

DOI 10.37386/2305-4077-2023-3-106-121

**Е. Л. Яковлева<sup>1</sup>***Казанский инновационный университет имени В. Г. Тимирязова***КНИГА РЕЦЕПТОВ Н. Н. ХВОСТОВА КАК  
ЭГО-ДОКУМЕНТ**

Объектом исследования избрана книга «История на вкус: кулинарная тетрадь личного повара Ф. И. Шалапина», впервые попавшая в оптику научного внимания. Благодаря данному эго-документу Н. Н. Хвостова реконструируются гастрономические предпочтения великого баса. Метод исследования аналитический. Хвостовские рецепты выявляют гастрономическую систему баса, включающую культуру питания, рефлексирование над вкушением, рационализм в приеме пищи, излюбленные ингредиенты блюд. Анализ рецептов показывает, что Ф. И. Шалапин был не только любителем вкусно поесть, но и гурманом. Перечень часто упоминаемых ингредиентов и их характеристики указывают на то, что бас следил за своим здоровьем, а повар – за рационом питания хозяина.

**Ключевые слова:** Федор Иванович Шалапин, Николай Николаевич Хвостов, эго-документ, «История на вкус: кулинарная тетрадь личного повара Ф. И. Шалапина», рецепт, гастрономические пристрастия, грамматика еды, гурман

**E. L. Yakovleva***Kazan Innovative University named after V. G. Timiryasov***N. N. KHVOSTOV'S RECIPE BOOK  
AS EGO-DOCUMENT**

The object of the study is the book “History for Taste: the Culinary Notebook of the Personal Chef of F. I. Chaliapin”, which first came to the focus of scientific attention. Thanks to this ego-document of N. N. Khvostov, the gastronomic preferences of the great bass are reconstructed. The research method is analytical. Khvostov's recipes reveal the gastronomic system of the bass, including food culture, reflection on eating, rationalism in eating, favorite ingredients of dishes. The analysis of recipes shows that F. I. Chaliapin was not only a lover of delicious food, but also a gourmet. The list of frequently mentioned ingredients and their characteristics indicate that the bass was keeping his health in check, and the cook was in charge of the owner's diet.

**Keywords:** Fyodor Ivanovich Chaliapin, Nikolai Nikolaevich Khvostov, ego-document, “History to taste: culinary notebook of personal chef F. I. Chaliapin”, recipe, gastronomic preferences, grammar of food, gourmet

Наследие творческой личности всегда находится в оптике внимания различных исследователей. Изучение творчества, мемуарной и автобиографической литературы, писем и вещей, оставшихся после гения, помогает реконструировать его мировидение и повседневность, общественную и частную жизнь, прояснить истоки креативности и особенности стиля, обнаружить потаенное и/или травматический опыт, создать психологический портрет и пр.

<sup>1</sup> Елена Людвиговна Яковлева – доктор философских наук, кандидат культурологии, доцент, профессор кафедры философии и социально-политических дисциплин Казанского инновационного университета им. В. Г. Тимирязова (Казань); e-mail: mifoigra@mail.ru.

К числу повседневных телесных практик каждого человека, в том числе и гения, относится прием пищи. Необходимо признать, что процесс вкушения и гастрономические практики художника не так часто попадают в научное поле исследований. Обусловлен данный факт тем, что потребность в пище относится к числу естественных, и не каждый гений или люди из его окружения задаются целью оставить для потомков рацион питания и гастрономические пристрастия творца. Тем не менее, в художественном творчестве можно обнаружить произведения, уделяющие внимание теме еды и трапез (вспомним натюрморты, описания приема пищи в литературных сочинениях, эпизоды трапез в кинематографе). Более того, нередко до нас доходят любимые блюда гения, что становится поводом к изучению его вкусовых пристрастий, удовольствие от которых влияет на творческий процесс.

Федор Иванович Шаляпин (1873–1938) относился к числу творцов, кто собирал и фиксировал материалы о собственной жизни. И люди из его окружения (особенно первая жена И. И. Торнаги и старшая дочь И. Ф. Шаляпина) помогали ему в этом. Данный факт обусловлен шаляпинским страхом исчезновения в безвестности. Дело в том, что в 1888 г. его поразила речь, произнесенная в Казани на похоронах артиста В. Н. Андреева-Бурлака. Коллега умершего И. П. Киселевский в своем панегирике отметил, что творцы искусства «оставляют после себя вещественные знаки творчества – книги, картины, музыку», но «артист ничего после себя не оставляет, кроме воспоминаний о нем лиц, видевших его на сцене» [цит. по: Гольцман, 1986, с. 50]. Среди шаляпинского наследия, к числу которого относится мемуарная проза, статьи об искусстве, письма, фотографии, рисунки, личные вещи, портреты кисти знаменитых художников, можно встретить одну необычную книгу «История на вкус: кулинарная тетрадь личного повара Ф. И. Шаляпина». Ее можно отнести к разновидности эго-документов. В ней кулинаром Николаем Николаевичем Хвостовым (1895–1969), состоявшем на службе у баса с 1915 по 1923 гг., собраны любимые шаляпинские рецепты. Целью создания тетради рецептов для Н. Н. Хвостова была рационализация своей деятельности с учетом модных тенденций в кулинарии и возможность быстро сориентироваться в ситуации, когда Федор Иванович был не в духе или появлялся в доме с неожиданными гостями. Возможно, Николай Николаевич своей книгой рецептов хотел сбалансировать «по составу питательных веществ количество пищи» [Яхно, 2022, с. 159], потребляемой хозяином, и предотвратить переедание баса<sup>2</sup>. Одновременно данный эго-документ приоткрывает еще одну грань творческой природы артиста – его ментальную конструкцию в виде гастрономических пристрастий. Книга никогда не попадала в оптику научного внимания. В связи с перечисленным объектом исследования является кулинарная тетрадь рецептов Николая Николаевича Хвостова, написанная им в 1916 г. Ее изучение позволяет реконструировать гастрономические культурные модели Ф. И. Шаляпина.

<sup>2</sup> Переедание было характерной чертой Федора Ивановича.

