УДК 58.072;637.146

<https://doi.org/10.25587/2222-5404-2025-22-1-16-28>

Оригинальная научная статья

Пищевые растения, используемые в традиционных молочнокислых продуктах и блюдах народа саха

В. В. Семенова

Институт биологических проблем криолитозоны СО РАН, г. Якутск, Российская Федерация

✉ vvsemenova-8@yandex.ru

Аннотация

В старину народ саха в повседневном питании использовал в большом количестве растения. В списке А. А. Саввина приведено 76 используемых видов дикорастущих пищевых растений, что составляет 4% из флоры Якутии, но 11 видов остаются не определенными и приводятся только на якутском языке. Предварительно растение из этого списка *кус тыла* нами определено как ряска тройчатая *Lemna trisulca* и сем. Lemnaceae. Из его списка 59 видов из 42 родов, объединенных в 23 семейства, использовались в молочнокислых продуктах и блюдах народа саха. Наиболее представлены семейства Rosaceae (7), Polygonaceae (6) и Alliaceae, Ericaceae, Asteraceae по 4 вида. Биоморфологический спектр 59 видов растений включает 3 вида деревьев, кустарников – 9, кустарничков – 3, остальные относятся к многолетним травянистым растениям. Для дальнейшей работы с пищевыми растениями необходимо привести список видов в соответствие с современной номенклатурой. В результате работы было идентифицировано 15 видов, из которых до уровня родов были переопределены 4 вида. При определении некоторых видов, таких как *Saussurea amara*, *Rheum rhaponticum*, *Allium senescens*, было проведено сопоставление с данными из других источников. В старину народ саха готовил различные виды молочнокислых продуктов и блюд с добавлением растительного сырья – листьев, корней и ягод. Наиболее разнообразным по содержанию растений являются молочнокислые супы ас и үөрэ, для приготовления которых использовались до 35 видов растений. Сладкий вкус блюдам көбүөр, дагда, күөрчэх придавали корни и ягоды растений.

Ключевые слова: пищевые растения, флора Якутии, молочнокислые продукты и блюда, народ саха, А. А. Саввин, жизненная форма, деревья, кустарники, кустарнички, травянистые многолетние растения

Финансирование. Работа выполнена в рамках выполнения государственного задания Института биологических проблем криолитозоны СО РАН на 2021–2025 гг. по теме «Растительный покров криолитозоны таежной Якутии: биоразнообразие, средообразующие функции, охрана и рациональное использование» (№ госрегистрации АААА-А21-121012190038-0) с использованием научного оборудования ЦКП Федерального исследовательского центра «Якутский научный центр СО РАН» в рамках реализации мероприятий по гранту № 13.ЦКП.21.0016

Для цитирования: Семенова В. В. Пищевые растения, используемые в традиционных молочнокислых продуктах и блюдах народа саха. *Вестник СВФУ*. 2025, Т. 22, № 1. С. 16–28. DOI: 10.25587/2222-5404-2025-22-1-16-28

Original article

Food plants used in traditional fermented milk products and dishes of the Sakha people

Varvara V. Semyonova

Institute for Biological Problems of Cryolithozone SB RAS, Yakutsk, Russian Federation

✉ vvsemenova-8@yandex.ru

Abstract

Historically, the Sakha people used plants in large quantities in their daily diet. According to A. Savvin's list, there are 76 species of wild food plants used, representing 4% of the flora of Yakutia. However, 11 of these species remain unresolved and are exclusively referenced by Yakut names. Based on preliminary assessment, the plant *kus tyla* from this list has been identified as *Lemna trisulca* and the *Lemnaceae* family. A. Savvin's list indicates that 59 species, representing 42 genera and 23 families, were used by Sakha people in fermented milk products and dishes. The families Rosaceae (7), Polygonaceae (6), Alliaceae (4), Ericaceae (4), and Asteraceae (4) are the most prominent in the dataset. The biomorphological spectrum of these 59 plant species includes 3 tree species, 9 shrubs species, and 3 dwarf shrub species, with the remaining species classified as perennial herbaceous plants. To continue research on food plants, the species list has to be consistent with modern scientific classification. This study identified 15 species, with 4 species reclassified to the level of genera. The identification of certain species, including *Saussurea amara*, *Rheum rhaponticum*, and *Allium senescens*, involved a comparative analysis of data from other sources. Traditionally, the Sakha people prepared diverse fermented milk products and dishes with the addition of plant ingredients, including leaves, roots and berries. Fermented milk soups, such as *ac* and *γөpэ*, exhibited the greatest botanical diversity, with up to 35 plant species were used in preparation. The sweet taste of the dishes *kyobyuyor*, *dagda*, *kyuorchekh* was given by the roots and berries of plants.

Keywords: food plants, flora of Yakutia, fermented milk products and dishes, Sakha people, A. A. Savvin, life form, trees, shrubs, dwarf shrubs, perennial herbaceous plants

Funding. The work was carried out under the state assignment of the Institute of Biological Problems of Cryolithozone SB RAS for 2021-2025, research theme: 'Vegetation cover of the cryolithozone of taiga Yakutia: biodiversity, environment-forming functions, protection and rational use' (state registration No. AAAA-A21-121012190038-0). The research utilized scientific equipment at Yakut Scientific Center (SB RAS, Research Sharing Department) within the framework of activities implemented under grant No. 13.ЦКП.21.0016

For citation: Semyonova V. V. Food plants used in traditional fermented milk products and dishes of the Sakha people. *Vestnik of NEFU*. 2025, Vol. 22, No. 1. Pp. 16–28. DOI: 10.25587/2222-5404-2025-22-1-16-28

