

## **ЭЛИКСИР ВОИНОВ И... МЛАДЕНЦЕВ**

Недавно я стала свидетельницей потрясающей сцены. «Новый русский», разглядывая в супермаркете молочные продукты, поинтересовался у продавщицы: «Кумыс- это что, молоко лошадей, его так называют в Средней Азии, да?». Ответ последовал еще более забавный: «Кажется, туда еще чего-то добавляют, то ли сахар бросают, то ли дрожжи..»

### **Напиток настоящего воина**

На самом деле кумыс производят по сложнейшей биотехнологии. И полными невеждами в этом вопросе порой выступают не только обыватели. Ведущий в России кумысодел, доктор наук Елена Евгеньевна Гладкова вспоминает, когда звонили из СЭС и грозно спрашивали: «А почему вы молоко не кипятите? Предоставьте нам, пожалуйста, список всех консервантов. Объясните, чем вы убиваете микробов, потому что мы не находим никакой патогенной микрофлоры?» Приходилось объяснять. Кумыс - это напиток, микрофлора которого всегда должна быть живой. Его производство почти стерильно, как в операционной. И все это - ради удивительного воздействия кумыса на организм человека. Настоящий кумыс - это не прохладительный напиток, а лекарство, действующее как мощнейший иммуномодулятор.

*«Раньше при институте коневодства был санаторий, – Вспоминает Елена Гладкова, - Однажды прислали «на кумыс» инженера с завода «Ленинского Комсомола» в крайне тяжелом состоянии. Я решила, что это туберкулезник с открытой формой и назначила ему самый «ударный» кумыс. Вскоре выяснилось, что у него заболевание поджелудочной железы, да такое, что он не мог разогнуться от боли. А через месяц, когда он уехал, ему сняли инвалидность. Кумыс помог восстановить функции больной поджелудочной железы, а это чрезвычайно редкий случай».*

О том, что кумыс не только лечит, но и дает новые силы, раньше всех узнали кочевые народы. Чингиз Хан был первым кумысоделом, и по праву считал кумыс напитком настоящего воина. Был даже издан особый приказ Чингиз Хана: когда его воины отправлялись в поход, они должны были взять с собой два бурдюка: с молоком и с кумысом. Они пили кумыс и доливали бурдюк молоком, которое тут же начинало сквашиваться. Так, питаясь одним кумысом и вяленым мясом, они завоевывали целые страны.

Говорят, что искусных кумысоделов, чтобы их секреты никто не узнал, в критических ситуациях даже убивали.

Наши политические лидеры тоже знали толк в кумысе. Одно время ВНИИК делал кумыс для работников ЦК. Дважды в неделю из института коневодства уходила машина с целебным напитком в Кремль. Возможно, именно кумыс помогал справиться нашим политикам с нервными перегрузками, особыми его любителями были Брежнев, Косыгин и Андропов. Большим поклонником этого напитка сегодня является Президент Татарии Минтимер Шаймиев. Он взял кумысоделение под личный контроль, и, попробовав кумыс, производимый по технологии ВНИИК, отметил, что именно такой следует производить и в Татарии. (Раньше там пили кумыс с повышенной кислотностью.) К сожалению, нет ни одного политика, который захотел бы восстановить производственную линию кумыса во ВНИИК, прекратившую существование во времена перестройки.

*«Кумыс - это хорошо усваиваемые аминокислоты, необходимый человеческому организму строительный материал, - Поясняет Елена Евгеньевна, - Поездишь по кумысным фермам, попробуешь их продукцию, и замечаешь, как на глазах улучшается кожа, как волосы и ногти становятся заметно крепче».*

## **Вместо материнского молока**

Именно в этих аминокислотах – ответ на вопрос, почему для производства кумыса годится только кобылье молоко. В кобыльем молоке содержатся легкие альбуминовые соединения - те же, что и в женском молоке. В коровьем молоке – тяжелые казеиновые белки, которые нередко оседают сгустками в желудке, вызывая вздутие живота. Кроме совпадения по типу аминокислот, кобылье молоко также нежирное (1% жира) и сладкое (6% сахара-лактозы), как и женское.

