

Գիրքը լուսապատճենահանվել է
"Համահայկական Էլ. Գրադարան"

կայքի՝ www.freebooks.do.am

կողմից և ներկայացվում է իր
այցելուների ուշադրությանը:

The book created by "PanArmenian E. Library"



Գիրքը կարող է
օգտագործվել միայն ընթերցանության համար...

For more info: www.freebooks.do.am

Library

ՊՆԻՔ ԱՌԻՅՆՈՒԹԱ ԿԱՐՈՂ ԵՔ ՁՅԸ ՆՈՐԿՈՒՄՆԸ ՈՒՆԵԱՆԱԸ, ՀԱՅԱՍՏԱՆ
ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅԱՆ ՏԱՐԱԾՄԱՆ ԳՈՐԾՈՒՄ ԵՎ ԻՆՏԵՐՆԱԿ
ԼՈՒՄՄԱՍՅԱՑՔԵՆԱԶԱՆՆԵԸ ԳՐՔԵՐ:

ԹԿՈՅՔՆ ԳՐՔԵՐԻ ՄՏԵՂԾՄԱՆ ՄԱՆՐԱՄԱՍՆԵՐԸ ԿԱՐՈՂ ԵՔ
ԻՄԱՆԱԸ "ՀԱՄԱՀԱՅՐԱԿԱՆ ԷԼԵԿՏՐՈՆԱՅՔԻ ԳՐԱԿՈՐՄԱՆ" ԿՈՅՔԻՑ՝

www.freebooks.am

ԸՆԴՐՉԱԿԱԸ ԵՒՔ, ՈՐ ՕԳՏՎՈՒՄ ԵՔ ՄԵՂ ԿՈՅՔԻՑ:
ՑԱՆՎԱԼՈՒՄ ԵՒՔ ՀԱՃԵԼԻ ԸՆԹԵՐՑԱԼՈՒԹՅՈՒՆ:



ԳՐՔԻՔ ՄԵՁ՝ freebooks@rambler.ru

ՉԱՐՈՒՀԻ ՄԻՒԿՑԱՆ

ԱՐԵՎՄՏԱՀԱՅԵՐԻ



(«ԱՄԽՊԱՐԱԿԱՆ»)

ԽՈՀԱՆՈՉ

ՋԱՐՈՒՅԻ ՄԽԻԿՅԱՆ

ԱՐԵՎՄՏԱՀԱՅԵՐԻ

(«ԱԽՊԱՐԱԿԱՆ»)

ԽՈՀԱՆՈՑ

«ՎՄԿ-ՊՐԻՆՏ»  ՀՐԱՏԱՐԱԿՉՈՒԹՅՈՒՆ

ԵՐԵՎԱՆ - 2004

Գրքում զեւրեղված են արեւմտահայերի (հիմնականում՝ հունահայերի) մի շարք ճաշարեսակների, խորտիկների, խմորեղենների, սալաթների, եւ ըմպելիքների պատրաստման եղանակները: Ընդգրկված են նաեւ նրանց հեղձորդների՝ մեր եւ ավելի երիտասարդների խոհանոցում իրենց ուրույն տեղն զբաղեցրած ուտեստների բաղադրամասերը եւ պատրաստման շեւերը:

Վերջում՝ մի փոքր հումոր:

ԱՐԵՎՄՏԱՅԱՅԵՐԻ ԽՈՅԱՆՈՑ

Շատ լայն է արեւմտահայ հասկացությունը՝ Տարբեր վայրերից գաղթած հայերն ունեն իրենց բնակության, ծննդավայրին յուրահատուկ ճաշատեսակներ, որոնք շատ են տարբերվում միմյանցից, ինչպես, ասենք, Հայաստանի տարբեր շրջաններն ունեն իրենց տեղանքին, բնակավայրին, կլիմային առանձնահատուկ ճաշատեսակներ է, կարելի է ասել, բավականին զանազանվում են մեկը մյուսից:

Քանի որ մանկությունս անցել է իմ մեծմայրիկների, իսկ ամուսնանալուց հետո սկեսրոջս հետ, որոնք ծնվել էին Թուրքիայում, այնուհետեւ՝ Մեծ եղեռնից հետո, հանգրվան գտել Հունաստանում, ես կներկայացնեմ հիմնականում արեւմտահայերի այդ հատվածի ճաշատեսակները, որոնք ունեն հունական եւ (ցավոք) թուրքական անվանումներ:

Նրանք, կարելի է ասել, բանջարեղենը միշտ չորացնում էին Այնուհետեւ, շփվելով տեղաբնակների հետ, իրենք էլ սկսեցին որոշ ճաշատեսակներ պահածոյացնել, բայց, հիմնականում նախապատվությունը տալիս էին չորացնելուն, իրենց կարծիքով, որպես ապահով միջոց:

Նրանց ճաշացանկի անբաժան մաս էին կազմում՝ բամիան, բակլան, սիսեռը, բիզելյան (ոլոռը), սպիտակ լոբին (ոչ կարմիր), ոչխարի միսը, ոսպը, զեյթունը (ձիթապտուղը), բաստուրման, սուջուխը, ռադիկյան (խատուտիկը), փրասան (պրասը, սավզին), սխտորը, ուղեղը, լեզուն, ջիյերը (թոքը), տալախը (փայծաղը), սիրտը, երիկամը, ձկնեղենից սկումբրիան, ստավրիդան, սիզը եւ այլն:

Շատ էին օգտագործում ձեթ

Չգիտեմ ինչու, համեմ առհասարակ չէին օգտագործում եւ համեմին ասում էին «թախթարիթի» (փայտոջիլ), գուցե հո՞տն իրենց դուր չէր գալիս: Բայց, տարիների ընթացքում, սկսեցին օգտագործել նաեւ համեմ: Օգտագործում էին մաղադանոս, նեխուր, քեբաբ օթը (քեքիկ, խորովածի խոտ, ծիթրոն), հիմնականում մսով ճաշատեսակների համար: Բրնձի փոխարեն ավելի շատ օգտագործում էին բլղուր:

Համեմունքներից գործածում էին՝ չաման, սեւ պղպեղ, քիմիոն, չաման, դարչին, մեխակ, դահին, բահար (душистый перец), սումախ, լիմոնի աղ, քացախ, հիլ, դափնու տերեւ եւ այլն:

Միշտ պատրաստում էին կարմիր պղպեղի խառնուրդով տոմատի մածուկ (սալչա, սալցա) Մի փոքր եփում, մառլայով ծածկում եւ դնում էին բոբր արեւի տակ մինչեւ պնդանալը

Մորական տատիկս հաճախակի պատրաստում էր «Ղափամա».

Սալաթների համար կտրատված սոխը միշտ աղով լավ ճմռում էին, լվանում, քանում եւ հետո օգտագործում.

Կաղանդի սեղանին անպայման լինում էր անուշապուր, սարը բուրմա, փախլավա, սկորդալյա, քեշքեկ (հարիսա), բաստուրմա, սուջուխ, ձիթապտուղ եւ շատ այլ ճաշատեսակներ, թխվածքներ ու սալաթներ:

Չատիկի սեղանին միշտ լինում էր քուլուրյա, ինչպես նաեւ քուլուրյայի խմորից պատրաստված զամբյուղներով զարդարված կարմիր ձվեր, չամչով փլավ Ի միջի այլոց, ամեն տեսակի փլավ եփելիս, փլավը պատրաստ լինելուց հետո մեծ մայրիկներս եւ սկեսուրուս կափարիչի տակից երկտակ ծալած մաքուր սրբիչ էին դնում.

Խմորաթերթերը բացելու համար օգտագործում էին միայն օխլավու, գրտնակ ընդհանրապես չէին գործածում.

Շատ էին սիրում կծու ճաշատեսակներ. Տանը միշտ ունենում էին պատրաստած չաման. Տոլման պատրաստում էին խաղողի տերեւով եւ փաթաթում շատ փոքր. Չմռան համար երբ տերեւ էին պահածոյացնում, սուտ տոլմայի համար ընտրում էին շատ մեծ, առանց «ճեղքերի» տերեւներ եւ անպայման տարայի վրա նշում էին՝ «մեծ», իսկ մսով տոլմայի համար՝ փոքր տերեւներ եւ նշում՝ «փոքր». Ամռանը տոլման պատրաստում էին լահանայով (կաղամբով), սմբուկով, պղպեղով, լոլիկով, խնձորով, խաղողի տերեւով

Ամռան սեղանից անպակաս էր խոշաֆը (խառը մրգերից կոմպոտ), ջաջըխը (մածնափրթոշ).

Շատ էին պատրաստում բումբար

Չմռան համար անպայման պատրաստում էին էրիշտա, թարխանա

Տղամարդիկ հիմնականում խմում էին տնական, անխոնի յուղ խառնած օղի, որի մեջ մի փոքր ջուր լցնելուց հետո՝ օղին անմիջապես սպիտակում էր եւ կաթի տպավորություն թողնում

Կանաչիները միշտ չորացնում էին առանձին-առանձին, հաշվի առնելով, որ ամեն ճաշատեսակի համար անհրաժեշտ է իրեն յուրա-

հատուկ կանաչին եւ երբեք խառը կանաչի չէին շորացնում

Տատիկներս աղցան ասում էին միայն ուտելի, եփվող բանջարեղենին ծտի պաշար, փիփերթ, սպանախ, ռադիկյա եւ այլն

Առաջին ճաշատեսակին ասում էին ապուր, սալաթին՝ սալաթա կամ փյազ, կոնպոտին՝ եւ, խոշաֆ, եւ կոնպոստո Իսկ մուրաբային անուշ

Միշտ մերում էին մածուն, իսկ նրանց թխած հացը մի յուրահատուկ համ եւ բույր ուներ.

Տատիկներիցս հաճախ եմ լսել. «Տանտիկինին մեկ ձեռքը «գող» պետք է ըլլա» արտահայտությունը. Այսինքն տանտիրուհին պիտի խնայող լինի, «անկյունում» պահած որեւէ բան ունենա, որ անակնկալ հյուր գալիս կարողանա պատվել եւ հյուրասիրել. Եվ ասում էին. «Չեղած տեղեն ալ բանմը պիտի պատրաստես եւ հյուրասիրես, որ երեսդ պարզ ըլլա».

Այժմ կներկայացնեմ այն ճաշատեսակների, խորտիկների, սալաթների, խմորեղենների (որոնք կազմել եւ մինչեւ այժմ էլ կազմում են մեր սեղանների զարդը) պատրաստման եղանակները Կան որոշ ուտեստներ, որոնք պատրաստման հիմնական չափեր չունեն եւ բաղադրամասերի չափերի ընտրությունը թողնում եմ տանտիրուհու հայեցողությանը եւ ֆանտազիային

Գրքում տեղ են գտել նաեւ արեւմտահայերի նոր սերնդի խոհանոցում իրենց ուրույն տեղն զբաղեցրած շատ ճաշատեսակների, խմորեղենների, սալաթների պատրաստման եղանակները.

ՅԵՂԻՆԱԿ

ԱՌԱՋԻՆ ԾԱՇԱՏԵՍԱԿՆԵՐ

ՄՊԻՏԱԿ ԼՈՒՈՒ ՓԼԱՔԻ

Սպիտակ լոբին ամբողջ գիշեր թողնել ջրի մեջ Առավոտյան ջուրը դատարկել, նոր ջուր լցնել, լավ եփել Երբ համարյա պատրաստ լինի՝ լցնել աղը

Կաթսայի մեջ ձեթը լավ տաքացնել, լցնել մանր կտրատած գլուխ սոխ, մինչեւ մի փոքր փափկի Ավելացնել կտրատած սխտոր եւ ստեպոհին (գազար), լավ խառնել, մինչեւ փափկեն Ավելացնել (ըստ ճաշակի) լոլիկի մածուկ կամ կտրատած լոլիկ, եփված լոբին, աղացած սեւ եւ կարմիր պղպեղ, աղ, կտրատած նեխուր, տաք ջուր եւ եփել մինչեւ պատրաստ լինելը

Կարելի է մատուցել եւ տաք, եւ սառը

Նույն ձեւով կարելի է պատրաստել սիսեռով, ոլոռով կամ բակլայով

Վերը նշված փլաքիները կարելի է պատրաստել նաեւ ոչխարի մսով Այդ դեպքում արդեն սոխեռածը պետք է յուղով պատրաստել եւ ճաշը մատուցել տաք-տաք

ՅԱՎԻ ՄՍՈՎ ԱՊՈՒՐ

Յավը կտրատել, լվանալ, շատ ջրով եփել Եփելու ընթացքում անընդհատ հեռացնել փրփուրը Երբ համարյա պատրաստ լինի, լցնել բրինձ, վերմիշել կամ լապշա (ըստ նախասիրության), երկարությամբ կտրատած ստեպոհին (գազար), տոմատի մածուկ կամ կտրատած լոլիկ, շարունակել եփել, մինչեւ ապուրի պատրաստ լինելը Վերջում ավելացնել մանր կտրատած մաղադանոս, իսկ եթե հավի միսը յուղալի չէ, ավելացնել նաեւ կարագ Մատուցել տաք-տաք



ԹԱՆԱԴՊՈՒՐ

1 լիտր մածուկը լցնել կաթսայի մեջ, լավ ծփել, լցնել նաեւ 1 տուփ թթվասեր, նորից ծփել, ավելացնել ջուր, լավ խառնել 2 ձուն հարել 2 ճաշի գդալ ալյուրի հետ, անցկացնել մաղով, որպեսզի գնդիկներ չմնան Լցնել լվացված կորկոտը (ծավարը) եւ դնել կրակին Երբ սկսի եռալ, կրակը մարմանդացնել, շերեփը թողնել կաթսայի մեջ եւ մեկ-մեկ խառնել Երբ կորկոտը եփվի, ավելացնել մանր կտրատած համեմ կամ մեխուր (ըստ ճաշակի), աղ Եփվելուց եւ կրակից իջեցնելուց հետո դնել մի մեծ կտոր կարագ եւ խառնել՝ մինչեւ կարագը լուծվի.

ՄՊԻՏԱԿ ԱՊՈՒՐ

Հավը լավ եփել Արգանակը քամել, լցնել կաթսայի մեջ եւ երբ սկսի եռալ՝ աչքաչափով լցնել բրինձ, վերմիշել կամ բլղուր, կրակը մարմանդացնել եւ եփել Ավելացնել աղ. Երբ պատրաստ լինի, իջեցնել կրակից եւ թողնել հանգստանա.