Введение

Сведения о пище народа саха можно найти в работах политических ссыльных, врачей и научных исследователей [1–17]. В ее составе до развития хлебопашества, т. е. до 80–90-х гг. XIX в., очень большое место после молочных и мясных продуктов занимали продукты растительного происхождения – стебли и корни дикорастущих растений, ягоды и древесная заболонь. Потребление

растительного состава зависело от характера хозяйства, обеспеченности рабочей силой, физико-географических особенностей. Например, в южных районах в год потреблялось в среднем на одно хозяйство в сыром весе приблизительно 640 кг растений, разных корней – 70 кг, заболони – 50–60 кг и ягод разных – 80 кг. В северных районах в большом количестве заготавливали корни копеечника и кровохлебки. Так, в Оймяконе потребляли в год до 480 кг растений, в Верхоянском улусе высушенных и растолченных корней копеечника запасали 30–50 кг на хозяйство. В виллюйских улусах преобладающее место из растений занимала заболонь, потребление которой составляло в год в одном хозяйстве от 1,52 до 18,32 ц [15].

Ежегодно в Центральной Якутии в июле группа из 10–20 женщин, детей и стариков отправлялась на ближайшие луга, где произрастали хрен, полынь обыкновенная, шавель, лук и другие съедобные растения. В начале июня и в сентябре в центральных и виллюйских улусах женщины и дети собирали корни сусака. Также осенью в основном из нор мышей выкапывали корни кровохлебки, лапчатки гусиной и копеечника [1, 2, 15]. Самое большое место из всех растений, используемых в пищу, занимала древесная заболонь или луб сосны и лиственницы. Весной в июньские дни, когда кора приобретает способность легко отдираться от стволов, начиналась страда заготовки заболони на зиму. Именно из-за этой страды июнь месяц получил у народа саха название «месяц заболони» – *бэс ыйа*, где под словом *бэс* подразумевалась не сама сосна, а ее заболонь, так как сосновую заболонь большей частью именовали кратко *бэс* (*бэһи сизбит*, *бэс буһарбыт* и т. п.) [17].

Стебли и листья растений потребляли в свежем виде и запасали на зиму в сушеном и квашеном виде. Древесную заболонь сушили и измельчали в деревянной ступке *кэли*, затем разделяли на более крупную труху *уоба* и мелкую *оодул*. Различали два основных способа квашения растений: силосование и брожение в молочных продуктах. Квашение листьев, заболони и ягод в молочных продуктах – *тапе* (пахтанье) – было распространено повсеместно. В свежем и мороженом виде хранили бруснику [15, 17].

По сведениям политического ссыльного В. Е. Гориновича (1889), который расспрашивал стариков того времени, чем они лечились: «в старину до прихода инородцев болезней было гораздо меньше и излечивались они просто – пускали кровь или камлал шаман». Он отмечал, что организм якута очень здоров и крепок. За продолжительную 7–8-месячную зиму он ни разу не наблюдал у якутов цинготных явлений [3]. Первые попытки посева ячменя были начаты в 1737 г. в местном монастыре, и в 1842 г. ежегодно начали сеять пшеницу [18]. С этого времени большинство кисломолочных продуктов и блюд с использованием растений были вытеснены, способы их приготовления утеряны.

В настоящее время изучению пищевых растений народа саха уделяется немало работ в историческом, этнографическом, химическом, ботаническом, этнолингвистическом аспектах [13, 14, 16, 18, 19].

Ценные сведения о растениях в этнографической литературе со временем становятся труднодоступными для населения из-за непрекращающихся изменений номенклатуры растений вплоть до переименования их родовых названий. Определение растений становится трудным даже и для специалистов, которые не владеют специализированной литературой. Поэтому идентификация растений в работах исследователей XIX и начала XX вв. в соответствии с современной номенклатурой становится актуальной для дальнейшего изучения и использования растений для широкого круга людей.

Целью данной работы является анализ разнообразия пищевых растений, используемых в молочнокислых продуктах и блюдах, уточнение их наименований в соответствии с современной номенклатурой.

Материалы и методы

В работе для уточнения устаревших названий растений использованы труды В. Л. Комарова [20], «Флора СССР» [21], сводка С. К. Черепанова [22], «Флора Сибири» [23], «Определитель высших растений Якутии» [24].

Результаты и их обсуждение

Наиболее полно представлены пищевые растения в списке выдающегося этнографа А. А. Саввина (1896–1951) [15]. Далее приводится анализ разнообразия растений из его списка. В нем зафиксировано 76 видов растений, в том числе 11 видов приведены только на якутском языке (*быар от, эт эрбэһин, үрүмэ ханатар, диэрэн тыла, кус тыла, хаххан борбуйа, обус кутуруга, хачыгыр, сылгы тыла, бэкээринньик, чыраама*). Со слов Е. Е. Яковлевой, учителя биологии и химии СОШ с. Далыр Верхневилуйского улуса, растением *кус тыла* охотники называют ряску тройчатую, ее поедают водоплавающие птицы. Во флоре Якутии в настоящее время насчитывается 1950 видов растений [24], из которых список пищевых растений А. А. Саввина [15] составляет 4%. В то время растения были определены по книге В. Л. Комарова [20] и многотомному определителю растений «Флора СССР» (1934–1964) [21].

