

БИОГРАФИЯ ПРОДОЛЖАЕТСЯ...



Олег
СИДОРОВ

**Иннокентий
ТАРБАХОВ**

Маэстро якутской кухни



МОСКВА
МОЛОДАЯ ГВАРДИЯ
2026

УДК 94(571.56)(092)
ББК 63.3(2Рос.Яку)-8
С 34

*Автор книги выражает благодарность:
семье И. И. Тарбахова — супруге Антонине Семеновне,
дочерям Татьяне и Агафье,
Национальной библиотеке РС(Я) (директор С. В. Максимова),
муниципальному району «Намский улус» (глава Ю. И. Слепцов).*

*Книга издается при поддержке
организационного комитета по подготовке и проведению
юбилейных мероприятий, посвященных 80-летию И. И. Тарбахова
(председатель комиссии — заместитель Председателя
Правительства Республики Саха (Якутия) С. В. Местникова).*

*При написании книги использованы статьи, выступления
и книги И. И. Тарбахова, материалы из семейного архива,
интервью Виталию Власову «Блюда национальной кухни саха»,
фильм студии Георгия Никонова «Асчыт буолар дыылђам»
(«Дарить радость — предначертано судьбой»),
постоянно действующая экспозиция «Творец национальной кухни
Земли Олонхо» в музее-библиотеке Первого Президента
Республики Саха (Якутия) Михаила Ефимовича Николаева.
Якутские тексты (интервью и статьи И. И. Тарбахова,
материалы прессы) переведены на русский язык автором книги.*

*В книге использованы фотографии Олега Николаева,
Марии Васильевой, Петра Оконешникова, Валерия Стефанского,
предоставленные архивом Якутского-Саха информационного
агентства (ЯСИА), семьей Тарбаховых и Светланой Львовой.*

знак информационной
продукции **16+**

ISBN 978-5-235-04921-5

© Сидоров О. Г., 2026
© Издательство АО «Молодая гвардия»,
художественное оформление, 2026

Я считаю, что национальная кухня — это богатство нашего народа, одна из важнейших составляющих его национальной культуры. Я думаю, что это наш бесценный дар мировой культуре¹.

Иннокентий Тарбахов

¹ Тарбахов И. И. Өбүгэ алгыстаах аха / Гл. ред. Т. Н. Галактионова; лит. ред. Е. Н. Башева. Дьюкуускай: Көмүөл, 2009. С. 26.

ПРОЛОГ В ТРЕХ ЧАСТЯХ

I. Мальчик Киэсэ и звезды

*С настойчивой гордостью
Я буду стоять на краю пропасти,
Повергаемом громом,
Словно обугленный пень от давних пожаров;
Пусть, быть может, буйные бури-ветра
Заставят мой дым стелиться,
Словно под черным покровом заститься,
Быть может, злые ненастья,
Зловонным угаром разлившись,
Заставят во тлен обратиться.
Я буду стоять,
Запасшись великим терпением.
Ради цели одной —
Матушке Речи родной
Искру отдать,
Чтобы продлить ей жизни дыханье...*

Елена Куорсуннах.
Вольный перевод Николая Переяслова

...Киэсэ¹ с трудом открыл глаза. Сон все еще не отпускал. Он весь продрог, потому что нет рядом мамы. В это утро солнечный свет словно нехотя пробивался через шторы с выцветшими красными цветами. Прислушавшись к звукам, он почувствовал, что в атмосфере дома что-то изменилось. Появилось какое-то новое «дыхание» — «дыхание» чего-то темного, страшного. Оттого в доме, в их небольшом уютном семейном гнездышке, где они жили с мамой, стало еще более морозно. Он помнил, что вечером ложился к матери, ее тепло согревало, и он засыпал. Но сейчас он на своей кровати, один... «Надо проснуться, пора уже...» — подумал он. В следующий миг, спустив ноги на холодный пол, он понял, что в доме в этот день многолюдно и шумно. Люди передвигались, что-то собирали там, где обычно за занавеской была кровать мамы, и тихо переговаривались, словно не хотели его разбудить. Это ему, пятилетнему мальчишке, показалось странным,

¹ Киэсэ — ласкательное произношение на якутском языке имени Кеша (Иннокентий).