«Когда смотришь на младенца, сразу же видно, чем его кормят, - Рассказывает Елена Гладкова, - Дети, выросшие на коровьем молоке, в котором 3-4% жира, обычно слишком полные. Еще хуже картина там, где искусственное питание. Тут и диатез и общее нарушение обмена веществ, ведь у таких детей неправильно развивается гормональная система: кора надпочечников и гипоталамус. Большинство таких детей - толстые и неповоротливые».

На базе ВНИИК и кафедры микробиологии МГУ проходил эксперимент. Две группы здоровых грудничков получали либо кобылье, либо коровье молоко. Те, кто прикармливался кобыльим молоком, начинали раньше вставать и говорить. Эксперимент шел полгода. Но, к сожалению, грянула перестройка, и ВНИИК не успел получить официальное разрешение на использование кобыльего молока при искусственном вскармливании. А ведь кобылье молоко могло бы поставляться на детские кухни вместо импортных молочных смесей. О питательности кобыльего молока говорит хотя бы то, что новорожденный жеребенок прибавляет ежедневно в весе до 2 кг, в то время как теленок - не больше 400 г.

Темой вскармливания младенцев кобыльим молоком пару десятилетий назад заинтересовалась Германия. Наши научные открытия, надолго осевшие в пыльных ящиках столов, в Германии быстренько поставили на поток. Практичные немцы начали производить ампулы с сухим кобыльим молоком, которое достаточно развести теплой водой и накормить младенца. Сегодня, в условиях плохой экологии и недостаточного питания, такие ампулы были бы востребованы и в России.

Полезные качества кобыльего молока сохранены в кумысе. А кумысная закваска - это живые молочнокислые культуры, а также дрожжи. У патогенных микробов, попадающих в закваску, происходит разрыв оболочки, и они погибают. Елена Гладкова вспоминает, как в одной из поездок по стране рядом с ней оказался человек с гниющей раной, а лекарств поблизости не было. Приложенная к ране кумысная закваска сработала как сильнейший антибиотик, и уже через пару дней она начала затягиваться.

«Бывает удивительная клиника, - вспоминает Елена Гладкова, - Привозили малышей, которые не переваривали углеводы. Им дадут кусок хлеба, он разбухает в желудке и все... Они не могли есть ни грамма сахара. У них был страшный диатез. Мы им давали кумыс. Через месяц-два у них менялся обмен веществ, нормализовалась выработка ферментов. Помню, один мальчик из Москвы был буквально «шоколадным» от диатезной корки. Его поили кумысом, мазали закваской, и с него эта болезненная корочка начала слезать, словно кора с дерева...»

## **Когда лекарства не помогают**

Врачи раньше говорили безнадежным больным: «Вам уже ничего из медикаментов не поможет. Попробуйте кумыс». Кумыс становился шансом спасения от туберкулеза, нервного истощения, кожных болезней, тяжелых заболеваний желудка и печени. Елена Гладкова вспоминает, как однажды во ВНИИК пришло письмо из «глубинки» с просьбой прислать кумысодела-консультанта. Каково же было удивление молодой специалистки, когда ее, сходящую с поезда, встретили дюжие мужики в военной форме, на черном «воронке» с решетками на окнах. Оказалось: кумысную ферму открывали при тюрьме, чтобы снизить заболеваемость туберкулезом.

Другой раз, к Гладковой прилетел представитель администрации Ханты-Мансийского автономного округа, и умолял найти хотя бы одну установку для изготовления кумыса: «У нас растет детская заболеваемость, а кумыс повышает иммунитет». Дело было за пару дней до Нового года... и пришлось срочно возвращать людей к рабочим будням. Ежегодно потом под Новый год во ВНИИК шли поздравительные открытки с благодарностью за то, что спасли многих сибирских детей от болезней и смерти, а некоторым и помогли родиться. Кумыс, ко всему прочему, выводит радиоактивные элементы. Две фермы, организованные в Белоруссии специально для пострадавшего Чернобыля, работают и сегодня.

