеля, «человек есть не что иное, как ряд его поступков». По-абхазски вся эта философия называется «апсуара», что, как мы уже видели, можно перевести как «абхазский этикет» в широком смысле слова, как абхазскую национальную житейскую систему взглядов и норм поведения.

Наблюдения показывают, что там, где нет разумных и активных носителей положительных народных традиций или где они по своим годам уже не в состоянии оказывать существенного влияния на окружающих, свадебные торжества, как и похоронно-поминальные и прочие обряды, проводятся, обычно, не только с нарушениями показательной этнической специфики, но часто и в условиях отсутствия простого порядка. Порой не соблюдаются даже такие требования традиционных правил, как, например, не занимать место старшего, соблюдать тишину и порядок, быть за столом сдержанным в приеме пищи и напитков — «лучше встать голодным, чем переест или перепить» и многие другие, которые были и остаются у воспитанных людей элементарными нормами поведения.

Несколько слов о языке тостов, которые, как мы видели, составляют столь важную и характерную черту любого абхазского и не только многолюдно-торжественного, но и незначительного будничного застолья.

Любой тост — типичная изустная импровизация, исключая в основном возможность повторения предыдущей застольной речи, кроме разве ее начала и конца — окаменевшего молитвенного зачина и заключительных слов с обращением к богу о даровании благополучия тому, за кого поднят бокал, и некоторых других устойчивых словосочетаний. Например, молодоженам часто желают «состариться вместе, как солнцу с луной», имея в виду «неразлучность» этих светил и их вечную живительную «молодость». Как по своему объему, так и по содержанию главной структурной частью почти любого тоста является подобная личная характеристика и благопожелания адресату, заключенные между указанными выше двумя другими обрамляющими составными элементами — миниатюрными и неизменными просьбами, обращенными к «великому богу, наверху находящемуся».

Язык застольных речей отличается поучительным содержанием, богатством лексического состава (особенно моральных категорий при сравнительной ограниченности религиозно-обрядового словаря), широким использованием устоявшихся словосочетаний и других народных речений, стандартных формул, пословиц, поговорок, перемеживающихся с воспоминаниями, анекдотами и притчами, уместными в данной конкретной ситуации, если только они не грозят слишком удлинить речь. Требования лаконичности без ущерба содержанию, предъявляемые к тостам, особенно относятся к речам младших участников застолья, выступления которых при всех случаях должны быть значительно короче и скромнее, чем тосты старших. Когда же застольная речь молодого человека почему-либо выходит из указанных рамок, он должен принести присутствующим свои публичные извенения за вольное или невольное нарушение традиции и, как было отмечено, раньше покидает стол, не принимая дальнейшего участия в состязании между группами гостей и хозяев в винопитии и красноречии. Словом, абхазское застолье немыслимо без тостов — малых и больших, местных и «вселенских», общественно-политических и персональных, а иногда религиозно-обрядовых, «святилищных» и других, соответственно ситуации. Отдельную группу составляют шуточно-юмористические тосты в стихах и прозе.

В целом абхазское застолье — это своего рода спектакль, все основные компоненты которого — от обряда омовения рук до тостов, танцев и песен — заранее предусмотрены традицией, бесценарная постановка, содержанием которой является не только торжество жизни и многоликость зрелища, но и самоутверждение человеческой личности.

*Из абхазского нартского эпоса («Приключения нарта Сасрыквы...» Сухуми, 1988 г., с. 45—51. )*

### **СТО БРАТЬЕВ НАРТОВ**

Жили в старину эти люди рослые,  
Называли их великими нартами,  
Были с виду они суровые, грозные,  
Были стройными, были статными.

Жили они в Апсны, в Стране Души,  
Было их сто от единой матери,  
Были они молоды и лицом хороши,  
Называли их великими нартами.

Если бы на бок любой из них лег,  
Голову подперев рукой,  
Под талией кот пройти бы мог,  
Хвост свой подняв трубой.

Так в поясе нарты были тонки,  
А плечи у них были широкими, мощными,  
А доспехи у них были крепки и звонки,  
А стрелы у них были меткими, точными.

Звучным, громким был у них голос,  
Кинжалы у них сверкали,  
Мечом они на лету рассекали волос.  
Поражений они не знали.