Представляем перечень растений с уточнениями в соответствии с современной номенклатурой, приведенной по «Определителю высших растений Якутии» [24]:

– герань якутская, *Geranium jacutense*, куохалас, тарбах от, тураах тарбаҕа, тараах от в настоящее время переименована в герань волосистоцветковая, *Geranium erianthum* DC, сибэккитэ түүлээх куохалас;

– лапчатка клейкая, *Potentilla viscosa* J. Don., хаддьыа хайаҕа, сыстымтыа кэйингэс – лапчатка длиннолистная, *Potentilla longifolia* Willd. ex Schlecht., уһун сэбирдэхтээх кэйингэс;

– смородина красная, *Ribes acidum* Turch. – с. голенькая, *R. glabellum* Trautv. et C.A. Mey., хаптаҕас, сыгынньах хаптаҕас, аһы моонньоҕон; с. черная, *R. nigrum* L. – с. малоцветковая, *R. pauciflorum* Turcz. ex Pojark., моонньоҕон;

– горец живородящий *Polygonum viviparum* L., мэкээрсин, мэкээссин, мэкээкэй – змеевик живородящий, *Bistorta vivipara* (L.) Delabre, оҕолоох эриллэбэс от;

– змеиный корень (горец, макаршин корень), *Polygonum bistorta* L., мэкээрсин, мэкээссин, мэкээкэй – змеевик перистый, *Bistorta plumosa* (Small.) D. Löve, куорсуннаах эриллэбэс от;

– щавель кислый, *Rumex acetosa* L., кийһилэ, аһы кийһилэ, кэһилэ – щавель пирамидальный, *Acetosa thyrsoiflora* (Fingerh.) A. Löve et D. Löve, пирамидальной кийһилэ;

– очиток (заячьа капуста, сайгачья капуста, молодило, скрипун), *Sedum purpureum* (L.) Schult. – очиток трехлистный, *S. triphillum* (Haw.) Holub., үс сэбирдэхтээх очиток, таман;

– зопник клубненосный, *Phlomis tuberosa* L. – з. клубневой *Phlomoides tuberosa* (L.) Moench, астаах хортуос от, харбаһын, хадьыа от, харбыһын;

– лилия даурская, саранка, *Lilium dauricum* Ker. Gawl. – л. пенсильванская, *L. pensylvanicum* Ker-Gawl. (L), сардаана;

– лилия кудреватая, *L. martagon* L., сардаан, сэниэн, монуо, модуон, сомоҕо ымыйах – л. скудноволосистая, *Lilium pilosiusculum* (Freyn) Mischz., убаҕас түүлээх сардаана, куударалаахтынгы сардаана;

– ежеголовник простой, *Sparganium simplex* Huds. – е. узколиственный, *S. angustifolium* Michx., синньигэс сэбирдэхтээх дьуостуган и е. плавающий, *S. natans* L., устар дьуостуган;

– рдест взморниколистный, *Potamogeton zosterifolius* Schum., муорамсахтыны анаҕаһын, ымыйах уга, куба сиир ото, нуолу, бөөлтүүр, бөлчөк, бөлтөк, бөлчүөк – р. сплюснутая, *P. compressus* L., хаптаҕай анаҕаһын;

– нардосмия, *Nardosmia* Cass., үрүмэ от, кэбэ кулгааҕа – белокопытник холодный, *Pelasites frigidus* (L.) Fries, тонуй үрүн туйах;

– ячмень ржаной, *Hordeum secalinum* Shrab., халба дабыдала – я. короткоостистый, *H. brevisubulatum* (Trin.) Link, ньыырт кутуруга, сыһыны ньэчимиэн.

Соссюрея, солонцовая трава *Saussurea glomerata* Pourg., чыллырыыт, в источниках, использованных А. А. Саввиным [15], и в современных отечественных ботанических источниках не найдена. Каро Фердинанд Каэтановия, флорист, фармацевт, исследователь растений Сибири, во время своей ссылки в Иркутскую области (1888–1893) гербаризовал и определил вид как *Saussurea glomerata*, он хранится в Ботаническом музее Копенгагенского университета Дании [25, 26]. На сайтах интернет-энциклопедии «Википедия» и определителя растений и лишайников «Плантариум» *Saussurea glomerata* представлен как синоним соссюреи горькой, *Saussurea amara* (L.) DC (S.) [27, 28].

В книге А. А. Саввина [15] упоминается два вида ревеня: *Rheum compactum* L. и *R. rhaponticum* L. В «Определителе высших растений Якутии» [24] приводятся ревень компактный, *Rheum compactum* L., чөкө аахта и р. восточный, *R. orientale* Losinsk, илинни аахта. Вид *R. rhaponticum* L. в списке С. К. Черепанова [22] указывается как культурный вид, который встречается в Восточной Европе (Европейской части бывшего СССР).

В определении такого растения, как лук, чеснок, *Allium safirum*, чочунаах, луук, вид «*safirum*» ошибочно дан от вида *Allium sativum*. В книге Н. В. Фризена «Луковые Сибири» [29] *Allium sativum* приводится как лектотип в систематике видов лука. В других источниках, кроме «Флоры СССР» [21], *Allium sativum* не приводятся. В народе саха под названием «чочунаах» собирают лук с плоскими листьями, произрастающий на остепненном лугу окрестности с. Тулагино, с подобными листьями на территории Якутии встречается только *Allium senescens* L., лук стареющий.

В приведенной ниже таблице приводится список растений, используемых в молочнокислых продуктах народа саха (табл.). Растения происходят из 23 семейств, 42 родов и 59 видов. Наибольшими видами представлены семейства Rosaceae (7) Polygonaceae (6) и Alliaceae, Ericaceae, Asteraceae (по 4). По жизненным формам из 59 видов растений к древесным видам относятся 3, к кустарникам – 9, к кустарничкам – 3, остальные – к многолетним травянистым растениям.