Խոր ամանի մեջ 1-2 ձուն հարել լիմոնի աղի հետ եւ երբ ապուրը գոլից մի քիչ տաք կլինի, շերեփով վերցնել արգանակից ու քիչ-քիչ, անընդհատ խառնելով լցնել հարած ձվի վրա՝ մինչեւ միատարր զանգված դառնալը, այնուհետեւ խառնել ապուրին, որն անմիջապես սպիտակում է Ավելացնել նաեւ կարագ. Եփած հավի կտորները լցնել ապուրի մեջ եւ մատուցել. Իսկ եթե ապուրն ավելանա եւ հետո կարիք լինի տաքացնել, պետք չէ եռացնել, որպեսզի ձուն չմակարդվի. Այս ճաշատեսակին կանաչի պետք չէ:

ՓՐԱՍԱ (պրաս, սավզի)

Պրասը լավ լվանալ, կտրատել, առատ ձեթի մեջ տապակել: Ավելացնել կտրատած լուլիկ կամ տոմատի մածուկ, սեւ եւ կարմիր պղպեղ, տաք ջուր. Երբ մի քիչ եփվի, աչքաչափով լցնել բրինձ կամ բլղուր, աղ եւ լիմոնի աղ ու եփել մինչեւ պատրաստ լինելը.

Այս ճաշատեսակը շատ հարգի է հունահայերի մոտ եւ, եթե մեկը շատ կուշտ է լինում, բայց ստիպում են ճաշել, հրաժարվում է՝ ասելով.

- Փրասա ալ ըլլա՝ չեն ուտեր

ԹԱՐԽԱՆԱՅԻ ՊԱՏՐԱՍՏՈՒՄԸ

1-ին տարբերակ

6 կգ մածուկը թթվեցնել, լցնել կաթսայի մեջ, վրան լցնել 2,5 կգ լվացված ձավար, եփել մինչև միատարր զանգված դառնալը: Ավելացնել նաեւ աղը, շարունակել եփել մինչև պնդանա

Ավելացնել 1 կգ ալյուր, լավ խառնել եւ իջեցնել կրակից. Բաժանել գնդերի, դնել մաքուր կտորի վրա եւ թողնել չորանա, հետո տրորել, փշրել Լավ չորացնելուց հետո լցնել տոպրակի մեջ

2-րդ տարբերակ

Հարիսայի ցորենը աղալ, մաղել, որպեսզի հատիկներ չանցնեն, առանձնացնել նաեւ գոյացած ալյուրը

2 կգ մածուկը քամել եւ քամված հյութի չափով սովորական, թարմ ջուր ավելացնել եփել մածուկը, ավելացնել 1կգ աղացած ցորենը, մի փոքր էլ եփել եւ կափարիչը պինդ փակել, թողնել ամբողջ գիշեր. Առավոտյան շատ մաքուր ձեռքերով երկարավուն գնդիկներ պատրաստել եւ չորացնել. Լավ չորանալուց հետո լցնել տոպրակի մեջ:

ԹԱՐԽԱՆԱ ԱՊՈՒՐ

Ջուրը եռացնել, աչքաչափով լցնել թարխանան եւ եփել Ձեթով սոխեռած անել եւ լցնել եփված թարխանայի վրա Առանձին թավայի մեջ ձեթով կարմրացնել նաեւ մանր, քառակուսիներով կտրատած հաց եւ լցնել թարխանա ապուրի վրա. Ցանկության դեպքում, ավելացնել նաեւ չորացրած անանուխ.

ՍՈՒԼՈՒ ՔՅՈՖԹԵ (քյուֆթա-բոզբաշ)

Կես կգ տավարի միսը (մի փոքր յուղոտ) եւ սոխը աղալ. Ավելացնել կես թեյի բաժակից մի քիչ ավել բրինձ կամ բլղուր, չորացրած ծիթրոն, մի քանի ճյուղ կտրատած մաղաղանոս, աղ, սեւ եւ կարմիր պղպեղ, մի քիչ ջուր եւ լավ խառնել: Հետո պատրաստել գնդիկներ եւ դնել բարակ շերտով ալյուր լցված սինու մեջ: Երբ լրիվ խճողակն արդեն սպառված կլինի, սինին թափահարել, որպեսզի գնդիկները ալյուրոտվեն եւ եփել եռացող ջրով կամ արգանակով լցված կաթսայի մեջ. Երբ գնդիկներն արդեն եփված կլինեն, իջեցնել կրակից եւ թողնել ապուրը հանգստանալ:



Այնուհետեւ վրան ավելացնել ձվի եւ լիմոնի աղի խառնուրդ ու կստացվի սպիտակ ապուրի նման ապուր:

Մատուցելիս, ցանկության դեպքում, ափսեների մեջ կարելի է ավելացնել կտրատած մաղաղանոս:

Սուլու քյոֆթե կարելի է պատրաստել նաեւ լուխկով կամ լուխկի մածուկով՝ առանց ձվի խառնուրդի. Այդ դեպքում արդեն ճաշը կստացվի կարմրավուն:

ԹՅՈՒՐԼԻ (այլազան, աջաբսանդալ)՝ ՄՍՈՎ

Ոչխարի կամ տավարի միսը մանր կտրատել, սոխով եւ տոմատի մածուկով տապակել:

Առանձին կաթսայի մեջ կանաչ լոբին թեթեւակի խաշել: Հետո շերտ-շերտ լցնել լոբին, սմբուկը, կարտոֆիլը, օղակածեւ կտրատած կանաչ պղպեղը, սեւ եւ կարմիր պղպեղը, տապակած միսը, կտրատած համեմը եւ աղը: Այդպես հերթականությամբ շարել վրան ավելացնել տաք ջուր կամ արգանակ այնքան, մինչեւ մի քանի մատ բարձր լինի: Ակզբում եփել թե՛ կրակի վրա, իսկ երբ սկսի եռալ, կրակը մարմանդացնել եւ եփել մինչեւ պատրաստ լինելը:

Մատուցել տաք-տաք:

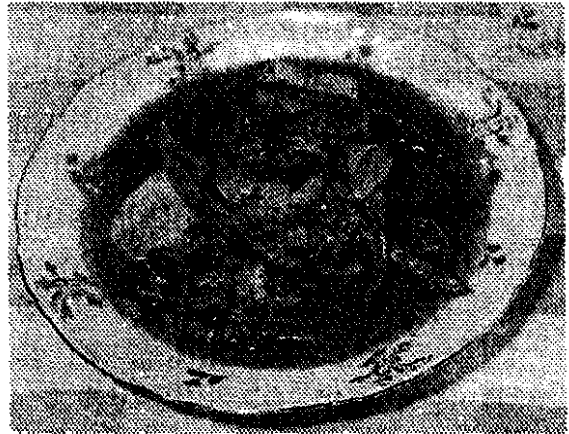
ԿԱՆԱՉ ԲԱԿԼԱՅՈՎ ՃԱՇ



Կանաչ բակլան մաքրել, լվանալ. Ձեթով սոխեռած անել, ավելացնել կտրատած լոլիկ, 1-2 պծեղ կտրատած սխտոր, աղ, սեւ պղպեղ Չետո լցնել բակլան եւ ջուրը եփել մինչեւ բակլան պատրաստ լինի Կրակից իջեցնելուց առաջ ավելացնել մանր կտրատած սամիթ .

ԿԱՆԱՉ ԼՈՐԻՎ ՃԱՇ

Լորին մաքրել, կտրատել Միսն առանձին եփել Յուղով սոխեռած պատրաստել, ավելացնել կտրատած լոլիկ կամ տոմատի մածուկ եւ մի փոքր էլ եփել Լցնել լվացված լորին, կափարիչով փակել եւ ժամանակ առ ժամանակ խառնել Երբ լորին թեթեւակի դեղնի, ավելացնել եփված միսը, արգանակը, կտրատած կարտոֆիլը եւ եփել մինչեւ լորու պատրաստ լինելը Ավելացնել սեւ եւ կարմիր պղպեղ, աղ եւ կտրատած սամիթ Մատուցել տաք-տաք



Եւ կարմիր պղպեղ, աղ եւ կտրատած սամիթ Մատուցել տաք-տաք

ԲԱՄԻԱՅՈՎ ՃԱՇ

Բամիան մաքրել, լվանալ, 1-2 ժամ թողնել լինոնի աղի թույլ լուծույթի մեջ Չետո հանել, լվանալ Մինչ այդ եփել ոչխարի միսը (լավ է՝ մատուցելը).

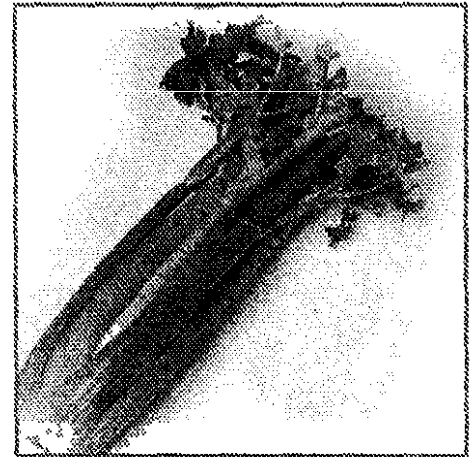
Յուղով սոխեռած պատրաստել, ավելացնել կտրատած լոլիկ, նորից եփել Չետո լցնել բամիան եւ շարունակել եփել. Երբ բամիան գույնը փոխի, ավելացնել եփված միսը, քամված արգանակը, սեւ պղպեղը եւ եփել մինչեւ պատրաստ լինելը Իջեցնելուց առաջ ավելացնել մանր կտրատած մաղադանոս.

ՋԸՐՎԸՐԱ

Երկու կապ կանաչ սոխը կտրատել, ձեթով տապակել, ավելացնել մեկ կապ մաղադանոս, սել եւ կարմիր պղպեղ, տոմատի մածուկ կամ լոլիկ, նորից եփել Լցնել 2-3 բաժակ ջուր Երբ ջուրը մի փոքր քջանա, ավելացնել 3 հատ հարած ձու, կտրատած մաղադանոս աղ, լիմոնի աղ եւ եփել մինչեւ ձվերի պատրաստ լինելը

ՆԵՆՈՒՐՈՎ (քյարավուզ, сельдерей) ԱՊՈՒՐ

Ոչխարի միսը կտրատել, խաշել Առանձին կաթսայի մեջ յուղ Լցնել, դնել կրակին, ավելացնել կտրատած մեխուրը, թողնել փափկի, հետո ավելացնել կտրատած լոլիկ, նորից եփել Ավելացնել եփված միսը եւ արգանակը, աղ, աղացած կարմիր պղպեղ, լիմոնի աղ ըստ ճաշակի և երբ սկսի եռալ, Լցնել բլղուր և եփել մինչև բլղուրի պատրաստ լինելը



ՍՈՒՆՎ ՅԱՅՆԻ (ջախոբիլի)

Ոչխարի յուղոտ միսը կտրատել ոչ շատ մեծ կտորներով եւ ջրով կիսաեփ անել Մաքրել փոքր սոխեր (ցանկալի է հավասար մեծության), յուղով մի փոքր տապակել, Լցնել կիսաեփ մսի վրա, ավելացնել լոլիկի մածուկ, աղ, սել եւ կարմիր պղպեղ, կտրատած համեմ, դափնու տերեւ եփել մարմանդ կրակով, մինչեւ պատրաստ լինելը Մատուցել տաք-տաք

Չախոբիլի կարելի է պատրաստել եւ հավի մսով

ԵՐԿՐՈՐԴ ԾԱՇԱՏԵՍԱԿՆԵՐ

ՂԵՅՄԱՅԻ ՊԱՏՐԱՍՏՈՒՄԸ

Աղացած, յուղոտ տավարի միսը լցնել թավայի մեջ, մի փոքր յուղ ավելացնել եւ անընդհատ խառնելով՝ տապակել մարմանդ կրակով Լցնել շատ մանր կտրատած սոխ, դարձյալ խառնել Ավելացնել աղ, սեւ եւ կարմիր պղպեղ ու տապակել խառնելով, որպեսզի գնդիկներ չմնան Կարելի է օգտագործել զանազան ճաշատեսակներ պատրաստելու համար

ԿԱՐՏՈՖԻԼՈՎ ՄՈՒՍԱԿԿԱ

Վերցնել համաչափ, օվալաձեւ կարտոֆիլներ, մեջտեղից երկայնակի կիսել, աղ ցանել, յուղով թեթեւակի տապակել, շարել տափակ կաթսայի մեջ Յուրաքանչյուր շերտին գդալով լցնել ղրյմա, վրան՝ մաքրված եւ կլոր-կլոր կտրատած լոլիկ, նորից աղ ցանել Այդպես շարունակել մինչեւ կաթսան լցվի Վերջին շերտի՝ լոլիկի վրա ավելացնել կտրատած համեն, լցնել ջուր կամ արգանակ մինչեւ ծածկվելը եւ եփել մարմանդ կրակով Մատուցել տաք-տաք Մուսակկան կարելի է եփել եւ ջեռոցում.