### **Кто держит «черный рынок» молочных продуктов?**

Изготавливать кумыс сложнее, чем кажется. Кобыла, в отличие от коровы, отдает молоко только в присутствии жеребенка, и мелкими порциями. Ряд новых кумысных ферм был под угрозой закрытия по единственной причине - нет профессионалов. Лучшей породой лошадей для центральной России считают советского тяжеловоза. Традиционные кумысные породы: башкирская, монгольская в нашем климате плохо приживаются, да и требуют больших пастбищ.

Один из исторических рецептов кумыса звучит так: «Сухожилие задней ноги лошади положить в деревянную бочку с готовым кумысом и держать там месяц. Потом вынуть, высушить, разрезать на куски, и бросать эти куски в молоко всякий раз, когда надо кумыс изготовить». Сегодня кумыс готовят иначе, но ГОСТы на его изготовление появились лишь в 1969 году! Закваска формируется три недели. Это – сложнейший симбиоз микроорганизмов. Молочные палочки «ацидофилка» и «болгарка» - антагонисты, и в обычной природе друг с другом не сотрудничают, а напротив, воюют. Нередко в старой закваске ацидофильной палочки не оказывается вовсе, вытесняет болгарка. Надо смотреть, как работают дрожжи, чтобы они не съели весь сахар. А когда этот симбиоз нормально работает, кумыс не расслаивается. Самый яркий признак некачественного кумыса - слоистость. Кумысная закваска всегда должна быть живой. Кобылье молоко, без пастеризации, помещается в ванну из нержавеющей стали и вместе с закваской вымешивается около получаса при 400 оборотах в минуту. Если мешалка работает медленнее, то быстро нарастает кислотность, молочнокислые палочки подавляют дрожжи. Если молоко слишком жирное, вместо пенки появляется пленка. Ни капли воды и ни один лишний микроб не должны попасть в кумыс - изменится брожение. Насыщенный кислородом кумыс ставится на созревание в холодильник на полтора часа. При температуре 2 градуса С кумыс будет храниться 5 суток, а при 4 градусах - 3 суток. Если температуру поднять, кислотность зашкалит, а она должна иметь 100 градусов по Тернеру. Если опустить до нуля - погибнет вся закваска, и в кумысе вместо живых бактерий будут одни только их трупы.

Кумыс разливают по бутылкам при кислотности 70 градусов по Тернеру, и, пока он стоит, за сутки набирает еще 30 градусов. Даже в Йошкар-Оле, где делают огромные партии кумыса, разлив производится вручную. Автоматизированная линия окисляет кумыс. Бутылки нужны с особо сильными стеклами, обычные взорвутся. В готовом кумысе 2% белка, 1% жира, 2,4% углеводов, 3% спирта. Дальше спиртообразование нарастает. Больше 5 суток кумыс не хранится, эликсир здоровья превращается в алкогольный и бесполезный напиток.

*«Именно поэтому меня глубоко возмущил кумыс, который согласно этикетке мог храниться полгода, - Рассказывает Елена Гладкова. - Он был слоеный, и пах дымом. В нем кислотность была не 100 градусов по Тернеру, а все 150, в нем было 6 градусов спирта, а не портился он только потому, что в него ввели консерванты. А когда я спросила в магазине на такой возмутительный «кумыс» сертификат качества, то его не оказалось. Такой «кумыс» мы видели в Туле и в Калуге. Мы хотели в суд подавать, но нам отсоветовали: «Не связывайтесь. Продовольственная мафия сильнее».*

Но если продовольственная мафия сильнее ученых из ВНИИК, то неужели с ней не сможет

справиться государство? Почему бы сегодня государству не поддержать отечественные традиции кумысоделия? Продукт этот не просто полезный, но и крайне выгодный и рентабельный. Но сегодня из 113 кумысных ферм, существовавших в советские времена, осталось на учете только 20, при этом половина их них - частные, вновь организованные. Выходит, нашему государству выгоднее зарубежные «инвестиционные проекты»? Вот только с приходом в Россию иностранного капитала, нарастает и вал молочных продуктов, бесполезных по составу, без живой микрофлоры, с консервантами, обеспечивающими их хранение годами. Но тогда о каком здоровье нации можно в принципе вести речь?

Анна ГАГАНОВА