Рецепты в кулинарной тетради Н. Н. Хвостова «описывались в простой манере, что весьма отличалось от традиций середины XIX в.» и было характерно для «изданий, вышедших на рубеже XIX и XX вв.» [Яхно, 2019, с. 115]. Но в отличие от многих подобных трудов (например, легендарной книги Е. И. Молоховец «Подарок молодым хозяйкам, или Средство к уменьшению расходов в домашнем хозяйстве», 1861; П. М. Зеленко «Поварское искусство», 1902) составитель рецептов не оставил описаний «кухонного помещения и его оснащения, необходимого для приготовления блюд», раздела «Чистка кухонной и чайной посуды» [Яхно, 2019, с. 116], указаний по украшению блюд, игнорировал сезонное и церковное меню, а также не стремился к простоте и дешевизне блюд и их ингредиентов. Данный факт продиктован не только хвостовским обучением в первоклассном французском ресторане, но и статусом Федора Ивановича и его стремлением идти в ногу со временем. Как известно, в России «в предреволюционные годы бурно развивался капиталистический уклад», что «вело к значительным переменам, особенно заметным в крупных городах» и касающихся образа жизни, где царили ценности комфорта и радостей бытия, в том числе относительно питания [Яхно, 2019, с. 114]. Но, как Е. И. Молоховец и П. М. Зеленко, шаляпинский повар в качестве основных критериев блюд называл высокое качество ингредиентов, вкусовые достоинства и приготовление к назначенному времени. Книга «История на вкус» в большей степени ориентирована не на начинающих в области кулинарного искусства, а для тех, кто имеет определенные навыки, обслуживает элиту и способен импровизировать с рецептами.

В хвостовской «Истории на вкус» представлены рецепты блюд, которые числились в рационе питания баса. Как известно, «рецепт играет значимую роль в процессе подготовки стола к трапезе» и «представляет собой практическое руководство по приготовлению определенного блюда» [Яковлева, 2019]. Одновременно приготовленное по рецепту блюдо есть гастрономический документ, характеризующий не только мастерство кулинара, но и человека, выбравшего его. Известно, что с поваром Федор Иванович обсуждал меню, составляя перечень и количество закупаемых продуктов к столу. «Составление и обсуждение меню – дело нешуточное», требующее «недюжинного ума, глубоких и разнообразных познаний, неожиданных решений», а также «великой опытности, тонкого и точного вкуса и неизменного чувства меры» [Гримо де ла Реньер, 2014, с. 601]. Данный факт свидетельствует о рациональном подходе к вкушению со стороны русского баса, осознании собственных вкусовых предпочтений, знании рецептов и гастрономического этикета.

Теоретики и практики *классифицируют* рецепты по различным группам. В меню великого русского баса царило разнообразие блюд: холодных, горячих, отварных, жаренных, фаршированных, тушеных и запеченных. В кулинарной тетради шаляпинского повара мы встречаем классификацию по типу блюд (закуски, салаты, первые и вторые блюда, десерты, выпечка), по основанию главного ингредиента (из яиц, мясные и рыбные блюда). Книга рецептов Н. Н. Хвостова

включает в себя следующие рубрики: салаты<sup>3</sup>, горячие закуски, блюда из яиц, супы, рыбные блюда, мясные блюда, выпечка и десерты. Отметим, книга рецептов «История на вкус» придерживается европейской традиции. В ней мы не найдем, характерное для русских кулинарных книг конца XIX – начала XX вв., «традиционное разделение русского стола в соответствии с религиозным циклом на постный (растительно-рыбно-грибной) и скромный (молочно-яично-мясной)» [Яхно, 2022, с. 160].

В книге обнаруживаются рецепты из русской, европейской (французской, итальянской, испанской, немецкой, польской, английской) и восточной (турецкой) кухни. На данный факт указывают наименования блюд. Большая часть из них имеет французские названия и связана с французской кухней. Дело в том, что в XIX – начале XX вв. профессиональная русская кухня теряет свою аутентичность и ориентируется на европейскую традицию. Как справедливо замечает И. В. Сохань, «к концу XIX в. можно говорить об определенном завершении прививочного процесса русской кухни западноевропейскими кулинарными и гастрономическими традициями и о том, что русская кухня обрела новую, дополнительную траекторию развития», «что позволяет назвать ее наднациональной» [Сохань, 2011, с. 64]. Французское гастрономическое искусство являлось законодателем модных тенденций в этой области в данный культурно-исторический период. Сам Н. Н. Хвостов прошел обучение во французском ресторане «Кюба», освоив тенденции *Haute cuisine*/высокой кухни с ее виртуозным приготовлением и эстетичной презентацией блюд.

Большая часть хвостовских рецептов была сложносоставной. Ингредиенты к блюду могли использоваться в сыром, отварном, поджаренном, запеченном виде. Шаляпин был придирчив и требователен не только к своей работе, но и деятельности других людей в различных областях. Николай Николаевич старался, чтобы блюда к шаляпинскому застолью подавались вовремя, определенной температуры, не пересоленными, не пережаренными, не пересушенными. Нередко используя один и тот же набор ингредиентов, Н. Н. Хвостов создавал вариации блюд, где были изменены технологии обработки, сочетания продуктов, соусы. Благодаря этому появлялись рецепты с разными названиями, но сходными по набору ингредиентов и/или технологии приготовления. Перечисленное требовало от Николая Николаевича высокого профессионализма, воображения, чуткости в следовании рецепту или отклонению от него, знаний сочетаемости продуктов питания, аккуратности, быстроты и сноровки. От кулинара зависело многое, в том числе «организация домашнего питания и его рацион, наборы блюд и рецептов, технологии приготовления пищи, сервировка стола» [Яхно, 2019, с. 113], настроение вкушающего Ф. И. Шаляпина (и сотрапезников) и репутация баса как хозяина дома. Именно Николай Николаевич превращал прием пищи в *комфортную процедуру* (О. Н. Яхно), соответствующую статусу великого артиста и современной ему системе ценностей в области гастрономии и кулинарии.

<sup>3</sup> В аналогичных книгах того времени данного раздела не было.

