

Саламаат-саха төрүт аһа



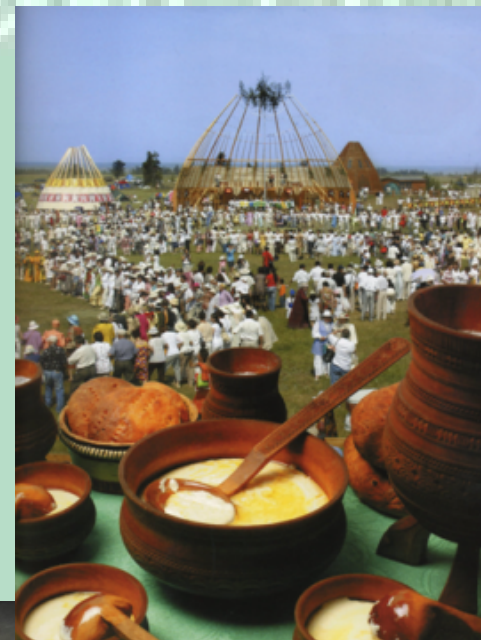
Саламаат



Саламаат - саха маанылаах, төрүт аһа. Саламааты улахан үөрүүлээх дьоро күннэргэ, ыһыахха, оҕо төрөөтөбүнэ, урууга, малааһынна уонна сиэргэ-туомна тутталлар. Үрдүк Айыыларга айах тутарга анаан астыыллар.

Күөх сайын сатыылаабытын туоһулуур мааны ас сандалы тула дьиэ кэргэни түмэр үтүө аналлаах.

Ол курдук, саха омук Ньюкуолун күнүгэс быһыытынан кус миинин, алаадыны уонна саламааты сөбүлээн астыыр. Ону таһынан, ыһыах остуолугар хайаан да баар буолуохтаах.



Саламаат диэн туустаах бурдуктан уонна арыттан оҥоһуллубут ас буолар.



Саламаат искэ -үөскэ олус туһалаах, тотоойу аһылык. Саламаат көрүнгэ элбэх эрээри, буһарыыта биир.

Чөчөгөйү мөлтөх уокка оргутуллар. Оргуйдабына бурдугун аргый табыгынатан кыра-кыралаан кутуллар. Ити кэмһэ быыстала суох булкуйа туруллар уонна кыралаан үүтү эбэтэр ууну эбиллэр. Ол сыстыбатыгар уонна арыыта үчүгэйдик тахсарыгар көмөлөөх. Арыыта төһөнөн дагдайар да, соччонон үчүгэй. Иһит түгэбэ уонна ойоҕоһо саһардабына уонна хааһы ньуоскаба сыстыбат буоллабына, саламаат бэлэм.



Аныгы үйэбэ идэтийбит ас астааччылар саламаат көрүнгүн элбэттилэр, ол курдук эттээх, балыктаах, тыллаах, отон арааһын кутуохха эмиэ сөп.

- ❖ Саламаакка бурдугу кыра-кыра кутар ордук.
- ❖ Маныаха түргэнник туттуохха наада, бытааннык булкуйдаххына, хомуоктанан хаалар.
- ❖ Үүтүн төһөнөн сыалаах да, саламаатын соччонон минньигэс буолуо.
- ❖ Чугуун иһиккэ буспут саламаат ордук минньигэс.
- ❖ Арыыта аллан табыстабына, ол аата үтүөнү түстүүр, үчүгэй бэлиэ.



Сүөгэй саламаат

600 г сүөгэй,

200 чөчөгөй,

50 г бурдук,

туус.

Чөчөгөйгө сүөгэйи булкуйулар, онно бурдугу, амсайан көрөн туус кутулар, ытыгынан ытыйлар. Чугуун көстүрүүлэбэ кутан уокка туруорулар. Оргуйдабына, уотун кыччатылар уонна булкуйа-булкуйа уһуннук буһарылар. Арыта дагдайан табыстабына, кыратык тэптэрэ түһүллэр. Хойуу, ыыс арабас дьүһүннээх саламааты кытыйаларга, пиалаларга кутан, сылаасты сиэнэр.

Айыыһыт саламаата

1 лиитирэ чөчөгөй,

75 г бурдук.

Оҕоломмут дьахтарга анаан бэлэмнииллэр. Чөчөгөйгө бурдугу ытыйан, сылаас хобордооххо халыччы кутулар. Булкуйа туран орто уокка буһарылар. Сииргэ сымнабас уонна элбэх арыта суох буолар.

Арыы саламаата

200 г ынах арыта,

10 г бурдук

1 лиитирэ уу.

Ынах арытын хобордооххо уулларан, бурдугун холбонор. Булкуйа туран орто уокка буһарылар. Хойдон саһархай өһнөннөбүнэ, хаста да төхтүрүйэн итии уу кутулар, бурдук, арыы эбиллэр. Арыта дагдайар диэри буһарылар