Из древесных растений в пищу использовали только луб, который в народе называли заболонь, из кустарников – в основном ягоды, кроме шиповника, у которого побеги применяли для приготовления кымыс. Из надземных частей травянистых растений готовили молочнокислые супы и каши, а измельченные корни и луковицы добавляли во многие блюда и напитки для придания густоты и сладкого вкуса.

В народе саха в кисломолочных продуктах хайах использовали 5 видов растений, размолотые корни копеечника и лапчатки, из ягод – бруснику и землянику. Молочнокислый квашеный продукт тар готовится длительное время в основе простокваши, суорат – с добавлением костей уток, мелких животных и трав. А. А. Саввин [15] приводит 11 видов растений, в том числе луб сосны и лиственницы, использовавшихся для приготовления тар. Для изготовления молочнокислых напитков кымыс и быырпах саха применяли побеги княжика, добытые во время цветения, кроме того, для кымыса брали луб березы и побеги шиповника. Шиповник считался ритуальным растением, его наделяли

защитными свойствами. Для загущения молока с добавлением пахтанья, сметаны и улучшения вкусовых качеств напитка хойуннарбыт үүт использовали измельченные корни водных растений (ежеголовника, рдеста, сусака), а также луговых видов мзеевика живородящего и перистого.

Из ягод в качестве загущающего растения А. А. Саввин [15] указывает толокнянку. Наиболее богатый растительный состав представлен в молочно-кислых растительных и ягодных супах үөрэ, ас, ынах аһа, ытыйаҥ ас. Различные виды ас готовили в основном в летнее время с разным сочетанием сметаны, пахтанья, трав и ягод. Названия супы получали в зависимости от преобладающих видов растений, так, например, молочнокислый суп с квашеным шавелем назывался кииһилэ ас, с ягодами – отон ас, со смородиной черной – моонньоҕон ас, с земляникой – дьэдьэн ас и т. д.

В составе супов ас А. А. Саввин [15] приводит 35 видов растений, в үөрэ – 30. Үөрэ употребляют в питании до настоящего времени. Так же, как и ас, үөрэ бывает разных видов. Молочно-растительный суп үөрэ в старину готовили в зимнее время, в его состав обычно входили тар, молоко, вода, заболонь, травы, корни и мелкая рыба. Молочнокислая растительная каша бутугас по составу похожа на блюдо үөрэ, но отличается добавлением загущающих корней сусака, луковиц лилии, а позже их заменили на ячменную муку, а также в нее добавляли ягоды и квашеную рыбу сыма, лыба, аҕыраан.

Сладкие блюда и закуски из кисломолочных продуктов көбүөр, дагда, күөрчэх (моруос) готовили в основном в зимнее время и подавали в мороженом виде. Көбүөр наиболее богат растительным составом [7], его готовят из сочетания масла, молока и сметаны. Ранее в него добавляли измельченные корни, луковицы растений и сухие ягоды толокнянки. Блюда дагда (сливочный крем) и күөрчэх (молочная пенка) являются более сладкими благодаря добавлению в них ягод земляники, смородины и брусники. В дагда также добавляли корни копеечника, кровохлебки и лапчатки. Эти блюда подавали и в теплые дни в свежем виде.

Таблица

**Растения, используемые в молочнокислой пище народа саха,
по книге А. А. Саввина (2005)**

Table

**Plants used in fermented milk products of the Sakha people,
based on the work of A. A. Savvin (2005)**

№	Название растения	Части растений	Блюда
Pinaceae			
1	Лиственница Каяндера, <i>Larix cajanderi</i> Mayr, каяндер тиитэ	луб	ас, ынах аһа, ытыйаҥ ас,
2	Сосна обыкновенная, <i>Pinus sylvestris</i> L., бэс	луб	кииһилэ ас, бутугас, тар, үөрэ
Typhaceae			
3	Рогоз широколистный, <i>Typha latifolia</i> L., өргүөт, куба аһылыга, бөөттүүр, тэбиэн	корни	бутугас, үөрэ, хойуннарбыт үүт