Чтобы выстроить шалыпинскую гастрономическую модель культуры, начнем с *грамматики еды*, выделив продукты питания и обратившись к их характеристикам. Среди продуктов, которым отдавал предпочтение Федор Иванович, можно назвать: зелень (петрушку, шпинат), икру, красную дичь, морепродукты (омаров, устриц), мясо и мясные субпродукты, овощи (артишоки, каперсы, картошку, сельдерей, спаржу, томаты, топинамбур, цветную капусту), орехи (греческий орех, каштаны, миндаль, мускатный орех, фисташки), раков, рыбу (лосось, осетрину, мерлангу), специи (гвоздику, перец), сыр, тапиоку, трюфель, фрукты (груши, яблоки), фуа-гра, яйца.

Обращают на себя внимание характеристики продуктов питания, каждый из которых содержит полезные для организма витамины, макро- и микроэлементы. Например, мясо *красной дичи* (вальдшнепа, бекаса, дупеля и гаршнепа) метафорически называют *аристократией дичи*. В гастрономических рейтингах XIX века бекас и дупель считались, наряду с семгой, деликатесами, а блюда из них – аристократичными и утонченными. Низкокалорийное мясо красной дичи, содержащее в себе белки, жиры, витамины (А, Н, Е, РР, группы В), минералы (цинк, хром, медь, железо, йод и др.), нормализует обмен веществ, оказывает положительное воздействие на нервную систему, выступает в качестве профилактического средства против диабета и пр. Чтобы мясо было *банкетным* (более белым, нежным и вкусным), дичь, подстреленную в крылья и ноги, жарили, иногда фаршируя тушку, в том числе трюфелями и оливками. Как отметил А. Гримо де ла Реньер, «вальдшнеп, изжаренный на вертеле, – одно из самых изысканных блюд, которое можно предложить гостям в знак почета и уважения», его «восхитительный душок и сочное, легкое мясо делают его желанной добычей для гурмана» [Гримо де ла Реньер, 2014, с. 99].

Довольно часто в качестве полезного изыска на шалыпинском столе стояли блюда *из телятины* и лакомство *сладкое мясо* (деликатесный субпродукт из зобной железы молочных телят). Мясо телятины, обладая небольшой калорийностью, богато белками, витаминами, калием, натрием, фосфором. Телятина сложна в приготовлении: всегда существует опасность пересушить и пережарить ее. От повара требуется внимательность и интуитивность при приготовлении телятины, чтобы блюдо из нее стало шедевром стола. Употребление такого мяса в пищу способствует правильной работе нервной системы, улучшению состояния суставов, укреплению иммунитета.

В рецептуре Н. Н. Хвостова мы встречаем блюда *из мясных субпродуктов* (телячьих мозгов, хвостов и почек, костного мозга, говяжьего языка, мяса желёз внутренней секреции телёнка, куриной, гусиной и утиной печени). По своему химическому составу данные субпродукты насыщены витаминами (А, Е, РР, К, группы В), калием, кальцием, фосфором, магнием, железом и пр., что способствует улучшению работы головного мозга, стабилизирует сахар в крови, нормализует работу печени и др. «Внутренности животных и блюда из них представляют кулинарные деликатесы, чей вкус был неповторим» и изыскан [Яковлева, 2022].

К числу полезных продуктов питания относят *рыбное филе*: оно содержит в себе питательные элементы и насыщает ими организм. В рецептах Николая Николаевича довольно часто упоминается *лосось* – нежная, деликатесная рыба. Она под своим названием объединяет множество видов рыб, в том числе горбушу, кету, омуля, семгу, форель, хариуса. Перечисленные виды рыб обладают розовато-красным, диетическим, но довольно вкусным и полезным мясом. В мясе лосося много белков, витаминов (А, В1, В2, С, Е), полиненасыщенных кислот (омега-3, омега-6), фосфора, калия. А. Гримо де ла Реньер называет лосося *царем моря*, появляющимся на столе только в особо торжественных случаях, потому что «природа создала его кушаньем парадным» [Гримо де ла Реньер, 2014, с. 132]. Лосося можно готовить по-разному: припустить, варить, томить на пару, запекать, жарить. Считается, что запеченный и отварной лосось сохраняет в максимальном количестве не только свои свойства, но и вкус. Данный вид рыб не нуждается в специях, достаточно только сбрызнуть мясо соком лимона. Хорошо подходят к лосою в качестве гарнира соусы, овощи, рис. А. Гримо де ла Реньер считает, что приготовление рыбы требует мастерства от повара: рыба морская, «будучи от природы слегка безвкусной, должна многое признать у искусства,.. искусства утонченного, чтобы поразить нашу чувственность и возбудить наш аппетит» [Гримо де ла Реньер, 2014, с. 129].

Используется в рецептах Николая Николаевича и нежирная рыба *мерланг/путассу* из семейства тресковых, являющаяся источником белка, витаминов (высокая концентрация витамина В12, А, D), ретинола, йода и других элементов. Вкус мерланга нежный и сладкий. Мерланг великолепно сочетается с овощами, фруктами (лимоном, апельсинами), орехами, зеленью, мучными изделиями (панировочными сухарями, мукой), молочными продуктами (сливками, сметаной, сыром), яйцами, грибами, рисом, соусами, специями, алкоголем, различными приправами.

Как правило, филе вырезают из свежей/охлажденной рыбы. Оно поддается разной технологической обработке: филе можно варить, припускать, тушить, жарить, запекать, а также солить и мариновать. Подвергая различной технологии обработки, рыбное филе повар Н. Н. Хвостов использовал в салатах, горячих закусках, первых и вторых блюдах. В целом, наличие рыбы в рационе питания благотворно влияет на работу головного мозга, способствует долголетию, предотвращает депрессивные состояния, повышает концентрацию внимания, улучшает состояние пищеварительной, кровеносной и нервной систем, повышает иммунитет и выносливость организма.