Были все они дружными братьями,  
Называли их великими нартами.

Бурки у них за плечами как черные вихри,  
Папахи на головах, как белые голуби,  
На конях-аргамаках выехав,  
Гарцевали они, веселые,  
Они в черкесках и архалуках,

При мечах, кинжалах и луках.  
Глаз не оторвать, как были они хороши.  
Жившие в Апсны, в Стране Души.  
Горе и радость поровну они делили,  
Настоящими дружными братьями были.  
А когда в поход они отправлялись,  
Где ждала их слава, ждали успехи,  
По-боевому они снаряжались,  
Надевали кольчуги, надевали доспехи,  
Кольчуги пулями непробиваемые,  
Доспехи мечами неуязвимые..  
Неизвестно где они пребывали,  
Но возвращались все невредимые.  
Ведь богатырская была у них сила,  
А сталь мечей их была остра.

Сто братьев нартов на свете жило,  
И была у них всего лишь одна сестра,  
Белолицая, белогрудая,  
Называлась сестра их Гундою.  
Сит звали нарта брата старшего,  
Сасрыква звали нарта брата младшего.  
Сасрыква был, говорят, от камня рожден,  
Ни пуль, ни мечей не боялся он.  
Не брали его ни стрела, ни кинжал,  
Громкую славу себе он стяжал.  
А дома у нартов были сделаны  
Из камня тесаного, из камня серого.  
Дома у нартов были огромные,  
А комнаты, где они ели,  
Были не комнаты, а хоромы.  
Погреб был у них прохладный, глубокий,  
И таким он сделан был не напрасно.  
Хранились там кувшины глиняные, крутобокие,  
Наполненные вином душистым, красным.  
Из кувшинов, что драгоценную влагу хранят,  
Самый большой называется вадзамакят.  
А на стенах объемисты, велики,  
Висят деревянные черпаки.  
Вся усадьба нартовская, как надо,  
Каменная окружает ограда.  
Ограда эта, сложенная умело,  
До нашего времени уцелела.  
Не простая это ограда, она  
Местами причудливая, резная.  
Сохранились на ней кое-где письмена,  
Но на каком языке никто не знает.

А братья-богатыри, могучие нарты,  
Всегда и во всем стояли за правду.  
Зло и коварство они наказывали,  
Добро и милость они поощряли,  
Следили за обоими склонами Кавказа,  
От разных врагов Кавказ охраняли.  
И разумом и в делах они были скоры,  
Не хвалились они своими победами,  
Для них что равнина, что высокие горы,  
Нигде препятствий они не ведали,  
Враги разбегались от них, как псы,  
А реки их были Кубань и Бзыбь.

Табуны, отары, коров стада  
У них многочисленны были всегда.  
И хотя они знали — никто не тронет  
Того, что нартам принадлежало,  
На каждой лошади или корове  
Тавро особенное стояло.

Больше всего не любили они воров,  
Похищавших лошадей, овец и коров,  
У простых крестьян угонявших скот,  
Суд над ворами был у них скор.

Со злыми они и сами злыми были,  
А с добрыми и сами добрыми были.  
Со взрослыми они взрослыми, мудрыми были,  
А с детьми они и сами, как дети были.  
Гостей привечать они любили,  
По душам поговорить они любили.  
С трезвыми они и сами трезвыми были,  
С любившими выпить с удовольствием пили.

А стада свои, что бесчисленны были,  
Как зеницу ока они хранили.  
Нарт без коня, какой же нарт?  
Хорошему коню каждый был рад.  
Овцы, как сейчас, так и прежде,  
Давали горцам шерсть для одежды,  
Быков они берегли и хранили тоже,  
Быки давали мясо и кожи.

Коней у них пас нарт Уахситу,  
Кони у него всегда были сыты.  
За овцами следил нарт Кун,  
Нарт Кятаван за быками следил, как надо.  
Был в порядке у нартов каждый табун,  
Благополучным каждое стадо.  
Были также пастухи запасные,  
Имена их такие:  
Хабугу, Нарджхеу, Ныз, Атаагиква,  
Сыйлыку, Наузыдж, Нажбатаква,  
Басиныхву, Хсаут, Татрашь, Хмышь...  
Все они были зорки, были проворны,  
Не проскользнула бы к стаду дажемышь,  
Не говоря уж про волка или про вора.