Spargaceae			
4	Ежеголовник мелкоплодный, <i>Sparganium microcarpum</i> (Neum.) Raunk., бытархай астаах дьуостуган	корни	үөрэ, хойуннарбыт үүт
5	Е. узколистный (е. простой), <i>S. angustifolium</i> Michx. (<i>S. simplex</i> Huds.), синньигэс сэбирдэхтээх дьуостуган	корни	
6	Е. плавающий, <i>S. natans</i> L. (<i>S. simplex</i> Huds.), устар дьуостуган	корни	
Potamogetonaceae			
7	Рдест сплюснутый (рдест взморниколистный), <i>Potamogeton compressus</i> L. (<i>P. zosterifolius</i> Schum.), муорамсахтыны анаҕаһын, ымыйах уга, куба сиир ото, нуолу, бөөлтүүр, бөлчөк, бөлтөк, бөлчүөк, хаптаҕай анаҕаһын	корни	ас, ынах аһа, киһилэ ас, ытыйан ас, отон ас, бутугас, үөрэ, хойуннарбыт үүт
Butomaceae			
8	Сусак зонтичный, <i>Butomis umbellatus</i> L., зонтиктаах унньуула, анаҕаһын, күөл аһа	корни	ас, ынах аһа, ытыйан ас, отон ас, «бутугас», үөрэ, хойуннарбыт үүт
9	С. ситниковый, <i>B. junceus</i> Turcz., чуурукталы унньуула, анаҕаһын, күөл аһа	корни	
Liliaceae			
10	Лилия пенсильванская (лилия даурская, саранка), <i>Lilium pensylvanicum</i> Ker-Gawl. (<i>L. dauricum</i> Ker. Gawl.), сардаана	луковицы	ас, ынах аһа, ытыйан ас, отон ас, бутугас, үөрэ, хойуннарбыт үүт
		побеги	
11	Лилия скудноволосистая (лилия кудреватая), <i>Lilium pilosiusculum</i> (Freyn) Misch. (<i>L. martagon</i> L.), убаҕас түүлээх сардаана; куударалаахтыны сардаана; сардаан, сэниэн, монуо, модуон, сомоҕо ымыйах	луковицы	ас, ынах аһа, ытыйан ас, отон ас, бутугас, үөрэ, хойуннарбыт үүт
		побеги	
Alliaceae			
12	Лук блестящий, <i>Allium splendens</i> Willd. ex Schult., луук	листья	ас, ынах аһа, ытыйан ас
13	Л. стареющий, <i>A. senescens</i> L., чочунаах, луук	листья	
14	Л. стелющийся, <i>A. prostratum</i> Trev., луук	листья	
15	Л. скорода, <i>A. schoenoprasum</i> L. луук	листья	
Betulaceae			
16	Береза пушистая (береза белая), <i>Betula pubescens</i> Ehrh., үрүн хатын	луб	кымыс
Polygonaceae			
17	Змеевик живородящий (горец живородящий), <i>Bistorta vivipara</i> (L.) Delabre (<i>Polygonum viviparum</i> L.), оҕолоох эриллэбэс от, мэкээрсин, мэкээссин, мэкээкэй	корни	хойуннарбыт үүт
18	Змеевик перистый (змеиный корень), <i>Bistorta plumosa</i> (Small.) D. Lóve (<i>Polygonum bistorta</i> L.), куорсуннаах эриллэбэс от, мэкээрсин, мэкээссин, мэкээкэй	корни	
19	Ревень компактный, <i>Rheum compactum</i> L., чөкөө ахта	листья	ас, ынах аһа, ытыйан ас

20	Щавель пирамидальный (щавель кислый), <i>Acetosa thyrsiflora</i> (Fingerh.) A. Löve et D. Löve (<i>Rumex acetosa</i> L.), пирамидальной киһилэ, аһы киһилэ	листья	ас, ынах аһа, киһилэ ас, бутугас», «үөрэ, тар
21	Щавельник (щавель) водяной, <i>Rumex aquaticus</i> L., уу ат киһилэтэ, уу киһилэтэ, кытыл киһилэтэ	листья	
22	Щавельник (щавель) курчавый, <i>Rumex crispus</i> L., кудархай ат киһилэтэ, хочуон, кыыс от	листья	
Ranunculaceae			
23	Живокость крупноцветковая, <i>Delphinium grandiflorum</i> L., үрдүк танара кийиитэ	побеги	үөрэ
24	Княжик охотский, <i>Atragene ochotensis</i> Pall., охотской ситимэ, абыһы ситимэ, илим от, абааһы илимэ	побеги с цветками	быырпах, кымыс
25	Княжик сибирский, <i>Atragene sibirica</i> L., сибиир ситимэ, абааһы ситимэ, илим от, абааһы илимэ	побеги с цветками	
Cruciferae (Brassicaceae)			
26	Хрен гулявниковый, <i>Armoracia sisymbrioides</i> (DC.) Sajander, көннөрү кириэн	листья	ас, ынах аһа, ытыйан ас, үөрэ
Crassulaceae			
27	Очиток трехлистный (очиток пурпурный, заячьа капуста), <i>Sedum triphillum</i> (Haw.) Holub. (<i>S. purpureum</i> (L.) Schult.), үс сэбирдэхтээх очиток, таман	листья	бутугас
Grossulariaceae			
28	Смородина голенькая (смородина красная; смородина кислая; кислица), <i>Ribes glabellum</i> Trautv. et C.A. Mey. (<i>Ribes acidum</i> Turch.), сыгыннах хаптаҕас, аһы моонньоҕон	ягоды	ас, отон ас
29	Смородина дикуша (охта, алданский виноград) <i>Ribes dikuscha</i> Fisch. ex Turcz., уохта моонньоҕон, бэллээнэ	ягоды	
30	Смородина малоцветковая (смородина черная), <i>Ribes pauciflorum</i> Turcz. ex Rojark., моонньоҕон	ягоды	ас, отон ас, моонньоҕон ас, дагда
Rosaceae			
31	Земляника восточная, <i>Fragaria orientalis</i> Losinsk., дьэдьэн	ягоды	дагда, хайах, отон ас, дьэдьэн ас
32	Княженика (поляника, мамура), <i>Rubus arcticus</i> L., арктика өлдүүнэ, киис тингилэбэ	ягоды	отон ас, киис тингилэбэ ас
33	Кровохлебка аптечная (кровохлебка лекарственная), <i>Sanguisorba officinalis</i> L., эмтээх ымыйах	корни	дагда, ас, ынах аһа, ытыйан ас, бутугас, көбүөр
		побеги	үөрэ
34	Лапчатка гусиная, <i>Potentilla anserina</i> L., хаас кэйингэһэ	корни	бутугас, көбүөр, хайах
		листья	үөрэ
35	Л. длиннолистная (клеякая), <i>P. longifolia</i> Willd. ex Schlecht., уһун сэбирдэхтээх кэйингэс, хаддьыа хайаҕа	листья	үөрэ
36	Малина сахалинская, <i>Rubus sachalinensis</i> Levl., биэ эмийэ, сахалин өлдүүнэ	листья	отон ас, биэ эмийэ ас