Федор Иванович до конца жизни любил *икру*. Этот продукт готовится путем соления. Икра осетровых и лососевых рыб относится к числу деликатесов. Оба вида икры обладают полезными свойствами, служа источником легкоусвояемого белка. Красная и черная икра богаты омегой-3, витаминами (А, В, С, D, Е), макроэлементами (натрием, фосфором, магнием, кальцием, калием), микроэлементами (железом, цинком, селеном). Употребление икры питает нервные клетки, купи-

рует стресс, положительно влияет на работу головного мозга, укрепляет иммунитет, уменьшает риск развития сердечно-сосудистых заболеваний, продлевает молодость, увеличивает мужскую силу. Отметим, Шаляпин предпочитал свежую икру: из разрезанного осетра или белуги выгребали в миску икру, солили и ели деревянной ложкой вприкуску с калачами.

В числе часто упоминаемых кулинаром ингредиентов блюд можно выделить *раков*, именуемых *речными омарами*. Мясо рака, считающееся деликатесом, отличается нежным и приятным рыбным вкусом. Отметим, в раках довольно мало съестной части: в 1 кг раков только 150 г мяса. Но оно содержит в себе множество полезных веществ: белки, витамины (А, В, С, D, К, Е), калий, железо, кальций, марганец, магний, медь, натрий, цинк, фосфор, селен. Раков Николай Николаевич отваривал, тушил, обжаривал, запекал, добавлял в салаты, закуски, рыбные блюда. Из рачьего мяса Н. Н. Хвостов делал суфле, заливное и муссы, а корпус рака фаршировал. Мясо рака кулинар сочетал не только с морепродуктами, но и курицей, овощами, рисом, орехами, зеленью, сливками, яйцами и пр. Употребление раков повышает жизненные ресурсы организма, укрепляет нервную систему, улучшает самочувствие.

В рецептах шаляпинского повара встречаем *омаров* (французское название) или *лобстеров* (английское название). Мясо омара полезно, низкокалорийно, богато белками, витаминами (А, D), аминокислотами омега-3, натрием, магнием, селеном, железом, цинком, фосфором, калием. Нежное мясо омара имеет сладковатые нотки. Гурманы считают, что мясо самцов является более деликатесным. Лучшая часть мяса находится в хвосте, клешнях и лапках. Н. Н. Хвостов мясо омара использовал в салатах, закусках, соусах, первых и вторых блюдах. Делал из него заливное, суфле и муссы, сочетая с морепродуктами, соусами, овощами, рисом, зеленью, вином. Мясо омара благотворно влияет на организм человека, его нервную систему, сердце и сосуды. Оно укрепляет иммунитет и нормализует функции половой системы, способствуя выработке тестостерона у мужчин.

Особого внимания заслуживают *устрицы*. Судя по тому, что они входили в хвостовский сборник рецептов, Шаляпин относился к числу тех, кто оценил специфический вкус устриц. В моллюсках обнаружено много полезных элементов: витамины (РР, В12, В1, В2), жирные кислоты омега-3, медь, железо, углеводы, йод, фосфор, кальций, фтор. Устрицы вкушают не только в сыром виде, поливая лимонным соком или приправляя черным перцем, но их варят, жарят во фритюре. Употребление устриц улучшает иммунитет и состояние сердечной системы, повышает потенцию.

К числу гастрономических изысков, встречаемых на шаляпинском столе, относится *фуа-гра* (от фр. *foie gras* – *жирная печень*), считающееся символом роскоши и изысканности. Этот паштет делают из печени особой породы гусей или уток, которых при выращивании специально откармливают. Печень птиц, обжаренная в течение 30 секунд на сковороде, придает блюдам сливочный вкус. «В составе фуа-гра много витаминов (А, В и др.) и минералов (натрий, калий,

фосфор, магний, кальций, железо, селен, йод и пр.)», что «оказывает положительное воздействие на работу головного мозга, способствует замедлению старения и долголетию» [Яковлева, 2022, с. 112].

В качестве дополнительного ингредиента ко многим блюдам в хвостовских рецептах встречаем самый дорогой гриб – *трюфель*, называемый *черным алмазом кулинарии*. «С конца XIX века во Франции стали активно засаживать огромные площади земли *трюфельными* рощами, средняя продолжительность плодоношения которых составляет только 30 лет» [Яковлева, 2022, с. 112]. Зная, что трюфель гармоничен с любым продуктом, Николай Николаевич использовал его в качестве добавки к огромному количеству блюд. В состав трюфеля входят не только витамины (РР, В1, В2), но и феромоны, оказывающие позитивное влияние на те участки головного мозга, которые ответственны за эмоции и чувства.

К числу деликатесных овощей, встречаемых в рационе Федора Ивановича, относится *артишок*. Он обладает рядом полезных веществ: богат витаминами (С, К), минералами (калием, магнием, железом и фосфором), клетчаткой. У артишока довольно оригинальный вкус: в сыром артишоке присутствуют ноты грецких орехов молочной свежести, топинамбура и древесины, а в жареном и тушеном – грибов. Приготовление артишока относится к числу довольно сложных процессов, поэтому «повар, способный изготовить изысканное блюдо из артишоков, достоин зваться наилучшим» [Гримо де ла Реньер, 2014, с. 109].

Артишоки повар Н. Н. Хвостов варил, мариновал, фаршировал, сочетая с мясом, птицей, рыбой, рисом, овощами (зеленым горошком, картофелем, морковью, томатами), зеленью, сливками, белым сухим вином. Артишок в рационе рекомендуют людям, страдающим сахарным диабетом, болезнями сердечно-сосудистой системы и внутренних органов. Он выводит из организма токсичные вещества, придавая вкушающему энергию и замедляя процессы старения.

К интересным добавкам в хвостовских блюдах отнесем *каперсы*. Они имеют пряный, островато-терпкий вкус, напоминая горчицу, что вносит разнообразие во вкусовую палитру блюда. Повар Николай Николаевич включал их в состав соусов, добавлял к мясным, рыбным и овощным блюдам. В составе каперсов много полезных веществ: витамины (С, А, группы В), холин, кальций, фосфор, железо, калий, йод, натрий и др. Каперсы нормализуют сахар в крови, укрепляют костную ткань, поддерживают работу нервной системы.