Когда же нарты уходили в поход,  
За стадами смотрел простой народ.  
Следили за табунами простые крестьяне,  
Стерегли отары односельчане.  
Потому что понимал простой народ:  
Нартов скот — это их же скот.  
Были нарты добрыми, справедливыми,  
Люди все при нартах были счастливыми.  
Раз в год собирались нарты все вместе  
И во имя бога лугов и леса,  
Чтоб всему скоту не заболеть, не пропасть,  
Отпускали на волю десятую часть.  
Была у нартов в доме скамья.  
Усаживалась на нее вся семья,  
Братья по старшинству на скамью садились,  
Пили, ели и веселились.

На первом месте садился нарт Сит — старший брат,  
На последнем месте садился Сасрыква — младший брат.

Кони у нартов были сильные, резвые,  
Коновязь у нартов была прочная, железная.  
Привязывали братья нарты к ней  
Сто арашов, богатырских коней.  
Глаза у нартов были зоркие, точные,  
Далеко они видели, все замечали.  
Стрелы у них были острозаточенные,  
Никогда мимо цели не пролетали.

Но Сасрыква был особый стрелок,  
В натянутый волос попасть он мог.  
Хорошие охотники были нарты,  
В быстроте и ловкости состязались,  
Всякой добыче были рады.  
С пустыми руками не возвращались.  
По мелкой дичи они не стреляли,  
Но оленей и зубров не пропускали.  
Каждый съесть пололеня мог,  
А сестре отдавали костный мозг.  
Жило также племя соседское  
Великанское и людоедское.  
Великаны и нарты всегда враждовали,  
Нарты великанов всегда побеждали.

Но великаны-людоеды, совершив набег,  
Хватали и в плен угоняли всех.  
Угоняли скот, угоняли женщин,  
Детей угоняли, увозили и вещи.  
Людей поедали, вокруг огня приплясывая,  
Особенно лакомились младенческим мясом.

Нарты за людоедами устремлялись в погоню,  
Летели, как стрелы нартские кони.  
Тех, кого великаны съесть не успели,  
Возвращали нарты из плена домой.  
Поэтому возможно и мы уцелели,  
Живя на нашей земле родной.  
Потому не прекратился абхазский род,  
«Изабеллу» пьет и песни поет.  
Потому мы памяти предков верны,  
Не забудет нартов страна Апсны.

**ГУНДА ПРЕКРАСНАЯ** (*«Приключения нарта Сасрыквы и его девяноста девяти братьев»*. Сухуми, 1988 г., с. 82—86.)

У ста братьев нартов была одна-единственная сестра. Звали ее Гунда, а за красоту несравненную прозвали Прекрасной. Говорили, что она похожа на богиню. Во всяком случае, в крови Гунды, несомненно, таилась божественная сила.

Нарты горячо любили сестру свою, воспитывали с большим тщанием, берегли и холили. Жила она в хрустальной башне. Ноги ее никогда не касались земли. Все, чего бы ни пожелала Гунда, подавалось ей прямо в руки, и без промедления.

Братья кормили сестру только костным мозгом дичи. Тело девушки было подобно свежему сыру — белым и нежным. Кожа отсвечивала точно зеркало. Не может описать Гунду язык человеческий. Молодые люди севера и юга, прослышав о красоте сестры нартов, домогались руки Гунды, бились друг с другом и погибали.

— Излишняя красота очень вредна,— решила Гунда Прекрасная и перестала следить за собой, чтобы меньше отличаться от остальных женщин. Переоделась она в простое, залатанное платье,

разлохматила свои золотые волосы.

— Что с тобой? — удивились братья.— Ты хочешь опозорить нас? Приведи же себя в порядок.

Гунда ответила так:

— Пожалуй, лучше будет, если покажусь я людям неряхой. Боюсь, что красота моя доставит вам много неприятностей. Не хочу навлекать беду.

— Кто посмеет тронуть тебя?! — вскричали братья и стали просить ее снова стать прежней. Прекрасной Гундой.

Братья отправились на охоту, а пока они охотились на туров и оленей, Гунда нарядилась в лучшие одежды, причесалась и умылась молоком. И встретила братьев сияющая.

