

Республиканский конкурс

« Моя малая родина: природа, культура, этнос»

Номинация: Экотрадиции

Тема: рецепт блюда « Зоохэй»

Автор: Ошорова Валерия ученица 4 класса

Хужирской ООШ Тункинского района

Телефон: 89140547907

Руководитель: Дырхеева Дулма Будаевна

Телефон: 89503864246

у. Хужир

2021 г.

Молоко и все продукты, произведенные из него, с древнейших времен свято чтятся бурятским населением и называются «белой пищей». Это – еда «чистая», культовая. Кстати, ей нельзя угощаться при помощи вилки, использовать можно только ложку или руки. Существует стойкое убеждение, что при нарушении этого правила корова перестанет приносить молоко.

Особенное отношение к данным продуктам во многом объясняется символикой белого цвета, ассоциирующегося с целомудрием, честностью, красотой, достатком. Ко всему, это именно та ценность, которую может своему малышу предоставить мама, ведь молочная пища, с самого момента появления на свет, сопровождает человека всю его дальнейшую жизнь.

И с давнего времени повелось, что первая пиала «дээжэ» парного молока, саламата шла на угощение духам.

Одним из результатов контакта с миром духов является то, что человек гораздо сильнее чувствует свою взаимосвязь с окружающей средой, Землей и Вселенной. Причина этого в том, что такой человек действительно более связан с миром. Шаманы прошлого могли разговаривать с растениями, животными, камнями и другими сущностями мироздания, с которыми мы, люди, разделяем существование на Земле. Поклоняясь богам угощали их самой лучшей едой: молочной едой особенности саламатом, мясом и т.п.

В результате люди жили в гармонии с окружающим миром. Традиции запрета вырубki леса и других изменений ландшафта сохраняются до сих пор, так как считается, что шаман стережет свои кости 1000 лет. Такие простые религиозные верования тем самым способствовали сохранению животных и растений.

Легенды про охотничьи обряды, правила, запреты, вырабатывались сибирскими аборигенами, нашими дедушками, бабушками на протяжении веков в условиях суровой таёжной жизни. Благодаря шаманам, эта этика превратилась в свод таёжных законов, нормы обычного права.

Основной задачей буддийской культуры является выработка мировоззрения, в основе которого лежит естественная форма экологического воспитания на сохранение всех живых организмов. Это можно увидеть в коренных традициях и образе жизни, где наши предки жили в единстве с природой. Также угощали богов саламатом и другими подношениями.

Буряты воспитывали у детей бережное отношение к природе чаще через определенное табу - «нельзя» (сэртэ), которое отчасти имело и религиозную окраску. Так, считалось греховным осквернять огонь, воду: нельзя бросать мусор, грязь в огонь, плевать в него; «нельзя выливать в воде кровь, молоко или другое, загрязняющее ее, мыть грязную

посуду. Или: нельзя ломать деревья, ветки. Не то, что ломать ветки, деревья, убивать без необходимости зверей, более того, считалось греховным даже громко разговаривать в лесу, смеяться, кричать, чтобы не разбудить нечистые силы и не разгневить хозяев леса, воздуха, воды.

Наиболее ценным у бурят было с младенчества усвоить мудрый совет: будь всегда добр с природой. Будь гостеприимен!

Сегодня, хочу поделиться рецептом уникального священного блюда, преподносимого богам разных культур, старейшим и самым почитаемым в рационе бурятского народа: саламат, «Зоохэй».

Ингредиенты на 2 порции:

- 80 г. ржаной муки (в 1 столовой ложке «с горкой» 30 г.);
- 1 стакан сметаны;
- соль по вкусу

Сметану кипятим на небольшом огне, при этом медленно помешиваем деревянной ложкой. Когда появятся большие пузыри и сметана начнет «пыхтеть», постепенно всыпаем ржаную муку, убыстряя темп помешивания, чтобы избежать комков. После того, как масса начинает густеть. Считается, что постоянное помешивание способствует более активному выделению масла, а его чем больше, тем лучше. Если у вас и на дне, и по бокам посуды появилась румяная корочка, а сам саламат, пропитавшись маслом, уже не прилипает к ложке, – блюдо готово. Если угощаете богов, предков, духов местности то угощение должно быть без соли! Но самый главный совет – готовить с хорошим настроением и светлыми мыслями. Приятного аппетита!