ԾԱՂԿԱԿԱՂԱՄԲՈՎ ՄՈՒՍԱԿԿԱ

Ծաղկակաղամբը կտրատել, լվանալ, վրան եռման ջուր լցնել եւ թողնել մնա 10-15 րոպե, հետո լցնել փլավքամիչի մեջ, որ ջրքամվի. Յուղով տապակել՝ մինչեւ թեթեւակի վարդագունելը Այնուհետեւ եփել կարտոֆիլի մուսակկայի ճման

ԳԱՐՆԻ ՅԱՐԸԽ (փորը ճեղքած)

Համաչափ սմբուկները չորս տեղից մաքրել, մի կողմը դանակով երկարությամբ ճեղքել, աղ անել Յուդի մեջ տապակել, շարել ջեռոցի թիթեղի վրա՝ ճեղքված մասը դեպի վերել

Միջուկը

Պատրաստել ղրյմա Այնուհետեւ ավելացնել կեղեւը մաքրած եւ քերիչով անցկացրած լոլիկ, մանր կտրատած մաղադանոս, աղ եւ կրակին թողնել այնքան, մինչեւ լոլիկը եփվի

Պատրաստի միջուկով լցոնել սմբուկները, վրան մանրել կտրատած մաղադանոս եւ դնել տաք ջեռոցը

Թեթեւակի կարմրելուց հետո անջատել Մատուցել տաք-տաք

ԻՄԱՍ ԲԱՅԸԼԴԸ (իմամն ուշագնաց եղավ)

Այս ճաշարեսակը պատրաստելու համար չեթ շար է օգտագործվում

Վերցնել համաչափ սմբուկներ, հեռացնել կոթունները, չորս տեղից մաքրել, եւ մեկ կողմից դանակով երկարությամբ ճեղքել, աղ անել Սրբիչով չորացնել, առատ ձեթի մեջ տապակել եւ դասավորել տափակ կաթսայի մեջ՝ ճեղքված մասերը դեպի վերել Տապակել նաեւ քաղցր կանաչ պղպեղներ (կոթուններով) եւ մաքրել կեղեւները

Միջուկը

Սմբուկները տապակելուց հետո ավելացած ձեթի վրա դարձյալ ձեթ լցնել, տաքացնել Սոխը կտրատել, սոխեռած անել երբ մի փոքր վարդագունի, ավելացնել կտրատած կանաչ պղպեղ եւ սխտոր, եփել,

մինչեւ պղպեղը փափկի Այնուհետեւ ավելացնել կեղեւահանված եւ կտրատած լոլիկ, դարձյալ եփել Վերջում ավելացնել կտրատած մաղադանոսը, աղը, աղացած սեւ եւ կարմիր պղպեղը երբ միջուկը պատրաստ լինի, ճաշի գդալով լցոնել սմբուկները, վրան շարել տապակած պղպեղները եւ ավելացած միջուկը եփել մարմանդ կրակով

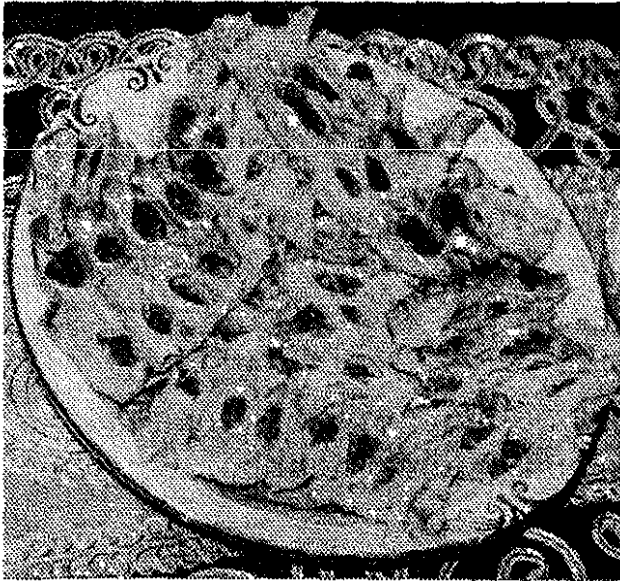
Կարելի է մատուցել եւ տաք, եւ սառը



ՍՄԲՈՒԿԸ ՁՎՈՎ

.Չորս տեղից մաքրած սմբուկը երկարությամբ կտրատել, թաթախել հարած ձվի մեջ եւ երկու կողմից տապակել առատ ձեթի մեջ Վրան լցնել կտրատած համեմ, սեւ եւ կարմիր պղպեղ (ցանկության դեպքում, նաեւ՝ սխտոր)

ՍԻՆԻ ՄԱՆԹՈՆԸ



Խմորը՝ 3 ծու, կես լիտր ջուր, 1 թեյի գդալ աղ, ալյուր. Պատրաստել այնպիսի խմոր, որ չկպչի ձեռքերին Թողնել հանգստանա

Միջուկը՝ կես կգ տավարի կամ ոչխարի յուղոտ միսը եւ 1-2 միջին չափի գլուխ սոխը անցկացնել մսադացով Ավելացնել կտրատած մադադանոս, համեմ, աղ, սեւ եւ կարմիր պղպեղ, լավ խառնել

Խմորը բացել ոչ շատ բարակ, կտրատել 4սմ x 4սմ քառակուսիներ,

յուրաքանչյուրի վրա թեյի գդալի ծայրով դնել միջուկը եւ երկու ծայրերից սեղմելով՝ տալ նավակի տեսք Մանթոնները շարել ջեռոցի թիթեղի վրա եւ երբ լցվի, յուղ ավելացնել, եփել նախօրոք տաքացրած եւ մարմանդ վառվող ջեռոցում, մինչեւ վարդագույնելը Այնուհետեւ լցնել մսաջուր եւ եփել.

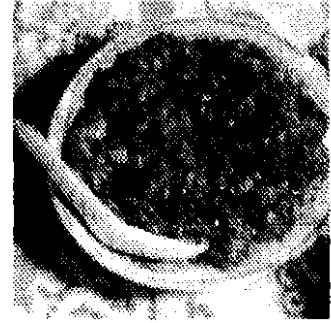
Մատուցել մածուկ-սխտորով եւ յուղով

ՂԸՋԸՐԹՄԱ

Ոչխարի ազդրի միսը մեծ կտորներով կտրատել, ծակծկել ու անցքերի մեջ սխտոր եւ սեւ պղպեղի հատիկներ խցկել Առատ ջրով եփել Պատրաստ լինելուց հետո ազդրը հանել, վրան քսել կարմիր պղպեղ խառնած թփասեր եւ դնել ջեռոցը՝ մինչեւ կարմրի կտրատել բարակ շերտերով եւ մատուցել

ԿԱՐՄԻՐ ԼՈՒԻ

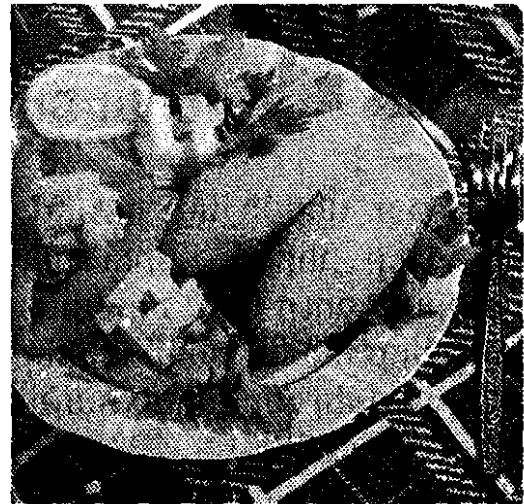
Կես կգ կարմիր լոբին մի գիշեր թողնել ջրի մեջ: Առավոտյան ջուրը դատարկել, նոր ջուր լցնել եւ լավ եփել՝ համարյա մինչեւ ծաքելը: Առատ ձեթով եւ 1 կգ սոխով սոխեռած անել, ավելացնել 1-ական կապ մանր կտրատած համեմ եւ մաղադանոս, առատ տոմատի մածուկ, եթե կա, նաեւ՝ կտրատած լոլիկ Ավելացնել աղ, սեւ եւ կարմիր պղպեղ, տաք ջուր եւ եփել, մինչեւ ջուրը ներծծվի եւ մնա աննշան քանակությամբ ջուր: Նույն ձեւով կարելի է պատրաստել նաեւ սպիտակ լոբով:



ԻՉԼԻ (միջուկով, լցունած) ՔՅՈՅԹԵ

Մոտավորապես 100 հատի համար

Միջուկը՝ 2 կգ տավարի թարմ, յուղոտ միսը 2 անգամ անցկացնել մսադացով: Լցնել թավայի մեջ, վրան ավելացնել 1 կգ շատ մանր կտրատած սոխ եւ մարմանդ կրակով եփել՝ կափարիչը փակած: Ջուր պետք չէ լցնել, մսի եւ սոխի բաց թողած ջուրը բավական է եփել մինչեւ ջրի ցամաքելը, անընդհատ խառնել, որպեսզի մսի գնդիկներ չմնան: Ավելացնել սեւ եւ կարմիր պղպեղ, քիմիոն, աղ, յուղ: Թողնել սառչի:



Վրայի միսը՝ 1 կգ փափուկ, առանց ջիլի եւ առանց յուղի միսը 2 անգամ անցկացնել մսադացով, 3-րդ անգամ հետը աղալ 1,5 կգ թաթուլեի բլղուր, որպեսզի լավ ձուլվեն իրար: Ավելացնել կես կգ քյավառի քյուլֆթա, աղ, սեւ եւ առատ կարմիր պղպեղ, քիմիոն, լավ շաղախել մինչեւ միատարր զանգված դառնալը:

Հետո ձեռքի ափի չափով բաժանել մանր գնդերի, ձեռքը թրջել, յուրաքանչյուր գնդիկին՝ առանձին-առանձին, մեկ ձեռքի ափով եւ մյուս ձեռքի ցուցամատով զգուշությամբ, որպեսզի չծակվի, տալ կիտրոնի ձեւ, մեջը լցնել սառած միջուկը եւ փակել:

Եփել աղ եւ տոմատի մածուկ խառնած եռացող ջրում:

Կարելի է նաեւ տապակել առատ յուղի մեջ՝ ոչ շատ ուժեղ կրակով: Մատուցել կիտրոնով:

ՔԵՇՔԵՔ (հարիսա)

Կաթսայի մեջ լցնել 3-4 թեյի բաժակ կորկոտ (ծավար), վրան լցնել սառը ջուր եւ եփել 1 կգ հավի յուղոտ միսը եփել եւ ոսկրահան անել, հեռացնել նաեւ կաշին Չափի միսը եւ արգանակը լցնել ծավարի վրա, ավելացնել աղը ու կրակը մարմանդացնել եփելու ընթացքում անընդ-հատ խառնել փայտե մեծ գդալով եփել մինչեւ համասեռ զանգված դառնալը Քեշքեքը շատ հաջող է լինում, երբ շատ է խփվում փայտե գդալով եւ «թել-թել» է լինում Կրակից իջեցնելուց հետո նորից լավ հարել

Հացը կտրատել փոքրիկ քառակուսիների ձեւով, յուղի մեջ տապա-կել՝ մինչեւ լավ վարդագունելը, հետո հարիսան ափսեների մեջ լցնե-լիս՝ վրան լցնել այդ կարմրացրած հացից

Հարիսան մատուցել յուղով, քիմիոնով եւ սեւ պղպեղով

ՎԵՐՄԻՇԵԼՈՎ ԵՎ ԲՐՆՁՈՎ ՓԼԱՎ

1 թ.բ. վերմիշելը յուղով լավ բովել, մինչեւ վարդագունելը Ավելաց-նել 2 թ.բ. բրինձ, շարունակել բովել՝ զգուշությամբ խառնելով Լցնել ե-ռացրած ջուր կամ արգանակ, աղ, սեւ պղպեղ եւ եփել մարմանդ կրա-կով Երբ սկսեն ծակոտիներ առաջանալ, ուրեմն պատրաստ է Կաթսա-յի վրա դնել երկտակ ծալած սրբիչ, պինդ փակել կափարիչը եւ թողնել «հանգստանա»:

1 թ.բ. վերմիշելին՝ 1թ.բ. ջուր, 1թ.բ. բրնձին՝ 2 թ.բ. ջուր:

ԲՐՆՁՈՎ ԵՎ ՈՍՊՈՎ ՓԼԱՎ

1 բաժակ ոսպը եփել. Մեկ այլ կաթսայի մեջ լցնել առատ յուղ եւ 3 բաժակ վացված բրինձ Բովել, մինչեւ բրինձը սկսի կպչել կաթսայի հա-տակին Չետո լցնել 6 բաժակ եռացրած ջուր եւ եփել մարմանդ կրակով. Ավելացնել եւս կես բաժակ եռացրած ջուր, ոսպը, աղ, սեւ պղպեղ: Եփել մինչեւ պատրաստ լինելը եւ փակել սրբիչով

ՉԱՄՉՈՎ ՓԼԱՎ

3 բաժակ բրինձը յուղով լավ բովել և լցնել 6 բաժակ եռման ջուր կամ արգանակ, աղ, եփել մինչև սկսի ծակոտիներ առաջանալ Ծածկել սրբիչով

Մեկ բաժակ լվացած չամիչը յուղով բովել եւ լցնել պատրաստի փլավի վրա

ԲԼՂՈՒՐՈՎ ՓԼԱՎ

3 բաժակ բլղուրը լվանալ, յուղով լավ բովել, հետո ավելացնել 6 բաժակ եռացրած ջուր կամ արգանակ, մի փոքր տոմատի մածուկ, աղացած սեւ եւ կարմիր պղպեղ եւ եփել մարմանդ կրակով՝ մինչև պատրաստ լինելը

Սոխը մանր կտրատել, յուղով սոխեռած անել եւ լցնել պատրաստի փլավի վրա

ԿԱՆԱԶ ՈԼՈՌԸ ԶՎՈՎ

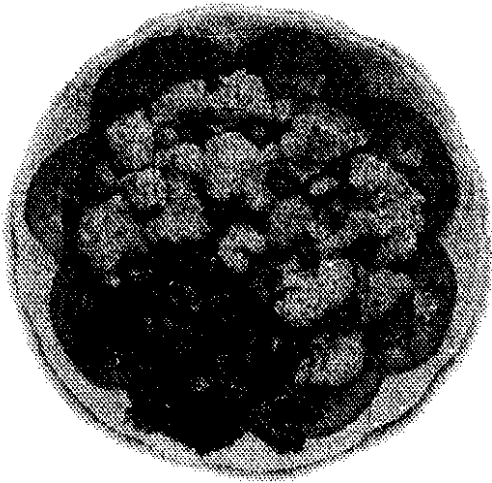
Պահածոյացված կանաչ ոլորը լվանալ, ջրքամել Յուղով եւ մանր կտրատած սոխով սոխեռած անել, ավելացնել կտրատած լոլիկ կամ տոմատի մածուկ, նորից եփել Երբ լոլիկը պատրաստ լինի, լցնել ոլորը, կտրատած սամիթ, սեւ պղպեղ եւ շարունակել եփել Պատրաստ լինելուց հետո վրան հարած ձու լցնել եւ թողնել կրակին՝ մինչև ձվերի եփվելը

ԹԱԹԱՐ ԲՅՈՐԵՅԻ

Ալյուրը բլրածել լցնել թասի մեջ, մեջտեղը փոս անել, մի քանի հատ ձու կտրել, լցնել ջուր եւ աղ Պատրաստել պինդ խմոր, գրտնակով բացել, կտրատել, եփել սովորականից մի քիչ աղի եւ մի քանի հատ դափնու տերեւ, սեւ պղպեղ ավելացրած եռման ջրում