— Я исполнила вашу просьбу,— сказала Гунда братьям,— но смотрите, как бы вам не пришлось пожалеть об этом.

Не обратили нарты внимания на эти слова. А Гунда намекала на невесток, ненавидевших ее за красоту и всеобщее почтение. И когда однажды братья уехали на охоту, жены их наготовили разных кушаний. Зажарили молоденьких курочек и индюшек, цесарок и уток, мясо серны и медвежье мясо, отварили телячьи лопатки, а из свежего сыра и муки сварили айладж — тягучую мамалыгу, неопишимо вкусную. И тогда средняя из жен поднялась в хрустальную башню и обратилась к Гунде с такими словами:

— Гунда Прекрасная, мы знаем — братья запрещают тебе ступать на землю. Но мы очень хотели бы пообедать с тобой. Если бы явилась ты к нам, то нам показалось бы, что мы владеем целым светом.

Гунда колебалась. Она боялась оставить хрустальную башню и тем самым нарушить запрет братьев. Но ей очень хотелось походить по земле. И она согласилась. Сошла Гунда с башни. Заняла место среди невесток.

Разбежались у Гунды глаза: что есть? С чего начинать? Она ведь ничего, кроме костного мозга дичи, не ела!

А самая старшая из невесток подносит Гунде кусочек айладжа и говорит медовым голоском:

— Золотая ты наша Гунда! Съешь этот кусочек из моих рук. Ну, доставь мне удовольствие и радость.

А сама подмигивает заговорщикам. И те подмигивают ей. И ждут, что будет, ибо в кусок айладжа старая ведьма положила свое кольцо.

Не подозревая худого, Гунда Прекрасная проглотила кусок айладжа, а вместе с ним и кольцо. И вдруг поперхнулась. Закашлялась. Посинела... Не успела даже крикнуть.

Бездыханную Гунду унесли невестки в лес и бросили в глубокую волчью яму. Казалось, погибла Гунда Прекрасная.

Но нет!

Скажите мне, остается ли в мире какое-либо преступление безнаказанным? Рано или поздно любая подлость раскрывается и правда торжествует. Так случилось и здесь.

Некий охотник по имени Алхуз бродил по лесу вместе со своими друзьями. Они-то и нашли Гунду и доставили в свое село.

Гунда не приходила в себя, и никакими стараниями Алхуз и его друзья не могли вернуть ей жизнь. Алхуз приподнял девушку за плечи и посмотрел в ее тусклые глаза. Он горестно вздохнул и уронил Гунду на подушки. И — о чудо! — Гунда Прекрасная закашлялась, изо рта ее выпало золотое кольцо и покатилося по полу...

Что рассказывать дальше?

Гунда снова встретила с братьями.

Ты спросишь, что сделали нарты со своими жестокими женами? Как ни пыталась Гунда скрыть от братьев происшедшее, они все-таки узнали всю правду.

Нельзя подымать на женщину руку, но выгнать негодную следует.

Так нарты и поступили.

А Гунда Прекрасная не пожелала больше оставаться в хрустальной башне, и от этого не стала она менее прекрасной.

## **ПОЧЕМУ НАРТЫ ПОШЛИ ПОХОДОМ НА ВЕЛИКАНОВ**

Как будто бы все было у нартов. Все — да не все. А где же виноград? Где вино?

Не было вина, ибо не было и винограда.

А яблоки? А персики? А инжир и черешня? Не было всего этого, и нарты огорчились.

А вот у великанов все это было. Росли у них и виноград, и яблоки, и персиковые деревья, инжир и черешня. Но ни с кем не делились великаны. Разве могли составлять исключение нарты?



А нартам до смерти хотелось вырастить у себя виноградную лозу и яблоню, персиковые деревья, инжир и черешню. Иметь их столько, чтобы всем хватило плодов, чтобы могли наслаждаться все апсуа, все апсуа и другие племена — близкие и дальние.

Великаны враждовали с нартами.

Это была смертельная вражда. И не могли нарты надеяться на то, что великаны предложат им великодушно семена плодов. И не могли даже подумать, что великаны захотят выслушать просьбу нартов, просьбу апсуа или иных племен — близких и дальних. Только сила могла подействовать на великанов! Только война!