37	Шиповник иглистый, <i>Rosa acicularis</i> Lindl., дөлүһөн	побеги	кымыс
Fabaceae			
38	Горошек мышинный, <i>Vicia cracca</i> L., кутуйах чангычаба, күрдүгэс күрүөнэ, күрдүгэс күрүөтэ	побеги	ас, ынах аһа, ыттыан ас
39	Копеечник арктический, <i>Hedysarum arcticum</i> B. Fedtsch., аһыгар кыллаах сардаа	корни	ас, ынах аһа, ыттыан ас, бутугас, дагда, көбүөр, үөрэ, хайах
		побеги	тар
40	К. Гмелина, <i>H. gmelinii</i> Ledeb., гмелин сардаата	корни	ас, ынах аһа, ыттыан ас, бутугас, дагда, көбүөр, үөрэ, хайах
		побеги	тар
Geraniaceae			
41	Герань волосистоцветковая (герань якутская), <i>Geranium erianthum</i> DC, сибэккитэ түүлээх куохалас, тарбах от, тураах тарбаба, тараах от	побеги	үөрэ
Onagraceae			
43	Иван-чай узколистный (кипрей узколистный), <i>Chamaenerion angustifolium</i> (L.) Holub, кучу от	побеги	ас, ынах аһа, ыттыан ас, тар, үөрэ
Umbelliferae (Apiaceae)			
44	Борщевик рассеченный, <i>Heracleum dissectum</i> Ledeb., тырыылаах истии от, абааһы тайаба	листья	үөрэ
45	Дудник низбегающий, <i>Angelica decurrens</i> (Ledeb.) B. Fedtsch., намылхай абааһы тайаба, маһаас тайаба, истии		
46	Д. лесной, <i>A. sylvestris</i> L., ойуур абааһы тайаба, маһаас тайаба, истии		
Ericaceae			
47	Брусника, <i>Vaccinium vitis-idaea</i> L., уулаах отон	ягоды	ас, отон ас, күөрчэх или мооруос, хайах
48	Голубика топяная, <i>Vaccinium uliginosum</i> L., сугун	ягоды	ас, сугун ас
49	Толокнянка обыкновенная (толокнянка боровая, медвежье ушко), <i>Arctostaphylos uva-ursi</i> (L.) Spreng., унуохтаах отон	ягоды	ас, отон ас, ынах аһа, ыттыан ас, көбүөр, хойуннарбыт үүт, хайах
50	Черника обыкновенная, <i>Vaccinium myrtillus</i> L., харас	ягоды	ас, отон ас, харас ас
Lamiaceae			
51	Зопник клубневой (зопник клубненосный), <i>Phlomis tuberosa</i> (L.) Moench (<i>Phlomis tuberosa</i> L.), астаах хортугос от, харбаһын, хадьыа от, харбыһын	листья	үөрэ
52	Тимьян ползучий, <i>Thymus serpyllum</i> L., боҕоруоскай от, сир сыта	побеги	ас, ынах аһа, ыттыан ас

Scrophulariaceae			
53	Льянка обыкновенная, <i>Linaria vulgaris</i> Mill., көннөрү көбүөр от, издэгэй эрбэһин	соцветия, листья	ас, ынах аһа, ытыйаҥ ас
Plantaginaceae			
54	Подорожник большой, <i>Plantago major</i> L., улахан бохсурҕан, биэс тымырдаах от, лохсурҕан	листья	бутугас
55	Подорожник седеющий, <i>Plantago canescens</i> Adams., кэрэмэс бохсурҕан	листья	үөрэ
Asteraceae			
56	Белокопытник холодный (нардосмия), <i>Pelasites frigidus</i> (L.) Fries (Nardosmia Cass.), тонуй үрүҥ туйах, үрүмэ от, кэбэ кулгааҕа	листья	ас, ынах аһа, ытыйаҥ ас
57	Козелец лучистый, <i>Scorzonera radiata</i> Fisch., сардана алтан бас, алтан бас, эмэхэлик	листья	үөрэ
58	Полынь обыкновенная (чернобыльник) <i>Artemisia vulgaris</i> L., кыа уга, үөрэ ото	побеги	ас, ынах аһа, ытыйаҥ ас, үөрэ
59	Соссюрея горькая (солонцовая трава), <i>Saussurea amara</i> (L.) DC (<i>S. glomerata</i> Poir.), чыллырыыт, хабаххай чыллырыыт	листья	үөрэ

Заклучение

В старину народ саха в повседневном питании использовал растения в большом количестве. Выдающийся этнограф А. А. Саввин приводит 76 видов дикорастущих пищевых растений, что составляет 4% флоры Якутии. В его списке 11 видов остаются не определенными и приводятся только на якутском языке. Предварительно из этого списка растение *кус тыла* опеределено как ряска тройчатая *Lemna trisulca* и сем. Lemnaceae.

Из основного списка 59 видов использовались в молочнокислых продуктах и блюдах народа саха. Растения представлены из 23 семейств, 42 родов и 59 видов. Наибольшими видами представлены семейства Rosaceae (7) Polygonaceae (6) и Alliaceae, Ericaceae, Asteraceae по 4. По жизненным формам из 59 видов растений к древесным видам относятся 3, к кустарникам – 9, к кустарничкам – 3, остальные – к многолетним травянистым растениям.

Для дальнейшей работы с пищевыми растениями необходимо привести названия видов в соответствие с современной номенклатурой. В результате работы были уточнены названия 15 видов, из которых до родов были идентифицированы 4 вида. Некоторые виды, такие как *Saussurea amara*, *Rheum rhaponticum*, *Allium senescens*, найдены в других источниках.