Մատուցել մածուն-սխտորով եւ յուղով

ԾԱՂԿԱԿԱՂԱՄՔԸ ՁՎՈՎ



Ծաղկակաղամբը մաքրել, լվանալ Աղաջրի մեջ թեթեւակի խաշել Ձուն կտտրել խոր ափսեի մեջ, հարել՝ ավելացնելով աղ եւ կարմիր պղպեղ Ծաղկակաղամբը թաթախել ձվի մեջ եւ տապակել, մինչեւ թեթեւ վարդագունելը Տափակ սալաթամանի մեջ շարել կտրատած լոլիկ, տապակած ծաղկակաղամբները դասավորել մեջտեղում եւ վրան կտրատած մաղադանոս շաղ տալ:

ՔՅՈՖԹԵ (կոտլետ)

1 կգ մի փոքր յուղոտ տավարի միսը երկու անգամ անցկացնել մսաղացով, աղալ նաեւ 4-5 մեծ գլուխ սոխ, մի քանի պճեղ սխտոր, թրջված սպիտակ հացի միջուկ կամ 3-4 կարտոֆիլ Ավելացնել 2 ձու, աղ, ծիթրոն, սեւ եւ կարմիր պղպեղ, բահար, քիմիոն, չաման, կես թեյի բաժակ կաթ կամ ջուր եւ լավ հունցել Հունցելու ընթացքում մաս առ մաս վերցնել խճողակը եւ հարվածել թասիկի հատակին (կոտլետն ավելի փափուկ է ստացվում): Պատրաստել կոտլետներ եւ տապակել ոչ շատ ուժեղ կրակով

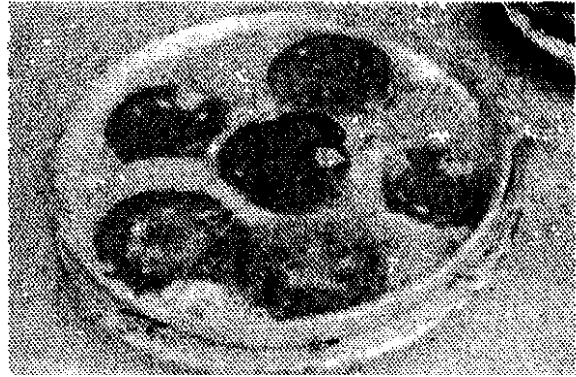
Հետը մատուցել թանձրահյութ (подливка). սոխը կտրատել, սոխենաճ անել, ավելացնել քերիչով անցկացրած լոլիկ կամ լեչո, մի փոքր էլ եփել, հետո ավելացնել կտրատած համեմ եւ մաղադանոս, աղ, սեւ պղպեղ եւ մատուցել առանձին ափսեով

ՀՎԼԵՊԻ ՔՅՈՖԹԵ

Մեկ կգ տավարի փափուկ միսը եւ կես կգ խաշած կարտոֆիլը աղալ մսաղացով Ավելացնել աղ, սեւ եւ կարմիր պղպեղ, մանր կտրատած մաղադանոս, երկու ձվի դեղնուց Այս բոլորը միասին շաղախել եւ թողնել երկու ժամ Ջանգվածից կլոր գնդիկներ պատրաստել, թաթախել ձվի սպիտակուցի մեջ եւ տապակել լավ տաքացրած յուղով:

ԼՈՒԻԿՈՎ ՉՎԱԾԵՂ

Լուիկը լայնակի կտրել, ձեթով տապակել երկու կողմից, աղ ցանել, վրան կոտրել ձվերը՝ առանց դեղնուցները վնասելու: Փակել կափարիչը եւ եփել մարմանդ կրակով, մինչեւ ձվերի լրիվ եփվելը:



ՏՎԺԻԿ

Տավարի լյարդը (սեւ թոքը) մանր կտրատել, ձեթով տապակել: Վրան ավելացնել կտրատած սոխ և միասին տապակել: Երբ սոխն էլ պատրաստ լինի, ավելացնել կտրատած լուիկ կամ տոմատի մածուկ, կտրատած մաղադանոս, աղ, սեւ եւ կարմիր պղպեղ: Կարելի է մատուցել եւ տաք, եւ սառը:

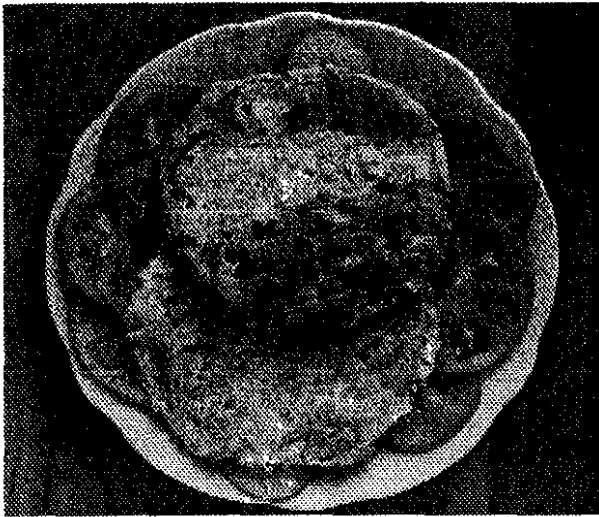
ՏԱՊԱԿԱԾ ՋԻՅԵՐ (սեւ թոք)

Տավարի սեւ թոքը երկայնակի կտրատել, լվանալ, վրան աղ, սեւ եւ կարմիր պղպեղ լցնել, լավ խառնել: Թողնել աղը ներծծվի, թաթախել ալյուրի մեջ եւ տապակել լավ տաքացրած ձեթով:

ԹԱՍ ՔԵԲԱԲ

Կես կգ. ոչխարի միսը մանր-մանր կտրատել եւ եփել: Հետո յուղով սոխեռած անել, ավելացնել եփված միսը, սեւ պղպեղ, աղ եւ մի քիչ էլ եփել: Լցնել խորը, կլոր թասի մեջ եւ զգուշությամբ շրջել տափակ (փլավի) կաթսայի մեջտեղը, կողքերը լցնել 2 բաժակ լվացված բրինձ, ավելացնել քամած արգանակը՝ 1/2 հարաբերությամբ եւ եփել մարմանդ կրակով, մինչեւ բրնձի պատրաստ լինելը: Իջեցնել կրակից, կաթսայի վրա փռել մաքուր սրբիչ եւ դնել կափարիչը:

ԴԴՄԻԿՈՎ ԿՈՏԼԵՏ



1 կգ դդմիկն անցկացնել քերիչի խոշոր կողմով Ավելացնել 1,5 թեյի բաժակ ալյուր, 5 ձու, 1-ական կապ կտրատած սամիթ եւ մաղադանոս, աղ, սեւ եւ կարմիր պղպեղ Ձեթը լավ տաքացնել, վրան աղ ցանել եւ գդալով վերցնելով զանգվածից՝ տապակել ոչ շատ ուժեղ կրակով

ԴԴՄԻԿԸ ՁՎՈՎ

Դդմիկը կլոր-կլոր՝ մոտ 1-1,5 սմ. հաստությամբ կտրատել, թաթախել ալյուրի մեջ, երկու կողմից ձեթի մեջ տապակել Դասավորել տափակ կաթսայի կամ թավայի մեջ, վրան լցնել հարած ձու եւ եփել 5-8 րոպե եփվելուց հետո ավելացնել մանր կտրատած սամիթ
Կարելի է մատուցել սխտոր-մածուկով

ԴԴՄԻԿՈՎ ՏՈԼՄԱ

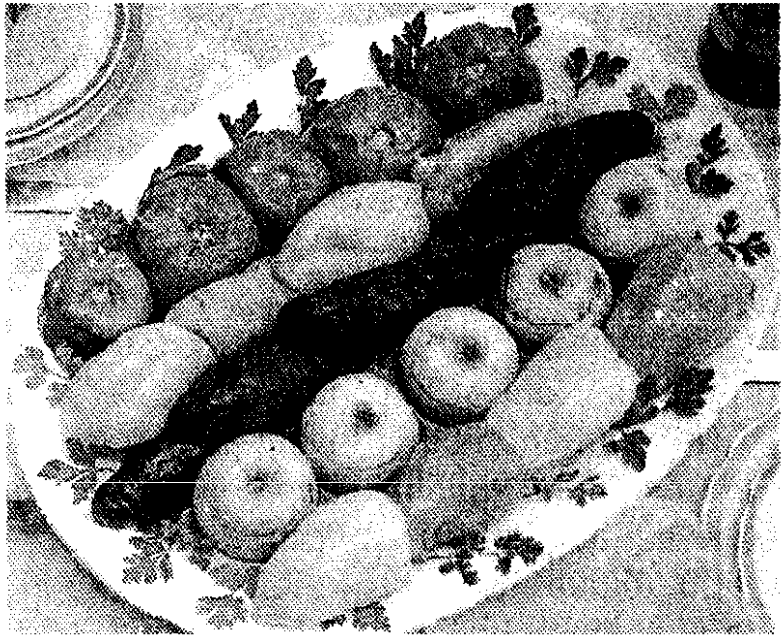
Ընտրել ոչ բարակ դդմիկներ, բաժանել երկու մասի, զգուշությամբ հանել միջուկը, միջնապատերին աղ քսել:

Ոչխարի յուղոտ միսն աղալ դդմիկների միջուկի եւ սոխի հետ, ավելացնել բրինձ, աղ, սեւ եւ կարմիր պղպեղ, կտրատած սամիթ, ծիթրոն, թթվասեր, մաքրված եւ կտրատած լոլիկ, սառը ջուր, լավ խառնել եւ լցոնել դդմիկները. եփել մարմանդ կրակով



ԱՄԱՌԱՅԻՆ ՏՈԼՄԱ

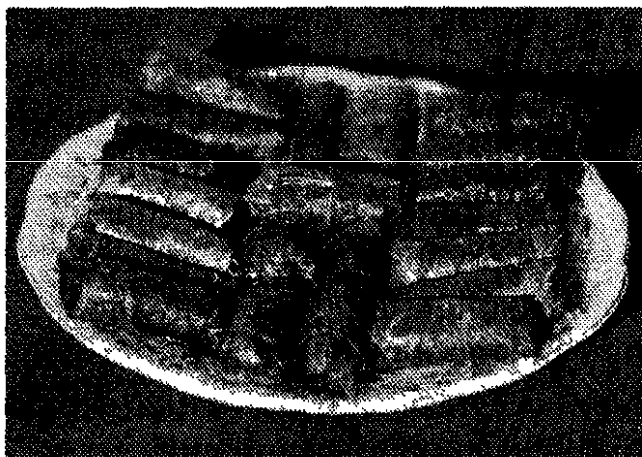
Սմբուկի միջուկը հեռացնել, իսկ սմբուկները դնել աղաջրի մեջ 3 եռացնել նաեւ կլորավուն կանաչ եւ կարմիր պղպեղների կոթունները եւ սերմերը, դարձյալ դնել աղաջրի մեջ 4 երցնել ոչ շատ մեծ լուլիկներ, վերևի մասից կտրել, բայց մի փոքր մասը չանջատել եւ թողնել որպես կափարիչ թեյի գդալով հանել միջուկը եւ միջնապատերին աղ քսել Նույն ձեւով պատրաստել նաեւ կանաչ խնձորները



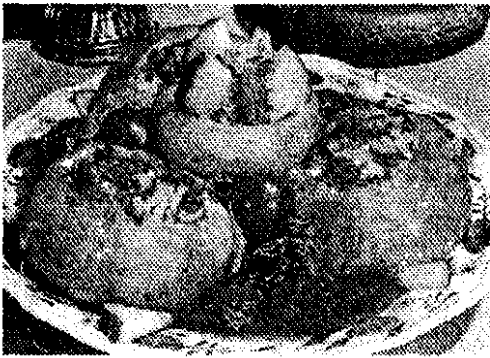
Միջուկը. տավարի եւ խոզի յուղոտ միսը աղալ սոխի հետ միասին Ավելացնել բրինձ, կտրատած համեմ, լուլիկի կտրատած միջուկը, ռեհան, ծիթրոն, աղ, սեւ եւ կարմիր պղպեղ, թթվասեր, սառը ջուր Լավ խառնել եւ լցոնել բանջարեղենները եւ խնձորները Լցոնած լուլիկները դնել ամենավերելուն Եփել մարմանդ կրակով

Ընդհանրապես, տոլման շատ համեղ է ստացվում, երբ օգտագործվում է տավարի եւ խոզի յուղոտ միս

Նույն միջուկով կարելի է պատրաստել նաեւ խաղողի տերեւով տոլմա, որը պետք է փաթաթել շատ մանր.