и сам собой родился вопрос: «Что делают эти люди? Почему их много и где мама...»

Он вдруг услышал слабый голос мамы, она звала его: «Киэсэ-э...» И тут он увидел, что мама его сидела перед камельком и сушила, расчесывая, длинные волосы. Он шагнул было к ней, но мама, не дав ему приблизиться, сказала: «Сыночек, прощай. Везут в больницу. На лечение... Будь умницей, вырасти хорошим человеком».

Он не успел ответить, только смотрел на маму и на тех, кто ее окружал, удивленными глазами. Укутав в одеяло, ее на руках вынесли из дома. Постелив побольше сена — так сидеть теплее и мягче, — посадили в сани, запряженные одной лошадью. Киэсэ, чувствуя, что в последний раз видит маму, еле слышно произнес: «Ма-а-ма-а-а, куда-а?» Слова застряли в горле... Он видел, как бабка Мавра вынесла и передала маме сливки в баночке, проговаривая: «В дороге утолиши жажду». И, уже подойдя к окну, увидел, что сани тронулись с места...

Он сел на свою кровать и заплакал... Мама уезжает куда-то далеко. Он один. Что ждет его в этом огромном, неизведанном и далеком от их родных мест мире, о котором рассказывала мама и сказывалось в Олонхо¹? Уходило беззаботное детство, когда они жили в большом аласе Бэрэйи², где он, маленький мальчик, был окружён заботой и любовью мамы. Тогда весь мир казался добрым и мирным, а все невзгоды проносились мимо вместе с дующими со всех концов света ветрами.

Миновали годы войн и репрессий, но вот другая напасть — болезнь, называемая *сэллик*, или туберкулез, — по-прежнему уносила жизни дорогих ему людей. Невозможно было свыкнуться с коварством этой болезни...

В том аласе, цветущем и пахнущем ароматом трав и полевых цветов, мама привила ему любовь и уважение к родной Срединной Земле³, что воспевалась в Олонхо. Зажегшиеся тогда искрящимся светом глаза Киэсэ навсегда сохранили эту доброту и любовь ко всему окружающему. Эта сила доброты станет его надежным хранителем в долгом пути по Срединной Земле...

¹ Олонхо — героический эпос народа саха.

² Здесь и далее названия местностей даны в якутском написании и в некоторых случаях — в общепринятой русской транскрипции.

³ Согласно якутским верованиям и легендам, мир состоит из трех составляющих: Верхний мир, где живут боги (айны), Срединный мир — мир людей, Нижний мир — мир темных сил, абаасы.

А в том детстве, без матери, дни потянулись долгой ве-реницей, завершаясь холодными ночами... Наступило лето. Вот он, Киэсэ, стоит одиноко в опустевшем доме. Он будет ждать маму, но постепенно поймет, что она не вернется. *Кёрчэх*¹ бабы Мавры был его утренним утешением — дневной рацион на этом заканчивался... Густой и вкусный *кёрчэх* с ягодами (особенно ему нравился с земляникой), в фарфоровой салатнице с ярким цветочным рисунком по бокам... Этот вкус *кёрчэха* в красивой посуде он запомнит на всю свою жизнь. Он хотел бы накормить таким вкуснейшим *кёрчэхом* из красивой посуды всех своих родных и людей всего мира — чтобы никогда не знали, что такое холод и голод, и радовались жизни на Срединной Земле!

...За окном — грустный двор с лохмотьями снега, а дальше — неизведанный лес и дорога, ведущая вдаль... Осень и скоро зима... Что с ним будет?

Он рос бледным и тоненьkim, ходил, как все дети в те послевоенные годы, в одной рубахе летом и зимой, надевал в наступавшие осенние холода поношенную куртку, которая, несмотря на ветхость, все-таки грела...

