

# Кумыс из кобыльего молока.



Для изготовления кумыса предварительно делается закваска. Для этого надо взять 2 чайные чашки раствора белого хлеба или пшеничной муки, 2 ст. ложки пшена, 1 ст. ложку меда и 1 ч. ложку пивных дрожжей. Все это залить кобыльим молоком, чтобы вышла не очень густая масса. Массу переложить в хорошую посуду и выдержать в теплом месте, пока не закиснет. Затем взять 5 литров кобыльего молока и слить его в сосуд с широким горлышком, на дно которого опущена закваска, завязанная в марлю или ветошь.

Все это выдержать в теплом месте, пока молоко посредством брожения не приобретет приятно-кислый, отдающий спиртом вкус. Обычно для этого требуется не более суток.

Полученный кумыс очистить от плавающих на поверхности жирных частиц и разлить по бутылкам, хранить в холодном месте. Кумыс подвержен скорой порче, поэтому нужно следить, чтобы он не перешел в гнилое брожение. Люди, ранее не употреблявшие кумыс, должны соблюдать некоторые правила. Лучше всего кумыс употреблять на отдыхе. Начинают с раннего утра по 1/2 ч. ложки через каждые полчаса. Далее понемногу увеличивают дозу до обычновенного стакана через каждые полчаса. Прекращают пить кумыс за 2 часа до приема пищи.