ՍՈՒՌՎ ՏՈԼՄԱ



Ընտրել մեծ գլխով սոխեր, մաքրել եւ մտցնել եռման ջրի մեջ, մեկ-երկու րոպե խաշել եւ շերտերն զգուշությամբ առանձնացնել իրարից

Ոչխարի փափուկ միսն անցկացնել մաղացով, ավելացնել մանր կտրատած սոխ, մաղաղանոս, ծիթրոն, աղ, սեւ եւ կարմիր պղպեղ Ստացված խճողակը յուղով տապակել՝ անընդհատ խառնելով Ավելացնել ձու եւ խաշված բրինձ

Ոսկրոտ միսը եփել եւ արգանակ պատրաստել

Խճողակով լցոնել սոխի շերտերը եւ դասավորել տափակ կաթսայի մեջ՝ արանքներում դնելով նաեւ սալորաչիր Լրիվ լցոնելուց հետո վրան ավսե դնել եւ լցնել արգանակը այնքան, որ հազիվ ծածկի տողմաները եփել մարմանդ կրակով

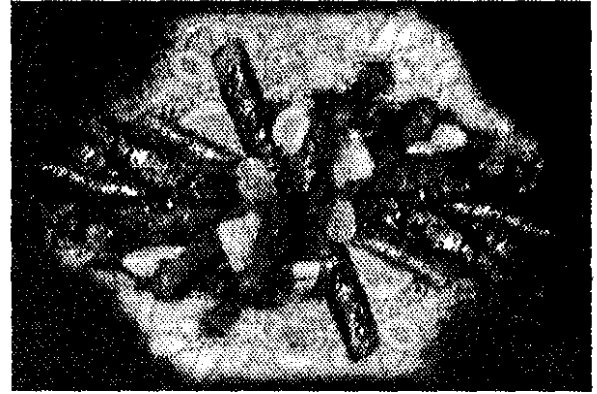
ՊԱՍՈՒՅ ՏՈԼՄԱ

Մեկական թեյի բաժակ կարմիր լոբին, ոսպը, սիսեռը, բակլան լավ լվանալ, առանձին-առանձին լցնել տարբեր կաթսաների մեջ, ջուր լցնել մինչեւ ծածկվելը եւ թողնել մեկ գիշեր Առավոտյան բոլորը եփել

Մեկ կիլոգրամ սոխով եւ կես լիտր ձեթով անել սոխեռած Սոխեռածը թեթևակի կարմրելուց հետո վրան ավելացնել տոմատի մածուկ կամ լեչո / պահածոյացված լուխկ/, եփված լոբին, սիսեռը, ոսպը, բակլան, մեկ թեյի բաժակ լվացված բլղուր, 2-3 թեյի բաժակ տաք ջուր, կարմիր եւ սեւ պղպեղ, 1- ական կապ մանր կտրատած մաղաղանոս եւ համեմ, աղ՝ ըստ ճաշակի Տասը-տասնհինգ րոպե եփելուց հետո իջեցնել կրակից, ավելացնել կես թեյի բաժակ կանեփի սերմեր եւ սալորաչիր՝ ըստ ցանկության Թողնել միջուկը սառչի Սառչելուց հետո փաթաթել անպայման թթու դրած կաղամբի տերեւներով Կաղամբի տերեւները պետք է, այսպես ասած, ձեւել, այսինքն՝ կտրատել տարբեր չափերի եւ փաթաթել այնպես, որ կողքերը բաց չմնան, որպեսզի միջուկի հատիկները դուրս չթափվեն Կարելի է փաթաթել նաեւ եռանկյունաձեւ, ըստ տանտիրուհու նախասիրության Պետք է փաթաթել մեծ-մեծ եւ դասավորել կաթսայի մեջ Լրիվ փաթաթել վերջացնելուց հետո ավելացնել տաքացրած եւ տոմատի մածուկ խառնած ջուր, ինչպես նաեւ, դարձյալ ըստ ճաշակի, կաղամբի թթվի ջուր եփել մարմանդ կրակով

ՅԱԼԱՆ (սուտ) ՏՈԼՄԱ

1 կգ գլուխ սոխը մանր կտրատել, առատ ձեթի մեջ սոխեռած անել երբ վարդագունի, ավելացնել տոմատի մածուկ կամ կտրատած լոլիկ, նորից եփել: Ավելացնել 4 թեյի բաժակ լվացած բրինձ եւ խառնելով եփել: Լցնել չորացրած անանուխ, մանր կտրատած մեկական կապ մաղադանոս եւ համեմ, սեւ եւ կարմիր պղպեղ, աղ:



Լցնել 1 թ. բ բաժակ ջուր եւ թողնել մարմանդ կրակով եփվի, մինչեւ ջուրը քաշվի թողնել սառչի եւ փաթաթել խաղողի մեծ տերեւներով՝ ափսեի կամ մսի տախտակի վրա, որպեսզի ստացվեն երկարավուն եւ բարակ տոլմաներ: Շարել տափակ կաթսայի մեջ, վրան դնել շուռ տված ափսե եւ ջուրը լցնել այնքան, որ տոլմաները ծածկվեն եփել շատ մարմանդ կրակով: Մատուցել սառը:

Նույն միջուկով կարելի է պատրաստել ամառային սուտ տոլմա՝ սմբուկով, պղպեղով, լոլիկով եւ դդմիկով:

ԼՅՈՆԱԾ ԿԱՐՏՈՖԻԼ

Ընտրել համաչափ, օվալաձեւ կարտոֆիլներ: Մաքրել, զգուշությամբ հեռացնել միջուկը եւ կարտոֆիլները լցնել սառը ջրի մեջ, որպեսզի չսեւանան: Պատրաստել կոտլետի խճողակ, մսի հետ աղալով նաեւ կարտոֆիլի միջուկը: Լցնել կարտոֆիլները, դնել քիչ յուղ եւ պաքսիմատի փոշի ցանած թիթեղի վրա: Եփել ջեռոցում՝ մինչեւ վարդագունելը:

ՀԱՎԻ ՄՍՈՎ ԿՈՏԼԵՏ

Հավը ոսկրահան անել, հեռացնել կաշին, լավ լվանալ եւ թողնել ջրքամվի: Հավի միսը եւ սոխը միասին աղալ: Ավելացնել կարագ, աղ, սեւ եւ կարմիր պղպեղ, լավ խառնել: Տալ կոտլետի ձեւ, թաթախել պաքսիմատի փոշու մեջ եւ տապակել:

ԿԱՐՏՈՖԻԼՈՎ ՁՎԱԾԵՂ

Կարտոֆիլը աղաջրում խաշել, մաքրել կեղեւները եւ լավ տրորել Ավելացնել կարագ, աղ եւ նորից տրորել Լավ տրորելուց հետո լցնել յուղ քսած թիթեղի մեջ, տափակեցնել, շաղ տալ քերիչով անցկացրած պանիր եւ եփել ջեռոցում՝ մարմանդ կրակով երբ երեսը թեթեւակի կարմրի, հանել ջեռոցից, ճաշի գդալի ուռուցիկ մասով փոսիկներ անել եւ այդ փոսիկների մեջ ձու կոտրել եւ նորից դնել ջեռոցը, թողնել 4-5 րոպե՝ մինչեւ ձվերը եփվեն

ՍԻՍԵՌՈՎ ԿՈՏԼԵՏ

1 կիլոգրամ սիսեռը թրջել տաք ջրով եւ թողնել ամբողջ գիշեր Այնուհետեւ ջուրը թափել, սիսեռն աղալ մսաղացով Աղալ նաեւ 5-6 խոշոր, խաշած կարտոֆիլ, 2-3 պծեղ սխտոր Ավելացնել 1 թեյի բաժակ ալյուր, 3 ձու, աղ, սեւ եւ կարմիր պղպեղ, քիմիոն եւ շաղախել: Տալ կոտլետի ձեւ և տապակել ձեթով

ԹՈՓԻԿ (գնդակ)

1 կգ սիսեռ, 1 կգ սոխ, կես կգ կարտոֆիլ, 1 թեյի բաժակ չեթ, կիրաւրած ընկույզ, անանուխ եւ թահին

Սիսեռը տաք ջրով թրջել եւ թողնել ամբողջ գիշեր Առավոտյան թափել ջուրը, լցնել սառը ջուր եւ եփել Եփվելուց հետո թողնել սառչի եւ երկու անգամ անցկացնել մսաղացով Հետը աղալ նաեւ կարտոֆիլը

Միջուկը՝ սոխը շատ մանր կտրատել, քիչ ջրով թեթեւակի խաշել՝ մինչեւ մի փոքր փափկի Դատարկել քամիչի մեջ, որ ջրքամվի Մի մասը լցնել աղացած սիսեռի վրա Մյուս մասի վրա՝ լավ ջրքամվելուց հետո, լցնել ձեթը, ընկույզը, աղը, անանուխը, թահինը

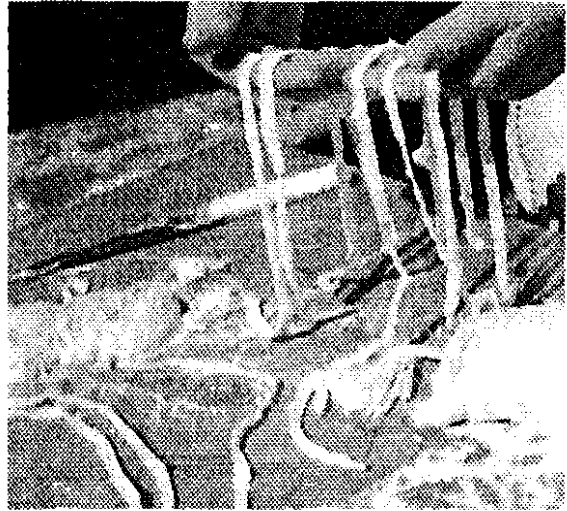
Վերցնել մառլյաներ կամ շատ բարակ, մաքուր կտորներ, սիսեռի զանգվածից ձեռքի ափով վերցնել, մեջը լցնել միջուկը, տալ գնդի ձեւ (մոտավորապես 7 սմ. տրամագծով), մառլյայով փաթաթել, վերելի մասը կապել Ստացվում է 10-12 գունդ

Պատրաստի գնդիկները (մառլյայով հանդերձ) եփել եռացրած աղաջրի մեջ՝ 40-45 րոպե Սառչելուց հետո զգուշութեամբ քանդել մառլյաները, թոփիկները դասավորել ափսեների մեջ, վրան ավելացնել ձեթ եւ սեւ պղպեղ.

ԷՐԻՇՏՍԱ

Չնայած այն բանին, որ հիմա շուկան ողողված է մակարոնեղենի բազմազան եւ գայթակղիչ տեսակներով, այնուամենայնիւ, փանրիքուհու ջեռքով պատրաստված էրիշտան գերադասելի է եւ շատ համեղ

Տնային պայմաններում էրիշտա պատրաստելու եղանակը



30 ծուն կտրել թասի մեջ, հետո դատարկել մեկ այլ՝ ավելի մեծ թասի մեջ, իսկ առաջին թասի մեջ լցնել այնքան ջուր, որքան ձվերի զանգվածն էր Ջրին ավելացնել աղ, որ սովորականից աղի լինի

Ձվերը լավ հարել, աղաջուրը լցնել վրան, ավելացնել այլուր, 1 թ.բ. սպիտակահատ ձավար եւ հունցել պինդ խմոր

Անել փոքր գնդեր, թողնել հանգստանա (վրան փակել մաքուր սրբիչով) Օխլավույով կամ գրտնակով բացել ոչ շատ բարակ խմորաթերթեր, ռուլետի նման փաթաթել եւ շատ սուր դանակով կտրատել (լապշայի հաստության) ու բարակ շերտով փռել մաքուր սփռոցների վրա, որպեսզի լավ չորանա Այնուհետեւ եփել ցանկացած ձեւով

ԷՐԻՇՏԱՆ ՂՋՅԱՎՅՈՎ ԵՎ ԼՈՒԻԿՈՎ

Էրիշտան խաշել թույլ աղաջրով Երբ պատրաստ լինի՝ դատարկել փլավքամիչի մեջ եւ վրան սառը ջուր լցնել

Կաթսայի մեջ յուղ լցնել: Տաքանալուց հետո ավելացնել 2-3 ճաշի գդալ լուլիկի մածուկ, խառնել, ավելացնել եփված էրիշտան Ղըյման լցնել պատրաստի էրիշտայի վրա եւ զգուշությամբ խառնել Մատուցել տաք-տաք

ՁԿՈՎ ՈՒՏԵՍՏՆԵՐ

ՁԿՈՎ ՉՈՐԲԱ (ձկնապուր)



Կաթսայի մեջ ջուր լցնել, ավելացնել աղ, չորացրած անանուխ (նանա), ձեթ եւ եռացնել եռալուց հետո լցնել նախօրոք մաքրած, լվացած եւ կտրատած ձուկը (սիգ, պնդաճակատ) եւ եփել, մինչեւ ձկան աչքերը դուրս գան Կրակն անջատել եւ թողնել հանգստանա Վերելուն նկարագրված սպիտակ ապուրի ձեւով (ձու, լիմոնի աղ եւ աղ) պատրաստել ձկան «սպիտակ» ապուրը

ՏԱՊԱԿԱԾ ՁՈՒԿ

Ձուկը մաքրել, կտրատել, թաթախել ալյուրի մեջ եւ ձեթով երկու կողմից տապակել, մինչեւ կիսակարմիր լինելը

Տապակած ձկան համար պատրաստել սոխով սալաթ. գլուխ սոխը մեջտեղից կիսել, շերտ-շերտ կտրատել, աղով լավ տրորել, լվանալ, լցնել փոքր մաղի կամ փլավքամիչի մեջ եւ թողնել ջրքամվի Այնուհետեւ քամված սոխը լցնել խոր անանի մեջ, վրան ավելացնել աղ, կարմիր եւ սեւ պղպեղ, չորացրած անանուխ, լիմոնի աղ (ըստ ճաշակի) եւ ձեթ Լցնել տապակած ձկան վրա եւ ճաշակել

ՁՈՒԿԸ՝ ԿԱՆԱԶ ՍՈՒՆՈՎ

Ձուկը մաքրել, լվանալ, աղ անել եւ դասավորել տափակ կաթսայի մեջ Վրան լցնել առատ, կտրատած կանաչ սոխ եւ մաղադանոս, սեւ եւ կարմիր պղպեղ, կեղեւահանած եւ շերտ-շերտ կտրատած լոլիկ կամ ջրով քացած տոմատի մածուկ, կարագ եւ եփել, մինչեւ ձկների աչքերի «դուրս գալը»

ՁՈՒԿԸ ԿԱՐՏՈՖԻԼՈՎ

Ձուկը մաքրել, կտրատել մեծ կտորներով, լվանալ, աղով, սել եւ կարմիր պղպեղով համեմել չորս կողմից եւ թողնել մի քիչ «հանգստանա» Կարտոֆիլը մաքրել, մեջտեղից կիսել, մեկ շերտով դասավորել լայն եւ ոչ շատ խորը կաթսայի մեջ, վրան ցանել աղ, կարմիր պղպեղ. Կարտոֆիլների վրա դասավորել ձկները, վրան լցնել ջրով բացած տոմատի մածուկ կամ կտրատած լոլիկ եւ մաղադանոս: Ամենավերին շերտում դնել կտրատած կարագ եւ եփել մարմանդ կրակով Պատառաքով ստուգել, եթե կարտոֆիլները եփված են, ուրեմն պատրաստ է:

ՁԿՈՎ ԿՈՏԼԵՏ

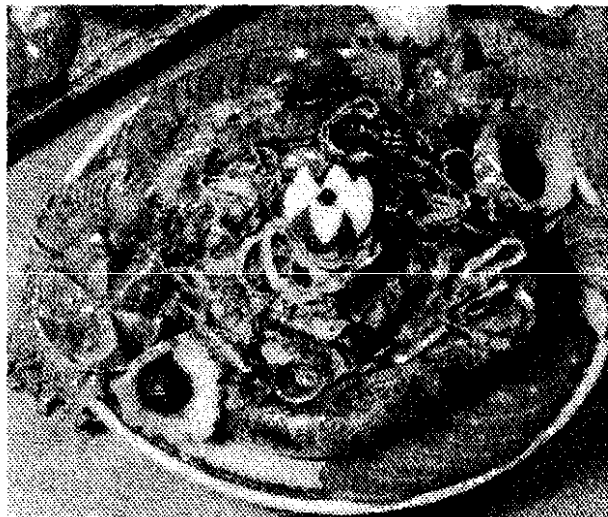
Ձուկը մաքրել, հեռացնել փշերը, լվանալ, երկու անգամ անցկացնել մսաղացով Յետը աղալ նաեւ նախօրոք թրջված սպիտակ հաց կամ հուն կարտոֆիլ Ավելացնել աղ, սել եւ կարմիր պղպեղ, քիմիոն, բահար, չաման, չորացրած ծիթրոն եւ լավ շաղախել Տալ կոտլետի ձեւ եւ տապակել ձեթով.