Ветер, снег или дождь... Это Небо, высокое Небо плакало вместе с ним...

Однажды поздним летом он вышел во двор и, подняв глаза к темнеющему над ним небу, увидел россыпи звезд. Они мигали и словно куда-то звали. Он зажмурился и загадал желание — стать хорошим человеком, как хотела мама, он словно слышал ее голос... И, открыв глаза, увидел, что звезды словно открыли перед ним дорогу, и он шагнул, и по звездному пути пошел навстречу своей счастливой судьбе, которую благословит Аар Айыы Тойон...²

Мальчик Киэсэ вырастет, его путь не будет простым, но он преодолеет все препятствия. Ему на этом пути, который ему напророчили-нарисовали на звездном небе светлые духи Срединной Земли, встретятся и будут сопровождать его добрые друзья и верная опора в лице близких. Духовный свет, который излучали светлые духи и светлые люди, станет маяком, освещающим его путь.

Через много лет он напишет: «Для каждого из нас детство — самая лучшая пора. Но не все могут вспомнить толь-

¹ Кёрчэх (по-якутски күөрчэх) — взбитые сливки, подаваемые с ягодами или вареньем.

² Аар Айыы Тойон (другие имена — Юрюнг Айыы Тойон, Юрюнг Аар Тойон) — верховное божество в якутской мифологии, творец мира, других айыы, демонов абасы, духов иччи, людей, животных и растений.

ко хорошее, светлое, у кого-то мало и счастливых воспоминаний... Не все идет в жизни так, как бы мы хотели. Все предназначено свыше, есть судьба, есть кем-то расставленные силки, препятствия. Моя жизнь со дня рождения на этом белом свете имеет свою историю, свои сложности...»

II. Преодоление

*Земля еще и потому щедра,
Что в мире существуют повара.
Благословенны их простые судьбы,
А руки, словно помыслы, чисты!
Профессия у них — добро, по сути,
Злой человек не встанет у плиты!*

Роберт Рождественский

Начав свое повествование об Иннокентии Тарбахове с поэтических строк популярного советского русского поэта Роберта Рождественского, я хотел бы продолжить двумя цитатами из труда философа и культуролога Георгия Гачева¹, исследователя национальных ментальностей, автора многотомной серии «Национальные образы мира».

Первая цитата: «Национальная еда — это та часть внешнего космоса, что переходит в нутрь нашу и становится частью микрокосмоса. Еда — это посредник между внутренним и окружающим мирами. Так что давайте приглядимся, точнее — придумаемся к тому, что ее состав выражает...»²

И вторая: «Еда — посредник между макро- и микрокосмосом. Заглатывание = освоение бытия, как и мышление. Каждое блюдо — это мысль и суждение о мире. В самом деле: если мясо, вода, хлеб — это субстанции, сущности, категории, идеи, то щи, котлета с картошкой — это уже соединение нескольких понятий, субъекта с предикатом и определениями и обстоятельствами (гарнир, подлива, соус — вводные слова, модальность выражают и т.д.) — и все это образует целое предложение, высказывание о бытии. Только надо суметь его прочитать»³.

¹ Георгий Дмитриевич Гачев (1929—2008) — философ, культуролог, литературовед, эстетик, доктор филологических наук, ведущий научный сотрудник Института славяноведения РАН.

² Гачев Г. Д. Беседа пятая — 24.11.1967 НАЦИОНАЛЬНАЯ ЕДА (I часть) / Гачев Г. Д. Национальные образы мира. Евразия — космос кочевника, земледельца и горца. М.: Институт ДИДИК, 1999. С. 22.

³ Гачев Г. Д. Беседа шестая — 3-III—1967 НАЦИОНАЛЬНАЯ ЕДА (II часть) / Там же. С. 29.