Три года подряд ходили нарты походами на великанов. И все напрасно!

А когда нарты собрались в четвертый раз, Цвиц попросил их:

— Возьмите и меня с собой.

Нарты сказали:

— Нельзя, чтобы дом оставался без присмотра. Нельзя, чтобы мать была одна дома без мужчины.

О чем говорить? Разве не ясно, что нарты хотели обойтись без Цвица?..

— Когда же вы вернетесь? — спрашивает Цвиц.

— Будем живы — через три месяца.

И нарты двинулись в путь.

Месяц шел за месяцем. На исходе четвертого вскочил Цвиц на коня и отправился к великанам. А навстречу ему нарты.

— Что случилось? — спрашивает Цвиц.

— Возвращаемся ни с чем, — отвечают нарты.

— Вот так герои! — восклицает Цвиц, горяча огнеподобного коня. — Назад, сейчас же назад! Нельзя возвращаться ни с чем!

И Цвиц устремился вперед, как стрела, как ястреб.

Что делать нартам? Они последовали за ним.

И вот герои снова у стен той самой крепости, за которой укрылись великаны. Перед нартами — стена, а в стене железные ворота.

Цвиц говорит:

— Поставьте вперед себя Сасрыкву. Стойте здесь, у ворот. Будет буря. Будет гром. Засверкают молнии. Но пусть не дрогнут наши сердца! Пусть минует всех страх и малый и великий, ибо откроются ворота и вы должны будете разить великанов, но не чем-нибудь, а шашками. Только шашками!

И он куда-то скрылся.

Как и предсказывал Цвиц — поднялась буря. Как говорил он — загрохотал гром и засверкали молнии.

Вот железные ворота как бы сами собой распахнулись. И тут-то появился Цвиц. Шашка у него наголо.

— Герои-нарты, вперед, вперед! — кричит Цвиц.

И мчится как стрела, как ястреб на цыпленка. А за ним — нарты.

— Что делать, когда неожиданно сваливается на голову камень? Куда бежать, если вокруг огонь? Великаны с трудом понимают, что случилось. Полетели головы с непокорных. Оставшиеся в живых складывают оружие, преклоняют колени.

Смотрят нарты: вокруг благоухающие деревья. На них — плоды. Плоды эти так и тают во рту. Виноград и яблоки, персики, инжир и черешня... Чего только нет!

Взяли нарты плодов от каждого дерева и с победной песней повернули восвояси.

Они условились, где какому расти дереву. И во всем царило согласие, пока не дошло дело до виноградной лозы.

Одни сказали:

— Пусть повсюду растет.

Другие добавили:

— Пусть растет и поит нас своим соком.

А третьи:

— Опасайтесь лозы!

Цвиц сказал:

— Тот, кто будет не в меру пить ее сок, пусть бесится, словно Сасрыква, выведенный из терпения. Кто же будет пить ее в меру и с достоинством — пусть походит на меня, когда я веселюсь и веселю других.

Его слова стали заклитием. И заключение это по сей день тяготеет над соком, что родит виноградная лоза. А плоды, которые зреют осенью на деревьях в Апсны, ведут начало от тех

плодов, что выросли у нартов.  
А до того Апсны не знала подобных плодов.  
Разве не доброе было сделано дело?

## **ВЕЛИКИЙ КУВШИН** (*«Приключения нарта Сасрыквы...» Сухуми, 1988 г., с. 167—173.*)

Виноградники нартов были обширными, славились обильными урожаями. Виноделием занимался нарт Сит. Он знал свое дело как никто другой.

Хранилось вино в глиняных кувшинах. По ту и эту стороны Кавказского хребта, пожалуй, нет места, где бы люди не находили в земле остатки нартских кувшинов. В них очень удобно было держать вино: со временем оно делалось ароматным, точно земляника, долго сохраняло свежесть и вкус винограда.

Кувшины были разной величины. Те, которые побольше, имели собственные имена: Вадзамакят, Хямхуа, Авадзакят, Агдзакят. Самым большим, великим кувшином считался Вадзамакят. Он вмещал шестьсот обычных нартских кувшинов, употребляемых для воды.