ՁԿԱՆ ԽԱՎԻԱՐՈՎ ՊԱՇՏԵՏ

Սիգ ձկան խավիարը (ցանկալի է մեծ հատիկներով) լավ լվանալ, թողնել ջրքամվի: Աղ անել եւ թողնել մի գիշեր: Յետո հարիչով լավ հարել՝ հետը հարելով նաեւ նախօրոք թրջած սպիտակ (բուխանկա) հացի միջուկ՝ մինչեւ միատարր զանգված դառնալը: Ավելացնել ձեթ, լիմոնի աղ եւ նորից հարել: Լցնել տափակ ափսեի մեջ, զարդարել:

ԽՈՐՏԻԿՆԵՐ (Նախուտեստներ)

ՏՆԱԿԱՆ ԵՐՇԻԿ



1կգ. խոզի միսն անցկացնել մսադաջով, հետը աղալ նաեւ 1 փոքր գլուխ սխտոր, ավելացնել մանր կտրատված խոզի ճարպ, աղ, սեւ եւ կարմիր պղպեղ, ոսկրոտ մսից պատրաստված արգանակ Լավ խառնել եւ լցնել նախօրոք պատրաստված եւ մի ծայրը ամուր թելով կապված խոզի աղիքները 10-15 սմ. լցնելուց հետո թելով կապել եւ շարունակել լցնել երբ լրիվ լցված լինի, ծայրը լավ կա-

պել եւ պատրաստի երշիկը տեղադրել (փաթաթված օձի ձեւով) նախօրոք յուղած ջեռոցի թիթեղի վրա Ավելացնել տաք արգանակ եւ եփել, մինչեւ ջուրը վերջանա շետո ավելացնել խոզի ճարպ եւ եփել այնքան, որ կարմրի շանել, տեղավորել տափակ ափսեի մեջ, ձեւավորել եւ հյուրասիրելիս կտրատել

Մատուցել տապակած կարտոֆիլի հետ.

ՄՍՈՎ ՌՈՒԼԵՏ

2 կգ փափուկ, առանց ջիլի միսը, 2 մեծ գլուխ սխտորը երկու անգամ անցկացնել մսադաջով Ավելացնել աղ, սեւ եւ կարմիր պղպեղ, 2 հատ ձու եւ շատ լավ հուկնցել:

Բաժանել 2 մասի Սրբիչը թրջել, խճողակը լցնել վրան, տալ բաստուրմայի ձեւ, վրան եւ կողքերը քսել տոմատի մածուկի եւ թթվասերի խառնուրդ եւ եփել ջեռոցում, ոչ շատ ուժեղ կրակով՝ մինչեւ թեթեւակի կարմրելը. Թողնել սառչի, կտրատել եւ մատուցել.

ՄՍՈՎ ԵՎ ՉՎՈՎ ՌՈՒԼԵՏ

Պատրաստել մսով ռուլետի խճողակ, նորից բաժանել երկու մասի ԴՆԵԼ թաց սրբիչի վրա, երկու ձեռքով տափակացնել 1 սմ հաստությամբ. Վրան շարել շատ պինդ խաշած ձվեր, երկու կողմից վրա բերել եւ տալ ռուլետի ձեւ. Միացման մասը լավ հարթեցնել. Վրան քսել տոմատի մածուկի եւ թթվասերի խառնուրդ եւ եփել ջեռոցում՝ մարմանդ կրակով Առաջելուց հետո կտրատել



Նույն ձեւով կարելի է պատրաստել նաեւ ձվածեղով՝ խաշած ձվի փոխարեն դնելով մեկ շերտ ձվածեղ

ԲՈՒՄԲԱՐ

Ոչխարի յուղոտ աղիքները մանր աղով թեթեւակի տրորել, մաքրել եւ լավ լվանալ Կտրատել 20-30 սմ երկարությամբ, բարակ փայտիկի օգնությամբ շուռ տալ, որպեսզի յուղոտ կողմը ներսում լինի

Միջուկը՝ մանր կտրատած գլուխ սոխով եւ յուղով սոխեռած անել, ավելացնել լվացված բրինձ, խառնել չորացրած անանուխ, սեւ եւ կարմիր պղպեղ, աղ Լավ խառնել Աղիքների մի ծայրը կապել ամուր թելով եւ զգուշությամբ լցոնել՝ հաշվի առնելով, որ եփվելիս բրինձը մեծանալու, աճելու է 7-8 սմ լցնելուց հետո նորից թելով կապել եւ շարունակել լցնել. Վերջում կապել ծայրերը եւ ասեղով մի քանի տեղից ծակծկել Աղիքները լցոնելուց հետո դնել կաթսայի մեջ, լցնել ջուրը (1 բաժակ բրնձին 2 բաժակ ջուր) եւ դնել կրակին եփվի Ջուրը ներծծվելուց հետո՝ թողնել դուրս տված յուղով տապակվի. Երբ սկսի կարմրել՝ ուրեմն պատրաստ է

Նույն ձեւով կարելի է լցոնել նաեւ փայծաղը. Վերցնել ոչխարի 7-8 փայծաղ, լավ լվանալ Հաստ մասից սուր դանակով մի փոքր կտրել, որպեսզի հնարավոր լինի երեք մատով դուրս բերել միջի մակարդված արյունը Լցնել բրնձով միջուկը եւ կարել եփել բուժբարի նման.

ՍԵՎ ԹՈՔՈՎ ՌՈՒԼԵՏ

Մեկ կգ տավարի սեւ թոքը, մեկ միջին չափի ստեպղինը (գազարը), 2 մեծ գլուխ սոխը դնել կաթսայի մեջ եւ քիչ ջրով շոգեխաշել՝ ավելացնելով նաեւ աղ, աղացած սեւ պղպեղ, 2-3 հատ դափնու տերեւ. եփվելուց հետո հանել դափնու տերեւը, մնացածն անցկացնել մսադացով, ավելացնել մանր կտրատած մաղադանոս եւ 50 գրամ կոնյակ կամ օղի. Լավ խառնել Դնել պոլիէթիլենային թաղանթի (ցելոֆան) վրա, բացել միատարր զանգվածը, վրան քսել 100 գրամ կարագ եւ զգուշությամբ փաթաթելով՝ տալ ռուլետի ձեւ. Զանել պոլիէթիլենային թաղանթից, դնել խոհանոցային տախտակի կամ տափակ ափսեի մեջ եւ դնել սառնարանում. Երբ սառչի, կտրատել եւ մատուցել որպես սառը խորտիկ

ՍՈՒՋՈՒԽ

Առանց ջիլի, ոչ շատ յուղոտ տավարի միսը լավ լվանալ, թողնել ջրքամվի. Երկու անգամ անցկացնել մսադացով եւ լցնել մեծ, էմալպատ թասի մեջ Ավելացնել աղ, սեւ պղպեղ, քիմիոն, քիչ կարմիր պղպեղ, բահար, մսադացով անցկացրած սխտոր եւ ձեռքերն անընդհատ ջրի մեջ թաթախելով՝ լավ հունցել

Զամոզված լինելու համար, որ համեմունքները տեղին են, այդ խճողակից (ֆարա) վերցնել, տալ կոտլետի ձեւ եւ տապակել.

Զետո գնդեր անել եւ թողնել

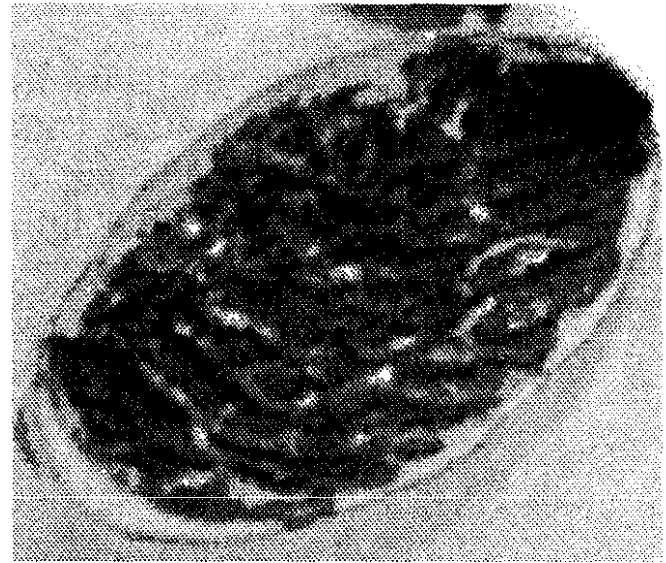
Զանել մսադացի դանակը եւ ցանցը, սուջուխի համար նախատեսված ձագարը տեղադրել մսադացին ու արդեն մշակված եւ պատրաստի աղիքի մի ծայրը ամուր թելով կապել, իսկ մյուս ծայրը հագցնել մսադացից դուրս գտնվող ձագարի ծայրին եւ մսի մեքենայի օգնությամբ աղիքը լցոնել պատրաստի խճողակով եւ 30-40 սմ լցվելուց հետո՝ երկրորդ ծայրն էլ կապել ու տալ պայտի ձեւ եւ երկու ծայրերը կապել իրար եվ այդպես, մինչեւ ամբողջ խճողակն սպառվի. Զետո լցոնած աղիքները մի քանի տեղից վերմակի ասեղով ծակծկել եւ 2-3 օր կախել արեւի տակ Զանել, գրտնակել եւ նորից կախել Կրկնել 2-3 օր եւ կախել մինչեւ չորանալը.

ԲԱՍՏՈՒՐԱ

10 կգ տավարի ֆիլե, 700 գր մաքրած սխտոր, 1 կգ աղ, կես կգ չաման Չամենուներն ըստ ճաշակի

Ֆիլեի ջիլերը եւ ավելորդ մասերը հեռացնելուց հետո տալ ձկան ձեւ՝ 12 սմ լայնությամբ, 6 սմ հաստությամբ, 20-30 սմ երկարությամբ

Դանակով ծակծկել, հետո լավ աղ անել, դնել այնպիսի մեծ թասի մեջ, որ միսը չծալծլվի, տեսքից չընկնի Թասը դնել թեքությամբ, որպեսզի արնաջրերը հոսեն Երեք-չորս օր հետո մսի կտորները շուռ տալ եւ այն մասերում, որտեղ աղ չկա՝ ավելացնել եւ նորից թողնել 3-4 օր Չետո հանել, շատ լավ լվանալ հոսող ջրի տակ Վերեւի մասից դանակով ծակել եւ ամուր թել անցկացնել ու 10 օր կախել արեւի տակ Այնուհետեւ հանել եւ դնել մաքուր կտորի վրա եւ յուրաքանչյուր շերտի արանքում անպայման դնել կտոր վրան դնել տափակ, մեծ խոհանոցային տախտակ, իսկ տախտակի վրա՝ ծանրություն Թողնել մի քանի օր, հանել եւ յուրաքանչյուր ֆիլեի վրա քսել առատ, ներքոհիշյալ ձեւով պատրաստված չամանի մածուկ եւ կախել



Չաման

Չամանը բովել, աղալ Երեկոյան վրան լցնել գոլ ջուր, որ մի քանի մատ բարձր լինի, մի քանի անգամ գդալով խառնել Թողնել ամբողջ գիշեր Առավոտյան զգուշությամբ թափել վրայի դառը ջուրը Ավելացնել աղ, սեւ պղպեղ, առատ կարմիր պղպեղ, ճգմած սխտոր, քիմիոն, բահար եւ լավ խառնել

ՈՒՏԵՍՏՆԵՐ ՈՒՂԵՂՈՎ

Մեկ կգ տավարի ուղեղը կես ժամ թողնել սառը ջրի մեջ Յետո գգու-
շությամբ հեռացնել թաղանթը Լցնել կաթսայի մեջ, ավելացնել 2-3 բա-
ժակ ջուր, մեկ մաքրած անթողջական ստեպղին (գազար), աղ, աղա-
ցած սեւ պղպեղ եւ եփել: Յանել կաթսայից, լավ տրորել, ավելացնել
3-4 հատ խաշած խոշոր կարտոֆիլ, իրար հետ լավ տրորել, ավելացնել
մի փոքր յուղ, կոտրել երկու ձու, նորից լավ խառնել Պատրաստել կոտ-
լետներ, թաթախել ալյուրի մեջ եւ տապակել:

Ուղեղը մաքրել, լցնել կաթսայի մեջ եւ ավելացնել այնքան ջուր, որ
ուղեղը ծածկվի, մի քանի դափնու տերեւ, 1-2 ճաշի գդալ քացախ, 5-6
հատ սեւ պղպեղի հատիկներ Երբ սկսի եռալ, կրակը մարմանդացնել
եւ եփել 10-15 րոպե Յետո հանել, ջրքամել, յուրաքանչյուր ուղեղը բա-
ժանել երկու մասի, վրան աղ եւ կարմիր պղպեղ ցանել, թաթախել ալ-
յուրի մեջ եւ տապակել Մատուցել կիտրոնով:

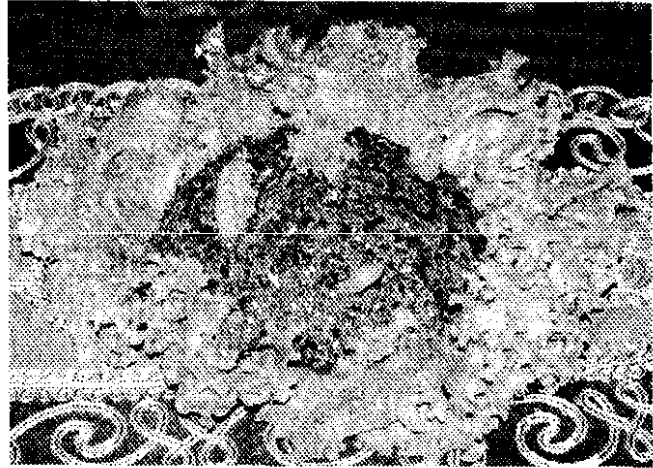
500 գրամ ուղեղի թաղանթը հեռացնել, լվանալ, թեթևակի խաշել
Յետո մանր կտրատել, վրան ավելացնել ծեծած պաքսիմատ եւ տապա-
կել Մատուցելիս վրան լցնել մանր կտրատած համեն, ցանկության
դեպքում, նաեւ՝ կիտրոնի հյութ:

Ուղեղը մաքրել, խաշել Պատրաստ լինելուց հետո լավ տրորել, ա-
վելացնել սեւ եւ կարմիր պղպեղ, ըստ ճաշակի կիտրոնի հյութ կամ ջրի
մեջ լուծված լիմոնի աղ: Մատուցել սառը:

ԱՂՑԱՆՆԵՐ

ԹԱԲՈՒԼԵ

Կես կգ բլդուրը լցնել էմալապատ թասի մեջ, ավելացնել 2 թեյի բաժակ եռացրած ջուր, կափարիչով փակել եւ թողնել հանգստանա 1 ժամ՝ մինչեւ բլդուրը լավ ուռչի Այնուհետեւ ավելացնել աղ, 4-5 ճաշի գդալ տոմատի մածուկ, չորացրած անանուխ, կարմիր եւ սեւ պղպեղ, 1 կգ շատ մանր կտրատած գլուխ սոխ, մանր կտրատած 2-ական կապ մաղադանոս ու կանաչ սոխ, մաքրված եւ մանր կտրատած լոլիկ, ձեթ եւ լիմոնի աղ եթե թաբուլեն պատրաստվում է հազարի (մառուլի) սեզոնին, կարելի է եւ շատ մանր կտրատած հազար ավելացնել



Մատուցելիս սալաթամանի կողքերը գեղեցիկ դասավորել հազարի թերթիկները եւ բրգածել լցնել թաբուլեն Թաբուլեի հետ մատուցել սառը թան կամ տոմատի հյութ

ՔԱՄԱԾ ՄԱԾՈՒՆԸ ՀԱՎԻ ՄՍՈՎ

2-3 կգ մածունը քանել Հավը լավ եփել, հետո թել-թել բաժանել մասերի Քամած մածունի վրա ավելացնել մեկ բաժակ թթվասեր, ճգնած սխտոր, կտրատած ընկույզ, թել-թել արված հավի միսը եւ կարմիր պղպեղ Լցնել պիալաների մեջ, զարդարել եւ մատուցել

ԱՄԱՌԱՅԻՆ ՍԱԼԱԹ

Վարունգը լվանալ, կտրատել լայն թասի մեջ, վրան կտրատել լոլիկ, քաղցր եւ կծու պղպեղ, ռեհան, կտրատած, աղով ճգնած եւ լվացած սոխ, աղ, ձեթ եւ թթվասեր Լավ խառնել եւ մատուցել

ԱԳԱՐԻԿՈՆՈՎ (շամպինյոն)



Սուսնկը աղով խաշել, մանր կտրատել Ավելացնել աղ, սեւ եւ կարմիր պղպեղ, ձեթ, մանր կտրատած մաղաղանոս, լիմոնի աղ եւ դասավորել սալաթամանների մեջ

ՍՄԲՈՒԿԸ ԸՆԿՈՒՅՁՈՎ

Սմբուկը մաքրել չորս տեղից եւ 1 սմ հաստությամբ (երկարությամբ) կտրել, աղ անել եւ դնել մաքուր սրբիչի վրա Ձեթով երկու կողմից տապակել եւ դնել փլավքամիչի մեջ, որ ձեթը լավ քամվի

Միջուկը՝ ընկույզը մանր կտրատել, ավելացնել ճզմած սխտոր, մանր կտրատած մաղաղանոս, սուսնեղի, աղ, թթվասեր Լավ խառնել.

Մեկ-մեկ վերցնել տապակած սմբուկները, փոքր գդալով վրան դնել միջուկից, փաթաթել եւ երկարությամբ դասավորել փոքր եւ ոչ շատ խորը սալաթամանների մեջ

ԿԱՆԱՉ ԼՈՐՈՎ

Լորին մաքրել, լվանալ, խաշել՝ թույլ աղաջրով եփվելուց հետո դասավորել տափակ ափսեների մեջ Վրան ավելացնել կարմիր պղպեղ, ճզմած սխտոր, կտրատած ընկույզ, սամիթ եւ քացախ.

ԾԱՂԿԱԿԱՂԱՍԲՈՎ

Ծաղկակաղամբն առանձնացնել, լվանալ, թույլ աղաջրով խաշել կտրատել, վրան ավելացնել աղ, կարմիր պղպեղ, կտրատած համեն, լիմոնի աղ, ձեթ եւ լավ խառնել

ԲԱՁՈՒԿՈՎ

Խաշած բազուկը անցկացնել քերիչի մեծ կողմով Ավելացնել կտրատած ընկույզ, ճզմած սխտոր, աղ, սեւ եւ կարմիր պղպեղ, մանր կտրատած մաղաղանոս, թթվասեր եւ լավ խառնել

ՏՈՐԹ-ՍԱԼԱԹ

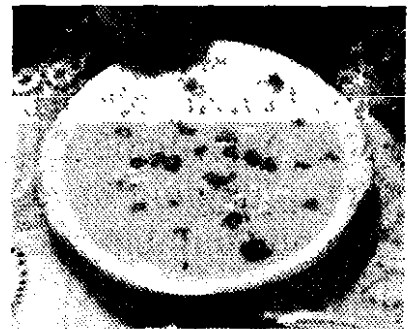
Առանձին - առանձին խաշել ստեպոլինը, բազուկը, կարտոֆիլը. թույլ աղաջրով. խաշել նաև ձվերը Այս բոլորը անցկացնել քերիչի խոշոր կողմով եւ դնել տարբեր թասերի մեջ. թթու կամ մարինացված վարունգը նույնպես անցկացնել քերիչով. Ստեպոլինի եւ կարտոֆիլի վրա ըստ ճաշակի ձեթ լցնել



Լայն սալաթամանի մեջ լցնել կտրատած մաղադանոս եւ կանաչ սոխ, վրան մի շերտ ստեպոլին, հետո վարունգ, կարտոֆիլ, ձու: Ամենավերջին՝ վերելի շերտում լցնել բազուկը Վրան լցնել թթվասեր եւ կանաչիով զարդարել.

ՀԱՄՈՒՍ

1 կգ սիսեռի վրա լցնել գոլ ջուր, որ սիսեռից 5-6 մատ բարձր լինի Ջրի մեջ ավելացնել մեկ կերակրի գդալ սոդա թողնել մնա ամբողջ գիշեր Հաջորդ օրը քանել, լվանալ, կեղեւահանել եւ լցնել այնքան ջուր, որ եփվելուց հետո կաթսայի մեջ մոտ մեկ բաժակ ջուր մնա Եթե ջուրը քիչ է, ավելացնել տաք ջուր Լավ եփված սիսեռը աղալ մսաղացով, այնուհետեւ՝ անցկացնել մաղով Վրան ավելացնել սիսեռը խաշած ջուրը, լավ հարել, ավելացնել 2 մեծ գլուխ ճգմած եւ մաղով անցկացրած սխտոր, լինոնի աղ կամ կիտրոնի հյութ՝ ըստ ճաշակի, կես թեյի բաժակ ձիթապտղի կամ եգիպտացորենի ձեթ, մեկ գինու բաժակ թահին (քունջութից պատրաստված համեմունք, որը վաճառվում է խանութներում), քիմիոն եւ աղ, դարձյալ լավ խառնել: Միատարր զանգված դառնալուց հետո դասավորել տափակ ափսեների մեջ, պատառաքաղով գծեր քաշել, վրան մի փոքր ձեթ ցողել, զարդարել կտրատած ձիթապտղի կտորներով կամ նռան հատիկներով.



ՍԿՈՐԴԱԼՅԱ

Կարտոֆիլը մաքրել, խաշել Զարիչով լավ հարել, ավելացնել ճզմած սխտոր, աղ, ձեթ, լիմոնի աղ, նորից լավ հարել, մինչեւ միատարր զանգված դառնալը: Լցնել տափակ ափսեների մեջ, զարդարել եւ մատուցել

ԿԱՐՏՈՖԻԼՈՎ ՓՅԱԶ (սալաթ)

Կարտոֆիլը լավ լվանալ, խաշել Պատրաստ լինելուց հետո վրան սառը ջուր լցնել եւ մաքրել

Ձեւավոր դանակով գեղեցիկ կտրատել, լցնել թասի մեջ, ավելացնել կտրատած, աղով ճզմված եւ վացած սոխ, չորացրած անանուխ, սել եւ կարմիր պղպեղ, ըստ ճաշակի՝ կտրատած լուլիկ կամ տոմատի մածուկ, կտրատած համեն, մաղադանոս, աղ, ձեթ եւ ջրով բացած լիմոնի աղ Լավ խառնել եւ լցնել սալաթամանի մեջ



ՌԱԴԻԿՅԱՅՈՎ (խատուտիկ, одуванчик)

Ռադիկյան մաքրել, լավ լվանալ, թեթևակի խաշել Դնել սալաթամանի մեջ, կտրատել, ավելացնել լիմոնի աղ, ձեթ եւ աղ

ՍՊԻՏԱԿ ԼՈՐՈՎ ՓՅԱԶ

Սպիտակ լոբին գիշերը թրջել, առավոտյան ջուրը թափել, նոր ջուր լցնել եւ դնել եփվի Լավ եփվելուց հետո ջուրը քանել, լցնել էնալապատ թասի մեջ, վրան ավելացնել սալաթի համար կտրատած, աղով տրորած, վացված եւ ջրքանված սոխը, կարմիր եւ սել պղպեղ, քիմիոն, քացախ, աղ, կտրատած մաղադանոս, ձեթ եւ լավ խառնել

ԿԱՆԱԶ ՈԼՈՌՈՎ

Պահածոյացված ոլոռը դատարկել փլավքամիչի մեջ, վրան ջուր լցնել, թողնել ջրքամվի եւ լցնել խոր ամանի մեջ Սոխը կտրատել սալաթի ձեւով, աղով ճմռել, լվանալ՝ լցնել ոլոռի վրա Ավելացնել նաեւ մանր կտրատած համեն, մաղադանոս, աղ, կարմիր եւ սեւ պղպեղ, ձեթ եւ լիմոնի աղ Լավ խառնել, լցնել աղցանամանի մեջ

ՆԵՆՈՒՐՈՎ (քյարավուզ)

Ընտրել մատղաշ, սպիտակ կոթուններով նեխուր Լավ լվանալուց հետո մտցնել եռման աղաջրի մեջ, թողնել 1-2 րոպե եւ հանել Սառչելուց հետո մանր կտրատել, ավելացնել կտրատած լոլիկ կամ լոլիկի մածուկ, կարմիր պղպեղ, լիմոնի աղ, ճգմած սխտոր, ձեթ եւ լավ խառնել

ՄԱՌՈԼՈՎ (հազարով)

Մառուլի թերթիկները անջատել, հոսող ջրով լավ լվանալ, կտրատել Ավելացնել մանր կտրատած ամսական (կարմիր) բողկ, կանաչ սոխ, մաղադանոս, աղ, լիմոնի աղ, աղացած կարմիր պղպեղ եւ ձեթ

ԲՈՂԿՈՎ

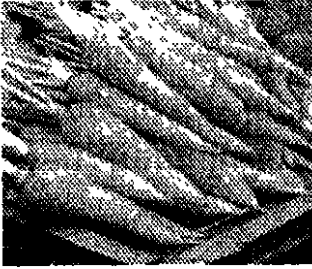
Բողկը մաքրել, անցկացնել քերիչի խոշոր կողմով, վրան ավելացնել աղ, սեւ պղպեղ, լիմոնի աղ, ձեթ

Համենունքներն ավելացնել մատուցելուց մի քանի րոպե առաջ, որպեսզի հյութը շատ դուրս չտա.

ԿԱՂԱՄԲՈՎ

Կաղամբը շատ բարակ կտրատել Ստեպոլինը (գազարը) անցկացնել քերիչի խոշոր կողմով, լցնել կաղամբի վրա Ավելացնել մանր կտրատած համեն, սամիթ, աղ, աղացած կարմիր պղպեղ, լիմոնի աղ, ձեթ եւ լավ խառնել

ՍՏԵՊՂԻՆՈՎ (գազարով)



Ստեպղինը մաքրել, անցկացնել քերիչի մեծ կողմով, դնել խոր ամանի մեջ Ավելացնել աղ, ճգնած սխտոր, քացախ եւ թթվասեր Լավ խառնել Լցնել պիալայի մեջ՝ բրզածել, վրան լցնել շատ պինդ խաշած ու տրորած ձվի դեղնուլցի եւ կաթնասերի խառնուրդ: Կանաչիով ու նռան հատիկներով զարդարել

ՁՎՈՎ

6 ծուն պինդ խաշել Աղցանի ափսեի մեջ մանր կտրատել համեն, մաղաղանոս, կլոր-կլոր կտրատած գլուխ սոխ եւ վերջում կլոր-կլոր կտրատած ծուն եւ աղը Նույն հերթականությամբ կրկնել երկու անգամ, մինչեւ սալաթամանը լցվի Վերեւի շերտին լցնել մայրոնեզ եւ ձեւավորել

ՍԱՑԻՎԻ

1-1,5 կգ. հավը լավ եփել՝ մինչեւ քրքրվի եւ կաթսայի մեջ մնա մոտ 2 թ.բ. արգանակ. Սառը վիճակում մանր կտրատել

Վերցնել 2 բաժակ մաքրած ընկույզ, 2 անգամ աղալ մսաղացով 2 պճեղ սխտորը ճգնել, աղալ թեթեւակի բոված կես թեյի գդալ համենի սերմ, մանր կտրատած համեն, 1 ճ. գ. քացախ, աղ Ավելացնել հավի քրքրված միսը, 2 բաժակ հավի արգանակը եւ լավ խառնել, մինչեւ միատարր զանգված դառնալը.