ОСНОВНЫЕ ДАТЫ ЖИЗНИ И ДЕЯТЕЛЬНОСТИ И. И. ТАРБАХОВА

- 1944, 8 марта — родился в селе Чычымах Алексеевского района Якутской АССР в семье Иннокентия Ефимовича и Татьяны Ивановны Тарбаховых.
- 1962 — переезд в село Нам.
- 15 сентября — принят учеником повара районной столовой села Нам.
- 1963, 24 мая — переведен в бригадиры кондитерского цеха районной столовой.
- 1963—1965 — учеба в Якутском кооперативном училище.
- 1965, 16 февраля — назначен кондитером районной столовой села Нам.
- 1965—1968 — служба в рядах Советской армии.
- 1968, 1 июля — принят технологом общественного питания РПО.
- 11 ноября — переведен заведующим Намской районной столовой.
- 1969, 10 апреля — переведен технологом общепита райпо.
- 1971, 1 октября — переведен на должность завпроизводством Намской районной столовой.
- 1972, 10 июня — бракосочетание с Антониной Семеновной Даниловой в селе Нам.
- 1973, 26 июня — рождение старшей дочери Татьяны.
- 1975, 17 апреля — рождение младшей дочери Агафьи.
- 16 декабря — переведен на должность заведующего-кладовщика.
- 1977, 6 апреля — рождение сына Константина.
- 12 декабря — переведен поваром пятого разряда районной столовой.
- 1978 — получил звание «Отличник потребкооперации СССР».
- 1979, 26 апреля — переведен старшим кондитером столовой педучилища.
- 1982, 13 сентября — переведен на должность технолога общепита в Намское РПО.
- 1984, 23 октября — присвоение звания «Заслуженный работник народного хозяйства ЯАССР».
- 1988 — окончил кооперативный техникум.
- 1993, 23 марта — переведен в распоряжение правления Якутского респпотребсоюза «Холбос». Принят ведущим инженером-технологом отдела общественного питания Якутского респпотребсоюза «Холбос».
- 1994, 1 июля — назначен главным специалистом отдела общественного питания Якутского респпотребсоюза «Холбос».
- 1995, 3 мая — переведен в Главное управление делами Администрации Президента РС(Я).
- 18 апреля — принят инженером-технологом ресторана-столовой Главного управления делами Администрации Президента РС(Я).

- 28 апреля — присвоении звания «Мастер-повар Российской Федерации».*
- 1999, 15 июня — присвоение звания «Заслуженный работник торговли Российской Федерации».*
- 2000 — почетный член Национальной кулинарной академии Франции. Награжден почетным знаком Национальной кулинарной академии Франции.*
- 2007, 17 апреля — лауреат Фонда Первого Президента Республики Саха (Якутия) «Во славу и пользу республики».*
- 2008, 15 июля — награжден орденом «За вклад в развитие потребкооперации России» Центросоюза РФ.*
- 2009, 3 марта — почетный работник среднего профессионального образования Российской Федерации.*
- 2013, 1 апреля — кавалер «Знака достоинства» Межрегиональной Ассоциации Кулинаров России.*
- 2014, 18 марта — лауреат Государственной премии Республики Саха (Якутия) имени А. Е. Кулаковского за 2014 год. Премия была присуждена за особые заслуги в возрождении, развитии и пропаганде национальной якутской кухни, вклад в воспитание молодых кадров в сфере общественного питания и многолетний плодотворный труд.*
- 2016, 4 октября — назначен шеф-поваром ГУП РС(Я) «Служба общепита «Тыгын Дархан».*
- 2019, 27 сентября — присвоение звания «Почетный гражданин Республики Саха (Якутия)»: «За особые заслуги в изучении, сохранении и развитии кухни народов Севера, ее пропаганда на российском и международном уровне, многолетнюю плодотворную деятельность по сближению и взаимообогащению национальных культур и традиций, вклад в социально-экономическое развитие Республики Саха (Якутия) присвоить почетное звание «Почетный гражданин Республики Саха (Якутия)».*
- 2020, 1 декабря — медаль «За дружбу и сотрудничество между Россией и Исландией» некоммерческого партнерства «Содействие развитию дружественных отношений с Исландией».*
- 2022, 31 августа — расторжение трудового договора по инициативе работника в связи с выходом на пенсию.*
- 4 октября — стал советником по деятельности ресторана «Тыгын Дархан».*
- 2025, май — избран почетным академиком Академии духовности Республики Саха (Якутия).*

Биография продолжается...