Еще одним деликатесом на шалыпинском столе была *спаржа*. Ее Н. Н. Хвостов применял как в сыром виде, так и после термообработки (варил, готовил на пару, жарил, запекал), добавляя в салаты, супы или используя в качестве гарнира. Полезные витамины и микроэлементы, содержащиеся в спарже, благотворно влияют на работу головного мозга, способствуют мыслительным процессам, поднимают настроение, снимают усталость.

К числу экзотических продуктов можно отнести *маниоку*, получаемую после обработки корней маниоки. Продукт полезен для организма, являясь источником витамина К, белка и кальция, что придает человеку энергии. Н. Н. Хвостов

использовал ее в качестве загустителя при приготовлении соусов, мясного фарша, добавлял в выпечку. Тапиока улучшает работу нервной системы, влияет на эффективность головного мозга, увеличивает объемы памяти, повышает иммунитет.

Помимо изысков в рецептах Николая Николаевича можно встретить и универсальные продукты питания. К их числу относится *картофель*, богатый витаминами С и В, калием, кальцием, железом, фосфором, магнием, цинком, а также крахмалом, доставляя в организм человека углеводы. Картофель шалапинский повар варил, жарил, тушил, запекал, используя в супах, гарнирах, салатах, мясных блюдах, а также выпечке. Употребление картофеля улучшает обмен веществ, выводит из организма лишнюю жидкость, насыщает организм полезными веществами, помогает бороться с усталостью.

Часто встречаемым продуктом в рационе питания Федора Ивановича можно назвать *сельдерей*, растение «полезное для желудка, вызывающее аппетит, горячительное, весьма возбуждающее» [Гримо де ла Реньер, 2014, с. 110]. В нем содержатся витамины (группы В, К, С, А, Е, РР), калий, кальций, железо, магний, цинк и клетчатка. В кулинарном искусстве Н. Н. Хвостов использовал сельдерей в качестве специи, гарнира или одного из ингредиентов блюда. Повар сочетал его с мясом, рыбой, грибами и овощами (в том числе, картофелем, капустой, бобовыми, томатом). Сельдерей благотворно влияет на нервную систему, стабилизирует функционирование сердечно-сосудистой системы, нормализует пищеварение, укрепляет иммунитет, регулирует уровень сахара в крови.

Довольно часто в рецептах Н. Н. Хвостова встречаются *томаты*. В их составе содержится много полезных для организма элементов, в том числе витаминов А и С, калия, кальция, магния, цинка, антиоксидантов. Помидор оказывается источником ликопина, замедляющим старение и обладающим иммуностимулирующим действием, и глутатиона, защищающим клетки от свободных радикалов. В хвостовских рецептах томаты встречаются в салатах, закусках, первых и вторых блюдах, соусах. Кулинар сочетает их с мясом, рыбой, овощами, зеленью. А. Гримо де ла Реньер, называя томаты *даром небес*, подчеркивает, что они «сообщают пленительный вкус даже кушанью самому посредственному», даря «великое множество замысловатых наслаждений» [Гримо де ла Реньер, 2014, с. 185, 186]. Овощ утоляет жажду, нормализует работу нервной системы и сердца, подерживает иммунитет, поднимает настроение.

К числу ценных продуктов, используемых Н. Н. Хвостовым, можно отнести *топинамбур* или земляную грушу. Клубни топинамбура включают в себя витамины (А, Е, С, В), железо, кремний, цинк, магний, калий, марганец, фосфор, кальций, а также инсулин, клетчатку, органические кислоты и пр. Вкус овоща трудно определим: он напоминает каштан, сочетание артишока и картофеля. Неслучайно повар иногда заменял топинамбуром картофель. Топинамбур повар использовал в сыром виде, а также подвергал термообработке (варил, жарил, запекал). Его употребление благотворно влияет на здоровье человека, в том числе помогая снизить уровень сахара.

К числу полезных, диетических и легкоусвояемых продуктов относится *цветная капуста*. Она богата витаминами (С, В1, В6, В2, РР, А, Н), аминокислотами (аргинином, лизином), калием, кальцием, натрием, фосфором, железом, магнием. Цветную капусту, обладающую прекрасным вкусом, повар Н. Н. Хвостов отваривал, жарил, тушил, сочетая с овощными и мясными блюдами. Наличие в рационе цветной капусты способствует улучшению работы мозга, защите от заболеваний сердечно-сосудистой системы, предотвращает набор лишнего веса.

Источником антиоксидантов, витаминов, минералов и клетчатки является *зелень*. Входящие в ее состав энзимы расщепляют белки, жиры и углеводы. Зелень способствует перевариванию пищи, положительно влияя на работу желудочно-кишечного тракта. Лучшим видом зелени считается свежая и молодая. К числу часто встречаемых видов зелени в хвостовских рецептах относятся петрушка и шпинат. Так, *петрушка* оказывается концентрированным источником витаминов (К, А, С), минералов (калия, кальция, фосфора, магния, железа) и органических кислот. В своем кулинарном искусстве Николай Николаевич использовал петрушку в качестве закуски, специи и украшения блюда. Петрушка полезна для сердца, мозга, костей, глаз, иммунной системы. Она великолепно сочетается с животными и растительными белками.

Довольно часто *шпинат* называют *королем зелени*. В нем много витаминов (А, группы В, РР, С, Е, К), минералов (калия, кальция, фосфора, магния и др.), клетчатки и растительных белков, благодаря чему шпинат положительно воздействует на организм человека. Как заключил А. Гримо де ла Реньер, шпинат как лакомство «самый целебный из овощей и подходящий для всех желудков без исключения» [Гримо де ла Реньер, 2014, с. 108]. Николай Николаевич употреблял его припущенным в воде, в сыром, тушеном и обжаренном виде, сочетая со множеством продуктов (в том числе с мясом, птицей, рыбой, морепродуктами, овощами, сырами). Он добавлял его в салаты, закуски, первые и вторые блюда, выпечку. Шпинат помогает вкушающему успокоить нервную систему, предупреждает преждевременное старение.