Надо сказать, что Вадзамакят не был простым глиняным кувшином. Он отличался свойствами, тайна которых не раскрыта до сей поры. Следует знать, что Вадзамакят изготовили особым способом. Как и кем — это тоже неизвестно. Вино Вадзамакят обладало особой силой: выпив его, нарты становились еще более могучими. Говорят, что клали в этот кувшин разрубленную красную змею. Но где водится эта змея — никому не ведомо. Вот еще одно удивительное свойство Вадзамакят: сколько ни черпай вина из него — оно не убывало.

Все это, разумеется, создало великую славу этому нартскому кувшину. Если нарты поклялись возле него — значит, так тому и быть: никакого отступления! Да, священный был кувшин этот Вадзамакят!

Великий кувшин был зарыт в самом сердце Кавказских гор — на Клухорском перевале. Правда, иные утверждают, что не на Клухорском, а Нахарском. Но об этом можно поспорить.

Как ни дружили между собой нарты, как ни были они спаяны родственной кровью, но пошло меж ними это самое «мое-твое». Пришлось им поделить отцовское добро и разграничить это «мое-твое». Что делать? — такова жизнь.

Сасрыква сказал так:

— Я ничего не хочу из отцовского добра — дайте мне только Вадзамакят. И ничего другого я и не возьму!

Скажу прямо: каждый из нартов хотел того же самого. Сасрыква лишь опередил их. После его слов никто не обмолвился о кувшине, но отдать его младшему брату тоже никому не хотелось.

Одним словом, Вадзамакят стал причиной горячих споров. Спорили день, спорили два. Долго спорили братья.

И вот Сасрыква сказал:

— Давайте решим дело так: пусть каждый из нас расскажет о своих подвигах. Самый удивительный подвиг заставит заклокотать вино в Вадзамакяте. Тому и достанется кувшин.

Говоря это, Сасрыква был убежден, что кувшин достанется именно ему, ибо кто из братьев мог сравниться с ним геройскими подвигами?

Первым стал возле кувшина старший из братьев — Сит. Он долго рассказывал о своих подвигах, но вино и не думало клокотать. Вслед за ним его место по старшинству занимали остальные нарты, но вино оставалось спокойным, как молоко в глиняной посудине.

Пришел черед Сасрыквы. Он занял место своих братьев и с пылом рассказал о своих подвигах. Воистину это были геройские подвиги! Рот разинешь, слушая о них, обо всем на свете позабудешь. Но вот незадача: не заклокотало вино. Ничего, кроме обычного шипения, вызываемого крепостью самого вина.

Сасрыква очень огорчился!

Здесь же, недалеко от кувшина, стоял работник нартов по прозвищу Бжеиква-Бжашла, что означает Получерный-Полуседой. Мужественным был этот человек, больше того — он был героем. Но никто не знал об этом, кроме матери нартов великой Сатаней-Гуаши.

Сатаней-Гуаша сердцем чуяла беду, угрожавшую ее сыновьям в дни многотрудных походов. И тогда она вызывала Бжеикву-Бжашлу, окрашивала всю его одежду, лицо, ноги, руки наполовину в белую, наполовину в черную краску и посылала на подмогу сыновьям. Исполнив свой долг, не открывая своего имени, Бжеиква-Бжашла возвращался домой. Так и не знали нарты, кто их таинственный друг...

Видит Бжеиква-Бжашла, что никому из нартов не достается Вадзамакят. И обратился тогда он к братьям:

— Дайте и мне слово сказать.

Нарты удивились:

— Тебе слово? Да что ты можешь сказать? Ну, если не лень, говори.

И Бжеиква-Бжашла начал так:

— О великие нарты, вспомните, как однажды собрались великаны со всех концов света, чтобы погубить вас. Они устроили засаду в горах, с нетерпением ждали вашего появления. Вы оседлали своих огнеподобных коней и смело вышли в поход. Вас не остановили укрепления, построенные великанами. Вы храбро бросились на врага. А иначе вы не были бы нартами! Бились вы долго. Кровь великанов лилась рекой, но их было множество, и они окружили вас, зашли к вам с тыла. Смертельная опасность угрожала вам, и в эти мгновения дрогнуло сердце вашей матери. Сатаней-Гуаша позвала меня и сказала так: «Жизнь моих сыновей на волоске. Нельзя мешкать: надо спешить на помощь. Прояви мужество, Бжеиква-Бжашла!» Не раз приходилось мне оказывать вам поддержку в битвах. Разве мог не внять я просьбе Сатаней-Гуаши и на этот раз? Я перекрасил свою одежду, чувяки, лицо и руки в черно-белый цвет и стал получерным-полуседым. Двинулся я в путь и повстречал великана на коне. Он стал наседать на меня, но огнеподобный конь его вздрогнул, остановился, застыл на месте. А великан крикнул на него: «Кого ты испугался? Если Бжеикву-Бжашлу, то не родился он еще, а если и родился, то не созрел для битв, а если даже и созрел, не посмеет явиться сюда!» И великан пришпорил своего огнеподобного коня. А я ему в ответ: «Я и родился, и созрел для битв, и явился сюда! Давай сражаться, коли в тебе сила мужа!» Мы бросились друг на друга с шашками наголо. Без особого труда одолел я его и пошел дальше... Слышу: словно гром грохочет. Вижу: едет младший брат убитого великана, но посильнее и пострашнее старшего. Я выскочил на дорогу, и огнеподобный конь великана застыл от испуга, он стал точно каменный. А великан прикрикнул на него: «Кого ты испугался? Если работника нартов Бжеикву-Бжашлу, то не родился он еще, а если и родился, то не созрел для битв, а если даже и созрел — не посмеет явиться сюда!» И он пришпорил своего огнеподобного коня. А я ответил: «Я родился и уже окреп, явился сюда и своих нартов ищу. Наверное, их задержал этот валяющийся без головы твой брат!» И мы бросились друг на друга с шашками наголо, и молнии заблестели вокруг. Я одолел его, отсек ему голову и двинулся дальше. И вот тут-то я увидел такое, что никогда не видел: мне навстречу ехал на огнеподобном коне младший брат двух мертвых великанов. Земля под ним дрожала и трескалась. Конь его, огнеподобный, при виде меня застыл на месте. Великан прикрикнул на него: «Ах, чтоб тебя волки изодрали! Если ты боишься Бжеикву-Бжашлу, то не родился он еще, а если и родился, то не созрел для битв, а если даже и созрел, что он против меня?!» И вонзил он в коня шпоры. Я ответил: «Родился я и окреп и даже успел явиться сюда, чтобы отомстить за нартов. Покажи мне свое мужество!» И мы бросились друг на друга с шашками наголо. Гром и молния были между нами, земля качалась, подобно колыбели. Я напрягал все силы. С великана струился пот, и вокруг нас образовалось целое озеро. Он выстрелил в меня — и стрела оторвала ногу. Выстрелил в него я — и сорвал с него голову. Я победил!.. Осмотрелся вокруг, привязал свою ногу поплотнее, выбрался из озера, вспорол брюхо огнеподобному коню великана, и улегся в брюхе, и, засыпая, подумал: здесь меня никто не найдет, да и нога скорее приживется к месту... Пролежал я в брюхе коня три дня и три ночи. Выспался, отдохнул, и рана тем временем зажила. На четвертый день направился к вам. Великаны, узнав, что главари их убиты, пали духом. Мы разбили их и отправились домой... И вот пред вами я — Бжеиква-Бжашла, пред вами и Сатаней-Гуаша, которая не даст мне соврать!

Едва выговорил работник нартов последние слова, как заклокотало вино в кувшине Вадзамакят, словно разложили под ним огонь.

Нарты очень удивились. А разгневанный Сасрыква, напрягая силы, вытащил из земли кувшин Вадзамакят. И он сказал так, обращаясь к кувшину:

— Ты повинен в наших раздорах. Не будет тебя — не будет и споров меж нартами!

И он столкнул кувшин с перевала в сторону Апсны. И покатился Вадзамакят, и разбился он вдребезги в середине Апсны.

Так завершился этот спор о великом кувшине нартов.

На дне Вадзамакята оставались виноградные косточки. Эти косточки рассыпались по земле Апсны, и выросли из них виноградные лозы. И назывались они нартскими лозами. Не было в мире вина лучшего, чем вино, добываемое из нартских лоз, но — увы! — выродился этот виноград, нет его больше в Апсны.