КРАТКАЯ БИБЛИОГРАФИЯ (на якутском и русском языках)

Готовим с Тарбаховым. Якутск: Көмүөл, 2013.

Готовьте с Тарбаховым. Якутск: ИПК «Дальпресс», 2014.

Львова С. И. Иннокентий Тарбахов. Путь шефа. [автобиографические рассказы, рецепты]. Якутск, 2025 (Легенды Якутии).

Тарбахов И. И. Эн оствуолунг сахалыны астара. Якутской: Саха сиринэҕи кинигэ издательства, 1986.

Тарбахов И. И. Эн оствуолунг сахалыны астара. Якутской: Саха сиринэҕи кинигэ изд-вота, 1991.

Тарбахов И. И. Билсинг, ѿрэтиң, таргатың «Сандалы» сахалыны астарын (Учууталларга көмө). Якутск, 1992.

Тарбахов И. И. Саха оствуолунг астара. Москва: Алгыс, 1993.

Тарбахов, И. И. Якутские блюда. Якутск: Нац. кн. изд-во «Бичик», 1993.

Тарбахов И. И. Эн оствуолунг сахалыны астара. Дьокуускай: Бичик, 1993.

Тарбахов И. И. Блюда земли Олонхо. Якутск: Триада, 2002.

Тарбахов И. И. Сандалы от Тарбахова. Якутск: Сахаполиграфиздат, 2004.

Тарбахов И. И. Өбүгэ алгыстаах аха. Дьокуускай: Көмүөл, 2009.

Тарбахов И. И. Сандалы народов Якутии. Якутск: Бичик, 2010 (Кухни народов Сибири и Дальнего Востока).

Тарбахов И. И. Золотые рецепты якутской кухни. Якутск, 2016.

Тарбахов И. И. Вкус Арктики. Якутск, 2017.

Яковлев, В. Ф., Кочнев В. П., Тарбахов И. И. Ысыах: Я — Душа — Мир. Якутск: Сахаполиграфиздат, 2004.

СОДЕРЖАНИЕ

<i>Пролог в трех частях</i>	6
I. Мальчик Киэсэ и звезды	6
II. Преодоление.	9
III. Секрет его искусства	19
 <i>Глава первая. ПУТЬ, НИСПОСЛАННЫЙ СВЫШЕ</i>	31
Трудное детство и школьные годы. — Выбор профессии повара, кулинара. — Встреча на всю жизнь: Антонина Семеновна. — Якутия и Советская страна: 1960—1970-е. — Канун новой эпохи: 1980-е годы. — Медицина и национальная кухня. — Работа ведущим специалистом в респпотребсоюзе «Холбос» в г. Якутске.	
 <i>Глава вторая. ЯКУТИЯ В ПОРУ РАСЦВЕТА</i>	83
Время перемен. 1990-е. — Новый импульс в сфере культуры и духовности. — Новые символы культуры. — Время пассионариев. — Знакомство и дружба Иннокентия Тарбахова с Борисом Неустроевым-Мандар Уус.	
 <i>Глава третья. МИР, КОТОРЫЙ ОТКРЫЛ ТАРБАХОВ</i>	111
Знакомство и дружба Иннокентия Тарбахова с Михаилом Николаевым. — Оценка Михаила Николаева. — Вклад И. Тарбахова в укрепление государственности Республики Саха. — Восхождение к высотам кулинарного искусства. — Тарбахов и его искусство как национальное достояние. — «Благословенная пища предков» Иннокентия Тарбахова. — Признание: мастер-повар России.	
 <i>Глава четвертая. МАСТЕР: КУЛЬТУРА ПИТАНИЯ</i>	146
Ресторан национальной кухни «Тыгын Дархан». — Иннокентий Тарбахов и распространение гастрономической культуры. — Благословение, ритуал, вера кухни народа саха. — Формирование гастрономического бренда и образа Якутии-Саха. — От «Кулинарного мира» к «Тарбаахаптыын астыахха». — Ысыах — кумыс и другие блюда как часть обрядово-ритуальной церемонии национального праздника. — Истории его фирменных блюд.	