К вкусной и довольно калорийной пище относятся используемые Н. Н. Хвостовым *орехи* (грецкий орех, каштаны, миндаль, мускатный орех, фисташки). Они в своем составе содержат растительные белки, жиры, антиоксиданты, витамины и минералы, что помогает контролировать уровень сахара в крови, улучшает работу сердца и пищеварения. В хвостовском кулинарном искусстве их употребление можно встретить в сыром или жареном виде в качестве добавки ко многим блюдам. Орехи в шалыпинском рационе встречаются в салатах, соусах, супах, рыбных и мясных блюдах, десертах. В палитру вкуса орехи вносят ноты сладости, молочности, пряный аромат, что делает блюдо насыщенным.

Среди кисломолочных продуктов на шалыпинском столе часто встречается *сыр*. Являясь источником белка, кальция, витаминов (В, D), сыр хорошо усваивается организмом. Н. Н. Хвостов использует его в качестве ингредиента (основного, дополнительного) к различным блюдам (салатам, закускам, супам, мясным

и рыбным блюдам, соусам). Сочетаясь с любыми продуктами, сыр придает блюду пикантный вкус и насыщает колоритным ароматом. Сыр способствует повышению работоспособности организма, улучшению настроения и укреплению иммунитета.

Большое количество рецептов, представленных в кулинарной тетради личного повара Ф. И. Шалапина, содержат в себе и *сливки*. Богатые «белком, кальцием, фосфором, витаминами (А, С, Е, РР, В1 и В2) и другими биологическими веществами», сливки «великолепно сочетаются с мясными, рыбными и овощными блюдами» [Яковлева, 2022]. Часто сливки Николай Николаевич добавляет в соусы. Данный молочный продукт способствует хорошему обмену веществ, выступает в качестве антидепрессанта.

К популярным продуктам в рецептах Н. Н. Хвостова можно отнести *яйца*. Они богаты белками, жирами и витаминами, что делает блюдо довольно питательным. Яйца низкокалорийны. Об универсальности яиц свидетельствует тот факт, что их добавляют в сладкие и соленые блюда, в блюда, возбуждающие аппетит, в рыбные и мясные блюда, выпечку и десерты. Как справедливо заметил А. Гримо де ла Реньер, «яйца в кухне играют ту же роль, что и предлоги в речи»: «они так необходимо нужны, что без них самый искусный повар бросил бы свое ремесло» [Гримо де ла Реньер, 2014, с. 165]. Их употребление положительно сказывается на организме: укрепляет иммунитет, способствует мозговой активности.

Многие блюда, приготовленные поваром Н. Н. Хвостовым, заправляются *соусом*/двумя видами соусов. Николай Николаевич знал большое количество соусов, добавляя их в салаты, горячие закуски, блюда из яиц, мясные и рыбные блюда, а также десерты. Они были у него разной консистенции (густые, средней густоты, жидкие). Считается, что «соус не только повышает калорийность и придает сочность блюду, но и добавляет ему яркую окраску, возбуждает аппетит» [Яковлева, 2022]. Николай Николаевич готовил соусы на основе мясных/рыбных бульонов, сливок/молока/метаны, оливкового/сливочного масла, уксуса. К основе добавлялись яичные желтки, картофельный крахмал, мука, мясные продукты (трубчатые говяжьи кости, костный мозг), морепродукты (раковые шейки, устрицы), овощи (артишоки отварные, лук-шалот, морковь, пикули в горчице, репчатый лук, томаты), шампиньоны, твердые сыры, орехи, специи (гвоздика, имбирь, перец, жгучий перец), соль, сахар, лимонный сок, горчица, томатная паста, зелень и алкоголь. Густоту соусу придавало нагревание, доведение до кипения, варка, в том числе на водяной бане. В конце приготовления многие соусы процеживались, а овощи протирались.

К выпечке и десертам Н. Н. Хвостов готовил *сладкие соусы*. В качестве их ингредиентов, например, выступают сахарные сиропы, протертые ягоды (малина), алкоголь (кирш, ликер, ром) либо взбитые вместе с сухим белым вином и растертые на паровой бане желтки с сахарной пудрой.

Разновидностью сладких соусов к десертам можно назвать *кремы*, хотя нередко они выступают в качестве самостоятельного блюда. Они в своей основе содержат молоко, сахар/сахарную пудру, яичные желтки, (сливки, муку, ваниль,

желатин), перемешанные до однородной массы, проваренные при постоянном взбивании или доведенные до кипения. Иногда Н. Н. Хвостов крем делал только на основе сливок, взбитых с сахарной пудрой. Фруктовый крем шаляпинский кулинар готовил на основе пюре из фруктов и сахарного сиропа с добавлением лимонного сока и желатина.

Изюминку некоторым блюдам для баса придавал *алкоголь*. Он, «легко испаряясь, насыщает блюдо ароматом, придает ему изысканный вкус и оказывает дразнящее воздействие на обоняние», а его «запах усиливает вкусовое удовольствие от блюда» [Яковлева, 2022, с. 105]. Николай Николаевич довольно часто алкоголь добавлял в соусы. Среди часто встречаемых алкогольных напитков встречаем белое и красное вино, мадеру, портвейн, коньяк, ликер, мараскин, кирш, ром, вишневую водку. Назначение алкоголя заключается в пробуждении гастрономической чувственности и придаче блюдам изысканности вкуса.

В рецептах Н. Н. Хвостова присутствуют продукты и специи, относящиеся к *афродизиакам* (гвоздика, грибы, дичь, икра, имбирь, кайенский перец, морепродукты, орехи, сельдерей, спаржа, трюфели, эстрагон/тархун, черный перец, шоколад, яйца). Повышая половое влечение, они способствовали страстности отношений между мужчиной и женщиной. Возможно, бас и его повар знали о подобном свойстве афродизиаков. Сам Федор Иванович слыл натурой страстной и чувственной, а в блюдах его рациона присутствовали продукты, усиливающие сексуальную потенцию.