В старые времена саха готовили различные виды молочнокислых продуктов и блюд с добавлением растительного сырья: листьев, корней, ягод. Наиболее разнообразным по содержанию растений являются молочнокислые супы ас и үөрэ, для приготовления которых использовались до 35 видов растений. Сладкий вкус блюдам көбүөр, дагда, күөрчэх придавали корни и ягоды растений.

Л и т е р а т у р а

1. Маак Р.К. *Вилюйский округ Якутской области*. Ч. 2. Санкт-Петербург: Типография и хромолитография А. Траншеля; 1886:368.
2. Маак Р.К. *Вилюйский округ Якутской области*. Ч. 3. Санкт-Петербург: Типография и хромолитография А. Траншеля; 1887:192.
3. Горинович В.Е. *Народная медицина якутов*. 1889 (Ф.5. Оп.1. Д.350 Архив ФИЦ ЯНЦ СО РАН).
4. Попов Н.А. *О якутах, их образе жизни, питании и их болезнях*. Якутск: Областная типография; 1910:28.
5. Пекарский Э.К. *Словарь якутского языка*. Т. III, Ч. I. Вып. 10: (та - туор). Ленинград: АН СССР; 1927:2509-2828.
6. Колпакова Т.А. *Эпидемиологические особенности Якутского края*. Ленинград: АН СССР; 1927:109.
7. Колпакова Т.А. *Эпидемиологическое обследование Вилюйского округа ЯАССР*. Ленинград: АН СССР; 1933:292.
8. Караваев М.Н. *Дикорастущие лекарственно-технические и пищевые растения Якутии*. Якутск: Якутгосиздат; 1942:53.
9. Крашенинников С.П. *Описание земли Камчатки*. Москва; Ленинград: Главсевморпути; 1949:841.
10. Ионова О.В. *Пища якутов*. 1954, 103 л. (Ф.5. Оп.1. Д.554 Архив ФИЦ ЯНЦ СО РАН).
11. Худяков И.А. *Краткое описание Верхоянского округа*. Ленинград: Наука; 1969:437.
12. Серошевский В.Л. *Якуты: опыт этнографического исследования*. Москва: Российская политическая энциклопедия; 1993:713.
13. Федоров И.А. *Пищевые травы Якутии*. Москва: ФИПС; 1999:163-166.
14. Федоров А.А., Ефремова М.И., Чирикова Н.К. Химический состав уерэ ото (*Artemisia vulgaris* L.) как пищевого и лекарственного растения Якутии. *Фундаментальные исследования*. 2004;(11-9):1981-1983.
15. Саввин А.А. *Пища якутов до развития земледелия*. Якутск: Сахаполиграфиздат; 2005:274.
16. Попова А.С., Миронова Г.Е., Павлова А.С. и др. Влияние водных экстрактов пищевых и лекарственных растений на антиоксидантный статус организмов при стрессах. *Наука и образование*. 2005;2:33-37.
17. Николаев С.И. *Пища якутов*. Якутск: Якутский край; 2010:168. <https://cloud.mail.ru/public/aigJ/toDZj6gmd>
18. Чирикова Н.К., Ефремова М.И. Перспективные пищевые растения Якутии. *Научные перспективы XXI века. Достижения и перспективы нового столетия. X Межд. науч.-практ. конф.* Т. 3 (10), Сер. 6 Медицинские науки. Биологические науки. Новосибирск, 17-18 апреля, 2015:7-9.
19. Божедонова А.Е., Лугинова О.А., Чирикова Н.К. Этнолингвистический анализ наименований лекарственных и пищевых растений, произрастающих в Южной Якутии. *Мир науки, культуры, образования*. 2022:94(3):260-263.
20. Комаров В.Л. *Введение в изучение растительности Якутии*. Ленинград: Изд-во АН СССР; 1926:183.
21. *Флора СССР*. Т. 1-30. Москва; Ленинград: Изд-во Академии наук СССР; 1934-1964.
22. Черепанов С.К. *Сосудистые растения России и сопредельных территорий: в пределах бывшего СССР*. Санкт-Петербург: Издательство «Мир и семья – 95»; 1995:992.
23. *Флора Сибири*. Т. 1-14. Новосибирск: Наука; 1987-2003.
24. Афанасьева Е.А., Байков К.С., Бобров А.А. и др. *Определитель высших растений Якутии*. Москва: Товарищество научных изданий КМК; Новосибирск: Наука; 2020:896.

25. Каро Фердинанд. *Библиотека сибирского краеведения* [Электронный ресурс] <https://bsk.nios.ru/enciklodediya/karo-ferdynand>
26. *Saussurea glomerata*. Растения мира [Electronic resource] <https://plants.jstor.org/stable/10.5555/al.ap.specimen.c10007947>
27. *Saussurea amara* (L.) DC (S.). Плантариум <https://www.plantarium.ru/page/view/item/33752.html>
28. *Saussurea amara* (L.) DC (S.). Википедия https://ru.wikipedia.org/wiki/Соссюрея_горькая
29. Фризен Н.В. *Луковые Сибири: систематика, карпология, хорология*. Новосибирск: Наука Сиб. отд-ние; 1988:185.