<i>Глава пятая. МЯГКАЯ СИЛА: НАЦИОНАЛЬНАЯ КУХНЯ</i>	180
Вклад Иннокентия Тарбахова в укрепление государственности Республики Саха (Якутия), развитие межрегиональных и международных связей.	
<i>Глава шестая. ЗНАКИ ПРИЗНАНИЯ</i>	214
Национальная академия кухни Франции. — Триумф якутской национальной кухни в Европе. — Школа Le Cordon Bleu. — В Китае у повара Мао. — О дальнейшем развитии национальной кухни как бизнеса.	
<i>Глава седьмая. СЕМЬЯ. МИССИЯ И ФИЛОСОФИЯ ТАРБАХОВА</i>	242
Семья: Антонина Семеновна, дети, внуки и правнуки. — Благословение, ритуал, вера кухни народа саха. — Философия и учение Тарбахова. — Школа Иннокентия Тарбахова. — Слово о пройденном пути.	
Основные даты жизни и деятельности И. И. Тарбахова	283
Краткая библиография	285

Сидоров О. Г.

С 34 Иннокентий Тарбахов: Маэстро якутской кухни / Олег Сидоров. — М.: Молодая гвардия, 2026. — 287[1] с.: ил. — (ЖЗЛ: Биография продолжается...: сер. биогр.; вып. 55).

ISBN 978-5-235-04921-5

Якутская национальная кухня имеет собственное имя — Иннокентия Иннокентьевича Тарбахова. Именно ему, Иннокентию Иннокентьевичу Тарбахову, принадлежит всеми признанная заслуга возрождения якутской кухни как особого вида гастрономической культуры, возведение ее на высший уровень мирового кулинарного искусства. Он создал ресторан национальной кухни «Тыгын Дархан», авторские блюда, основанные на традициях якутов и народов Севера. Издал несколько поварских книг о кухнях народов Якутии, неустанно проводил мастер-классы, готовил поваров и сопровождал ответственные визиты руководства республики и России.

Почетный гражданин Республики Саха (Якутия) Иннокентий Тарбахов — одна из живых легенд российского культурного пространства. Он превратил якутскую национальную кухню в неотъемлемый элемент не только национальной культуры Якутии, но и России, как самодостаточную ценность, как искусство. Общепризнанный его вклад в возрождение самобытной и неповторимой культуры народов Якутии и в продвижение имиджа республики не только в России, но и во всем мире.

**УДК 94(571.56)(092)
ББК 63.3(2Рос.Яку)-8**

знак информационной
продукции **16+**

Сидоров Олег Гаврильевич
ИННОКЕНТИЙ ТАРБАХОВ
Маэстро якутской кухни

Редактор **В. В. Эрлихман**
Художественный редактор **К. В. Забусик**
Технический редактор **М. П. Качурина**
Корректор **Г. Е. Сафонова**

Сдано в набор 20.01.2026. Подписано в печать 27.01.2026. Формат 84x108³².
Бумага офсетная № 1. Печать офсетная. Гарнитура «Newton». Усл. печ. л.
15,12+1,68 вкл. Тираж 3000 экз. Заказ

Издательство АО «Молодая гвардия». Адрес издательства: 127055, Москва,
Сущевская ул., 21. Internet: <http://gvardiya.ru>. E-mail: dsel@gvardiya.ru

Отпечатано с готовых файлов заказчика
в АО «Первая Образцовая типография»,
филиал «УЛЬЯНОВСКИЙ ДОМ ПЕЧАТИ»
432980, г. Ульяновск, ул. Гончарова, 14

ISBN 978-5-235-04921-5