Гастрономическая грамматика великого баса свидетельствует не только о его вкусовых предпочтениях, но и об уровне образованности Н. Н. Хвостова. На рубеже XIX–XX вв. в России активно развивался научный подход (с опорой на биологию, физиологию человека, клиническую медицину) к организации питания. Благодаря научным изысканиям произошла рационализация кулинарии и гастрономических практик, где учитывались «состояние здоровья, пол, возраст, профессиональные занятия и климатические условия проживания человека», калорийность, которая должна была «соответствовать энергозатратам организма» и сбалансированность «по составу и качеству белков, жиров, углеводов, витаминов, минеральных веществ» [Яхно, 2022, с. 155]. Судя по всему, Н. Н. Хвостов был в курсе современных тенденций в области кулинарии, нормативных документов (закон «Об обеспечении доброкачественности пищевых и вкусовых продуктов и напитков» от 1912 г.) и научных изысканий в области оптимального питания. При составлении (повседневного и праздничного) меню Николай Николаевич руководствовался современными тенденциями и научными рекомендациями, прививая артисту умеренность в еде. Кулинар баса был отличным практиком, определяя качество пищевых продуктов, зная «роль витаминов и питательных веществ в жизненных процессах» и «нормы физиологических потребностей в питательных веществах и энергии» [Яхно, 2022, с. 156, 158] у Ф. И. Шаляпина и членов его семьи. Более того, Н. Н. Хвостов учитывал и статус певца мирового масштаба, что заставляло его придерживаться тенденций изысканной кухни.

В заключении отметим следующие моменты. Кулинарная тетрадь личного повара Ф. И. Шаляпина оказывается документом, позволяющим узнать гастрономические пристрастия великого баса и выстроить на их основе систему взаимоотношений *человека с едой*. Она включает в себя гастрономическую культуру личности и гастрономическую грамматику, в том числе любимые блюда и продукты. Перечень рецептов и их ингредиентов из кулинарной книги повара Н. Н. Хвостова поражает своим разнообразием и изысканностью, что позволяет охарактеризовать великого русского баса не только в качестве любителя хорошо поесть, но и как гурмана (система взаимоотношений *человек – еда*). Жизнь баса выстраивалась вокруг искусства. При этом значимое место в шаляпинской частной, повседневной жизни занимали трапезы, составной частью которых было искусство, в том числе искусство питания. Федор Иванович Шаляпин знал тонкости застолья, разбирался в изысканных блюдах и винах, что свидетельствует о его высокой гастрономической культуре. Его гастрономический вкус был «результатом не только интуиции, но и обучения и опыта», дегустации изысканных блюд и напитков [Яковлева, 2022]. Благодаря друзьям Шаляпин сформировал в себе высокий уровень гастрономической культуры, являющийся показателем его радушного отношения к жизни и людям, любви к вкушению и гастрономическим изыскам. Он любил есть вкусно, разбираясь в различных кухнях и осознавая свои гастрономические потребности. Как истинный гурман Шаляпин был привередлив в еде, рационально делая выбор в пользу деликатесов и изысканных блюд.

Вкус Шаляпина-гурмана удовлетворяли хвостовские блюда, отличающиеся многообразием по классификации, технологии приготовления, (изысканным) ингредиентам, что дарило артисту радость и восторг от вкушения. Наравне с искусством еда для Федора Ивановича стояла на вершине в иерархии жизненных потребностей и удовольствий. Вкушение пищи вдохновляло великого русского баса на новые искания и свершения, становясь источником силы и энергии, а также поддерживая его здоровье и нормальное функционирование организма.

Несмотря на свое богатырское телосложение, певец был подвержен множеству заболеваний (в том числе верхних дыхательных путей, сахарным диабетом, опорно-двигательного аппарата, сердца [Дворецкий, 2020]). Шаляпин был натурой нервной, легко раздражающейся из-за пустяков. Он сильно беспокоился, когда из-за болезней терял свою работоспособность. Список заболеваний требовал от певца ограничений в рационе питания и выбора ингредиентов, регулирующих уровень сахара в крови, нормализующих пищеварение, поддерживающих иммунитет организма, функционирование сердечно-сосудистой и нервной систем. Приведенный перечень излюбленных продуктов в качестве ингредиентов блюд из кулинарной тетради Н. Н. Хвостова свидетельствует об их избирательности: они оказывали благотворное воздействие на организм артиста, говоря о том, что бас и его повар целесообразно и осмысленно подходили к рациону питания.

Для баса характерны гостеприимство, хлебосольство и открытость, чем объясняется его интерес к кухне и ее рецептам (гастрономическая культура личности). Как подчеркнул сын Федор Федорович, «среди тех вещей, которые доставляли ему наивысшее удовольствие, было выступать в роли хозяина и принимать гостей»: «в этом он следовал русским нравам» [Пономаренко, 2021, с. 147]. В шалыпинском доме всегда было много людей (домочадцы, друзья, знакомые). Дочь баса Ирина Федоровна подчеркивала, Федор Иванович «любил людей» и к ним «приходили запросто», застолье сопровождалось беседами, шутками и анекдотами, а Шаляпин «увлекал всех забавными историями» [Пономаренко, 2021, с. 43]. Бас всегда возглавлял застолье. Играя первую скрипку в застольных беседах, он продолжал оттачивать свое актерское мастерство, рассказывая в лицах истории из жизни. Хорошее застолье и компания становились мощным импульсом для дальнейших творческих поисков и новых идей. Застолье дарило басу не только удовольствие от вкушения и насыщения организма, но и радость общения с приглашенными, а значит – близкими по духу людьми. Вкусная еда уравновешивала мятежную натуру артиста, внося гармонию.

Особую роль в поддержании гастрономического вкуса Шаляпина-гурмана играл его повар Н. Н. Хвостов. Исходя из анализа его эго-документа в виде тетради рецептов, можно сделать следующие выводы. Николай Николаевич знал не только особенности русской и европейской кухонь, владел навыками приготовления разнообразных блюд и организации приемов гостей, способен был составлять новые рецепты, но и был компетентен в области психологии, понимая индивидуальные особенности своего хозяина. Используя различные технологии приготовления блюд, сочетая и варьируя продукты между собой, шалыпинский повар готовил изысканные блюда, заставлявшие баса рефлексировать над вкушаемым, получать удовольствие и делать выбор в пользу вкусного и полезного. Высокий уровень гастрономической культуры Н. Н. Хвостова позволил ему кодифицировать свои умения в виде сборника рецептов, благодаря которому можно анализировать вкусовые предпочтения Шаляпина. Создавая тетрадь рецептов, Николай Николаевич придерживался европейских тенденций, что выявило в гастрономической модели культуры Федора Ивановича гурманство и помогло составить представление о том, что вкушали представители элиты и искусства во время застолий в предреволюционные годы XX века. Подобной гастрономической модели культуры могли придерживаться только избранные, обладающие определенным социальным статусом, довольно высоким уровнем дохода и имеющим доступ к сети распределения продовольственного изобилия.

#### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

**Гольцман, С. В.** Ф. И. Шаляпин в Казани / С. В. Гольцман. – Казань: Татарское книжное изд-во, 1986. – 192 с.

**Гримо де ла Реньер, А.** Альманах гурманов / А. Гримо де ла Реньер. – Москва: НЛО, 2014. – 640 с.

**Дворецкий, Л. И.** «Достиг я высшей власти...». О болезни и смерти Ф. И. Шаляпина / Л. И. Дворецкий // Клинический разбор в общей медицине. – 2020. – № 3. – С. 6–22. – URL: [http://klin-razbor.ru/archive/2020/dostig-ya-vysshey-vlasti-o-bolezni-i-smerti-f-i-shalyapina\\_5961/](http://klin-razbor.ru/archive/2020/dostig-ya-vysshey-vlasti-o-bolezni-i-smerti-f-i-shalyapina_5961/) (дата обращения: 21.05.2023).

**История на вкус:** кулинарная тетрадь личного повара Ф. И. Шаляпина. – Санкт-Петербург: ОПЕРАНТ, 2018. – 352 с.

**Пономаренко, Ю.** Дорогой папочка! Ф. И. Шаляпин и его дети / Ю. Пономаренко. – Нижний Новгород: ДЕКОМ, 2021. – 288 с.

**Сохань, И. В.** Особенности русской гастрономической культуры / И. В. Сохань // Вестник Томского гос. ун-та. Философия. Политология. Социология. – 2011. – № 347. – С. 61–69. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-russkoj-gastronomicheskoy-kultury> (дата обращения: 21.05.2023).

**Яковлева, Е. Л.** Сюрреальные нити судьбы: Сальвадор Дали, Галя и Казань / Е. Л. Яковлева, Г. В. Юсупова, Е. Л. Матвеева. – Казань: Познание, 2022. – 224 с. – EDN: JVMJRZ. – URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=49327269> (дата обращения: 21.05.2023).

**Яковлева, Е. Л.** Татарская кухня в контексте повседневности: учеб. пособие с элементами хрестоматии / Е. Л. Яковлева. – Казань: Изд-во «Познание» Казанского инновационного университета им. В. Г. Тимирязова, 2019. – 372 с. – URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=41429128> (дата обращения: 21.05.2023).

**Яхно, О. Н.** Кулинарные книги как источник реконструкции гастрономической культуры / О. Н. Яхно // Уральский исторический вестник. – 2019. – № 1(62). – С. 113–120.

**Яхно, О. Н.** Научный подход к организации питания в русской гастрономической культуре рубежа XIX–XX вв. / О. Н. Яхно // Уральский исторический вестник. – 2022. – № 1 (74). – С. 155–163.

#### REFERENCES

**Dvoreckij, L. I.** «Dostig ya vysshej vlasti...» O bolezni i smerti F. I. Shalyapina / L. I. Dvoreckij // Klinicheskij razbor v obshej medicine. – 2020. – № 3. – S. 6–22. – URL: [http://klin-razbor.ru/archive/2020/dostig-ya-vysshey-vlasti-o-bolezni-i-smerti-f-i-shalyapina\\_5961/](http://klin-razbor.ru/archive/2020/dostig-ya-vysshey-vlasti-o-bolezni-i-smerti-f-i-shalyapina_5961/) (data obrashcheniya: 21.05.2023).

**Gol’cman, S. V.** F. I. Shalyapin v Kazani / S. V. Gol’cman. – Kazan’: Tatarskoe knizhnoe izd-vo, 1986. – 192 s.

**Grimo de la Ren’er, A.** Al’manah gurmanov / A. Grimo de la Ren’er. – Moskva: NLO, 2014. – 640 s.

**Istoriya na vkus:** kulinarnaya tetrad’ lichnogo povara F. I. Shalyapina. – Sankt-Peterburg: OPERANT, 2018. – 352 s.

**Ponomarenko, Yu.** Dorogoj papochka! F. I. Shalyapin i ego deti / Yu. Ponomarenko. – Nizhnij Novgorod: DEKOM, 2021. – 288 s.

**Sohan', I. V.** Osobennosti russkoj gastronomicheskoj kul'tury / I. V. Sohan' // Vestnik Tomskogo gos. un-ta. Filosofiya. Politologiya. Sociologiya. 2011. № 347. S. 61–69. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-russkoj-gastronomicheskoy-kultury> (data obrashcheniya: 21.05.2023).

**Yahno, O. N.** Kulinarnye knigi kak istochnik rekonstrukcii gastronomicheskoj kul'tury / O. N. Yahno // Ural'skij istoricheskij vestnik. 2019. № 1(62). – S. 113–120.

**Yahno, O. N.** Nauchnyj podhod k organizacii pitaniya v russkoj gastronomicheskoj kul'ture rubezha XIX–XX vv. / O. N. Yahno // Ural'skij istoricheskij vestnik. – 2022. – № 1 (74). – S. 155–163.

**Yakovleva, E. L.** Syurreal'nye niti sud'by: Sal'vador Dali, Gala i Kazan' / E. L. Yakovleva, G. V. Yusupova, E. L. Matveeva. – Kazan': Poznanie, 2022. – 224 s. – EDN: JVMJRZ. – URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=49327269> (data obrashcheniya: 21.05.2023).

**Yakovleva, E. L.** Tatarskaya kuhnya v kontekste povsednevnosti: ucheb. posobie s elementami hrestomatii / E. L. Yakovleva. – Kazan': Izd-vo «Poznanie» Kazanskogo innovacionnogo universiteta im. V. G. Timiryasova, 2019. – 372 s. – URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=41429128> (data obrashcheniya: 21.05.2023).