References

1. Маack RK. *Vilyuisky district of the Yakutsk region*. Part 2. St. Petersburg: A. Tranchel's Publishing and Chromolithography House; 1886:368 (in Russian).
2. Маack RK. *Vilyuisky district of the Yakutsk region*. Part 3. St. Petersburg: A. Tranchel's Publishing and Chromolithography House; 1887:192 (in Russian).
3. Gorinovich VE. *Folk medicine of Yakut people*. 1889 (Coll. 5. Aids 1. Fol. 350 Archive of Federal Research Center of the YSC SB RAS) (in Russian).
4. Popov NA. *About Yakuts, their way of life, diet and their diseases*. Yakutsk: Regional Printing House; 1910:28 (in Russian).
5. Pekarsky EK. *Dictionary of the Yakut language*. Vol. III, Part I. Issue 10. Leningrad: Publishing House of the USSR Academy of Sciences; 1927:2509-2828 (in Russian).
6. Kolpakova TA. *Epidemiology peculiarities of the Yakutsk region*. Leningrad: Publishing House of the USSR Academy of Sciences; 1927:109 (in Russian).
7. Kolpakova TA. *Epidemiological survey of the Vilyui district in the Yakut ASSR*. Leningrad: Publishing House of the USSR Academy of Sciences; 1933:292 (in Russian).
8. Karavaev MN. *Wild medicinal, technical, and food plants of Yakutia*. Yakutsk: Yakutgosizdat; 1942:53 (in Russian).
9. Krashennnikov SP. *Description of the Land of Kamchatka*. Moscow; Leningrad: Publishing House "Glavsevmorputi"; 1949:841 (in Russian).
10. Ionova OV. *Food of the Yakuts*. 1954, 103 p. (Coll. 5. Aids 1. Fol. 554 Archive of Federal Research Centre YSC SB RAS) (in Russian).
11. Khudyakov IA. *Brief description of Verkhoyansk district*. Leningrad: Nauka; 1969:437 (in Russian).
12. Seroshevsky VL. *Yakuts: experience of ethnographic research*. Moscow: Political Encyclopedia Publishers; 1993:713 (in Russian).
13. Fedorov IA. *Food herbs of Yakutia*. Moscow: FIIP; 1999:163-166 (in Russian).
14. Fedorov AA, Efremova MI, Chirikova NK. Chemical composition yere oto (*Artemisia vulgaris* L.) as food and medicinal plant of Yakutia. *Fundamental research*. 2004;(11-9):1981-1983 (in Russian).
15. Savvin AA. *Food of the Yakuts before agricultural development*. Yakutsk: Sakhapoligrafizdat; 2005:274 (in Russian).
16. Popova AS, Mironova GE, Pavlova AS, et al. Effect of aqueous extracts of food and medicinal plants on antioxidant status of organisms under stress. *The Education and Science Journal*. 2005;2:33-37 (in Russian).
17. Nikolaev SI. *Food of the Yakuts*. Yakutsk: Yakutsk region; 2010:168. [Electronic resource] <https://cloud.mail.ru/public/aigJ/toDZj6gmd> (in Russian).
18. Chirikova NK, Efremova MI. Promising edible plants of Yakutia. In: *Scientific Prospect for the 21st Century: Achievements and Prospects of the New Century. The 10th International Scientific and Practical Conference*. Medical Sciences. Biological Sciences. Novosibirsk, 17-18 April, 2015:3(10):7-9 (in Russian).

19. Bozhedonova AE, Luginova OA, Chirikova NK. Ethnolinguistic analysis of the names of medicinal and food plants growing in southern Yakutia. *Mir nauki, kul'tury, obrazovaniya*. 2022;94(3):260-263 (in Russian).

20. Komarov VL. *Introduction to the study of vegetation in Yakutia*. Leningrad: Publishing House of the USSR Academy of Sciences; 1926:183 (in Russian).

21. *Flora of the USSR*. Vol. 1-30. Moscow; Leningrad: Publishing House of the USSR Academy of Sciences; 1934-1964 (in Russian).

22. Cherepanov SK. *Vascular plants of Russia and adjacent states (the former USSR)*. St. Petersburg: Publishing House "Mir i sem'ya – 95"; 1995:992 (in Russian).

23. *Flora of Siberia*. Vol. 1-14. Novosibirsk: Nauka; 1987-2003 (in Russian).

24. Afanasyeva EA, Baikov KS, Bobrov AA, et al. *A guide to the vascular plants of Yakutia*. Moscow: Partnership of scientific editions KMK; Novosibirsk: Nauka; 2020:896 (in Russian).

25. Karo Ferdinand. *Siberian Regional Studies Library* [Electronic resource] <https://bsk.nios.ru/enciklopediya/karo-ferdynand> (in Russian).

26. *Saussurea glomerata*. Plants of the World [Electronic resource] <https://plants.jstor.org/stable/10.5555/al.ap.specimen.c10007947> (in English).

27. *Saussurea amara* (L.) DC (S.). Plantarium: [Electronic resource] <https://www.plantarium.ru/page/view/item/33752.html> (in Russian).

28. *Saussurea amara* (L.) DC (S.). Wikipedia: [Electronic resource] https://ru.wikipedia.org/wiki/Соссюрея_горькая (in Russian).

29. Frizen NV. *Alliaceae of Siberia: systematics, karyology, chorology*. Novosibirsk: Nauka; 1988:185 (in Russian).

Сведения об авторе

СЕМЕНОВА Варвара Васильевна – к. б. н., с. н. с., Институт биологических проблем криолитозоны СО РАН – обособленного подразделения ФГБУН ФИЦ СО РАН, г. Якутск, Российская Федерация, ORCID: 0000-0002-1473-3614

E-mail: vvsemenova-8@yandex.ru

Information about the author

Varvara V. SEMYONOVA – Cand. Sci. (Biology), Senior Researcher, Institute for Biological Problems of Cryolithozone SB RAS, a branch of the Federal Research Center YSC SB RAS, Yakutsk, Russian Federation, ORCID: 0000-0002-1473-3614

Конфликт интересов

Автор заявляет об отсутствии конфликта интересов

Conflict of interests

The author declares no relevant conflict of interests

Поступила в редакцию / Submitted 26.11.24

Принята к публикации / Accepted 24.12.24