ՋԱՋՆԻՍ (մածնափրթոշ)

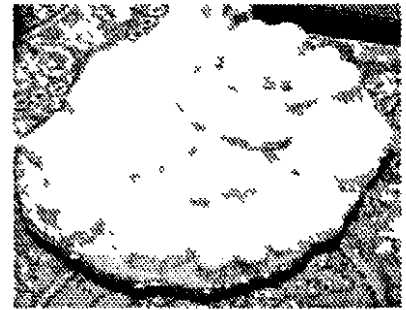
Մածունը լավ հարել, ավելացնել ջուր, նորից խառնել Վարունգը մանր-մանր կտրատել, լցնել թանի վրա, ավելացնել կտրատած կարմիր լոլիկ, ճգնած սխտոր, մանր կտրատած սամիթ, աղ:

Մատուցել սառույցով:

ՔԱՂՅՐԱՎԵՆԻՔ

ՂՈՒՐԱՔԻՆ (շաքարլոխում)

3 տուփ մարգարինը կամ կարագը կաթսայի մեջ հալեցնել, բայց չեռացնել թողնել լավ սառչի: Մի քանի տեղից ծակծկել եւ թափել ավելորդ ջուրը: Լավ հարել, ավելացնել 1 թ. բ. շաքարի փոշի, 1 ձու, քացախով բացած կես թեյի գդալ՝ սոդա, մի պտղունց աղ, դարձյալ հարել: Այուրն ավելացնել այնքան, որ խմորը լինի ականջի բլթակի պնդության: Անել մի քանի գունդ եւ վրան փակել մաքուր սրբիչով: Վերցնել գնդերից մեկը, ձեռքերով լավ տափակեցնել՝ մոտ 1 սմ հաստությամբ: Եթե խմորեղեն կտրատելու համապատասխան ձեւավոր կաղապարներ (սիրտ, ծաղիկ, աստղ եւ այլն) կան՝ կտրատել, իսկ եթե չկան, բաժակով կտրատել, ձեւավորել (կարելի է փոքրիկ գնդեր անել, միացնել, կստացվեն ծաղիկներ եւ դասավորել ջեռոց թիթեղի վրա որոշ հեռավորությամբ, որովհետեւ եփվելիս ուռչում, մեծանում են): Եփել նախօրոք տաքացրած եւ մարմանդ կրակով թեթեւակի վարդագունելուց հետո հանել եւ սառչելուց հետո փոքրիկ մաղով վրան շաքարի փոշի շաղ տալ:



ՇԱՄԱԼԻ

4 ձուն 2 թ.բ. շաքարավազի հետ հարել: Ավելացնել 1 թ.գ. սոդա խառնած 1 կգ մածուն, 150 գր. կարագ կամ մարգարին, 2 ճաշի գդալ ալյուր, վանիլ կամ դարչին, 1 կգ սպիտակահատ ձավար (манная крупа) եւ լավ խառնել: Լցնել յուղ քսած թիթեղի մեջ եւ եփել նախօրոք տաքացրած, մարմանդ ջեռոցում: Եփել մինչեւ թեթեւակի վարդագունելը: Պատրաստ լինելը ստուգելու համար վերցնել լուցկու հատիկ եւ մտցնել եփված խմորի մեջ: Եթե լուցկու հատիկը չոր է մնում, ուրեմն եփված է:



Շաքարաջուրը՝ 1 լ. ջուրը եւ 1կգ շաքարավազը եռացնել, ավելացնել կես թեյի գդալ լիմոնի աղ: Շաքարաջուրը լցնել եփված խմորի վրա, հետո փախլավայածել կտրատել եւ թողնել, որ շաքարաջուրը լավ ներծծվի:

*Շաքարաջրով խմորեղեն պատրաստելիս պետք է հիշել՝ անպայման մեկը
(կամ շաքարաջուրը, կամ՝ խմորը) պիտի լինի սառը, մյուսը՝ փաք*

ՖԻՆԻԿՅԱ

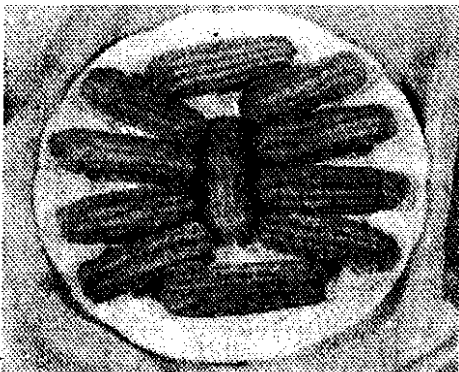
Խմորը՝ 200 գրամ յուղ, 1 շիշ «Ջերմուկ» (կես լիտր), 1 թեյի գդալ սոդա, 6 մանդարինի հյութ, 1 գինու բաժակ օղի կամ կոնյակ, 15-20 հատ ծեծած մեխակ, դարչին: Ավելացնել այուր եւ պատրաստել այնպիսի խմոր, որ ծեռքերին չկաջի Բացել ոչ շատ հաստ եւ ոչ էլ բարակ, կտրատել կլորավուն՝ թեյի մեծ, լայն գավաթով

Շաքարաջուրը՝ 1լ. ջուրը եւ 1,5 կգ. շաքարավազը լավ եռացնել, թողնել սառչի

Միջուկը՝ 1,5-2 բաժակ ծեծած ընկույզ, մանր կտրատած 6 մանդարինի կեղեւ, մի քիչ դարչին եւ 2 ճ.գ. շաքարավազ

Պատրաստի միջուկը լցնել բացած թերթերի մեջտեղը, երեք կողմից խմորը բերել իրար վրա (ստացվում է եռանկյունի): Վերմակի ասեղով մի քանի տեղից ծակծկել եւ եփել ջեռոցում երբ վարդագունի՝ հանել ու տաք-տաք գցել սառը շաքարաջրի մեջ եւ թողնել մի քանի ժամ

ԹՈՒԼՈՒՄԲԱ



1 լ. ջուրը եռացնել 1ճ.գ. ձեթի հետ, ավելացնել 100 գր. յուղ, 1 ճ.գ. շաքարավազ, քիչ վանիլին եւ քացախով բացած սոդա Այս բոլորը եռացնել եւ առանց կրակից վերցնելու, ավելացնել 600 գր. այուր՝ անընդհատ խառնելով Հետո թողնել սառչի 10 ծուն մեկ առ մեկ խառնել խմորին

Քիչ-քիչ լցնել թուլունբայի համար նախատեսված գործիքի կամ հաստ կտորից կարված տոպրակի մեջ, սեղմելով ստանալ 8-10 սմ երկարությամբ խմոր եւ տապակել լավ տաքացրած առատ ձեթի մեջ. երբ կարմրի՝ հանել եւ լցնել շաքարաջրի մեջ, թողնել 5-10 րոպե

Շաքարաջուրը՝ 2 կգ. շաքարավազը և 1լ. ջուրը լավ եփել, ավելացնել 1 փաթեթ վանիլին եւ լիմոնի աղ

ՓԱԽԼԱՎԱ

1 ձուն հարել, ավելացնել կես լիտր գոլ ջուր, 1ճ.գ. յուղ, մի պտղուկ ցաղ, հարել: Լցնել 1 կգ ալյուր Պատրաստել ոչ շատ պինդ խմոր եւ թողնել հանգստանա 1-2 ժամ

Անել 21 գունդ եւ յուրաքանչյուր գունդը օխլավույով շատ բարակ բացել, որ դառնա թափանցիկ խմորաթերթերը բացելիս օգտագործել սովորական եւ կարտոֆիլի ալյուրի խառնուրդ: Բացել 10 խմորաթերթ, դնել իրար վրա, կողքերից կտրատել ավելորդ մասերը, թիթեղը լավ յուղել եւ ձեւված թերթերը դնել թիթեղի վրա: Տասներորդ շերտի վրա լցնել ծեծած եւ դարչին խառնած ընկույզ: Բացել եւս 10 խմորաթերթ եւ դնել մնացած ընկույզի շերտի վրա եւ նորից ընկույզ լցնել: Բացել 21-րդ թերթը եւ դնել վրան: Հետո կտրատել փախլավայածեւ: 800-900 գրամ յուղը լավ տաքացնել, գդալով լցնել կտրատած խմորեղենի վրա եւ 10-15 րոպե եփել շատ տաք ջեռոցում, այնուհետեւ եփել 1 ժամ՝ արդեն ոչ շատ տաք ջեռոցում:

Շաքարաջուրը՝ 2 կգ շաքարավազը եւ 1 լիտր ջուրը եռացնել: Հետո ավելացնել կես թեյի գդալ լիմոնի աղ՝ 1-2 րոպե եռացնել եւ լցնել սառը խմորի վրա:

ՂԱԴԱԻՑ

Վերցնել ղաղափի համար պատրաստի (վերմիշելածեւ) խմորը, փռել թիթեղի վրա, վրան լցնել ծեծած ընկույզի եւ դարչինի խառնուրդ, հետո դնել երկրորդ շերտը:

Վրան լցնել լավ տաքացրած հալած յուղ եւ եփել նախօրոք տաքացրած եւ մարմանդ ջեռոցում՝ մինչեւ վարդագունելը: Կտրատել եւ թողնել սառչի: Հետո վրան լցնել տաք շաքարաջուր:

Ցանկության դեպքում, կարելի է նաեւ 10-12 սմ երկարությամբ հատ-հատ փաթաթել:

Շաքարաջուրը՝ 1 կգ շաքարավազը նաեւ կես լիտր ջուրը եփել, երբ հասնի եռման աստիճանի՝ գդալի ծայրով ավելացնել լիմոնի աղ եւ եռացնել եւս մեկ րոպե:

ԹԹԽՄՈՐՈՎ ԲՈՒԼԿԻ

2,5 բաժակ գոլ կաթի մեջ բացել 50 գրամ խմորիչ (դրոժ), ավելացնել 3-4 ճաշի գդալ ալյուր եւ թողնել մնա 30-40 րոպե՝ մինչեւ խմորը բարձրանա

Առանձին թասի մեջ 3 ձուն 1 բաժակ շաքարավազի հետ հարել, ավելացնել վանիլին, մի պտղունց աղ, 4 ճաշի գդալ ձեթ Լավ խառնել, ավելացնել նախապատրաստած թխմորը, 6 թ.բ. ալյուր, 1 թ.բ.՝ նախապես վրան ալյուր ցանած չամիչ Լավ շաղախելուց հետո խմորը դնել տաք տեղ եւ թողնել 3-4 ժամ, որ բարձրանա

Խմորը բաժանել գնդերի, ձեւավորել, շարել թիթեղի վրա, վրան ձու քսել, թողնել մի քանի րոպե եւ թխել նախապես տաքացրած, ոչ շատ ուժեղ վառվող ջեռոցում

ՍԱՐԸ (շեկ) ԲՈՒՐՄԱ

3 ձուն լավ հարել, ավելացնել 1,5 բաժակ գոլ յուղ, 1 պտղունց աղ, 1,5 բաժակ եռացրած գոլ կաթ, 3 ափ ձեթ, ինչքան վերցնի՝ ալյուր Խմորը հունցելիս ձեթը խառնել աստիճանաբար եւ ոչ թե 3 ափը միանգամից Խմորը լավ շաղախել եւ խփել Բաժանել 18 գնդի եւ թողնել 2-3 ժամ հանգստանա Այնուհետեւ օխլավույով բացել շատ բարակ խմորաթերթեր Մեկ շերտի վրա քսել յուղ, վրան դնել բացված 2-րդ խմորաթերթը եւ վրան լցնել դարչին խառնած կտրատած ընկույզ, փաթաթել օխլավուի վրա եւ երկու կողմից սեղմել դեպի մեջտեղ, որպեսզի խմորը «ճմրթվի»

Ջգուշուքյամբ հանել օխլավուի վրայից, դնել ջեռոցի թիթեղի վրա, կտրատել եւ վրան գդալով լցնել լավ տաքացրած յուղ Եփել նախօրոք տաքացրած եւ մարմանդ ջեռոցում՝ մինչեւ թեթեւակի վարդագունելը, հանել եւ լցնել շաքարաջրի մեջ

Շաքարաջուրը՝ 1,5 կիլոգրամ շաքարավազը եւ 750 գրամ ջուրը 10-15 րոպե եփել, ավելացնել կես թեյի գդալ լիմոնի աղ

ՓԱՓԻՈՆ (թիթեռնիկ)

5 ձուն կոտրել թասի մեջ, հարել, ավելացնել այնքան ալյուր, որ ստացվի ձեռքերին չկաշող խմոր

Գրտնակով բացել, կտրատել երկար ժապավենի նման, տալ տարբեր ձեւեր, տապակել առատ եւ լավ տաքացրած ձեթի մեջ երբ վարդագունի, հանել եւ վրան շաքարի փոշի շաղ տալ

ՀԱՆՇՄԻ ՊՈՐՏ

2 ձուն հարել, ավելացնել 100 գրամ կարագ, 200 գր. թթվասեր, մի պտղունց աղ, որքան տանի՝ ալյուր, որ լինի ականջի բլթակի պնդության խմոր եւ չկաշի ձեռքերին

Խմորը լավ հունցելուց հետո անել 16 գունդ եւ թողնել 2-3 ժամ հանգստանա Խմորը բացել շատ բարակ, վրան յուղ քսել եւ բացված խմորաթերթը բաժանել երկու մասի Առանձին-առանձին, կլոր կողմից փաթաթել օխլավուի վրա՝ կտրված մասից թողնելով 2 սմ-ի չափով, երկու ծայրերից սեղմել դեպի մեջտեղ եւ զգուշությամբ հանել օխլավուի վրայից երկու ծայրերը միացնել իրար եւ թողնված 2 սմ խմորը դարձնել հատակ եփել մարմանդ կրակով, հետո տաք-տաք լցնել սառը շաքարաջրի մեջ, թողնել 10-15 րոպե, հանել եւ փոսիկի մեջ լցնել դարչինի եւ ծեծած ընկույզի խառնուրդ

ՓՔԱԲԼԻԹ-ՕՂԱԿ

3 ձու, կես կգ. մածուն, 1 թեյի գդալ սոդա, ալյուր, շաքարի փոշի:

Չուն հարել, լցնել մածունը սոդան լավ խառնելուց հետո, նորից խառնել: Լցնել ալյուր այնքան, որ ստացվի ծորուն խմոր: Փքաբլիթի համար նախատեսված շերտիը մտցնել նախօրոք տաքացրած ձեթի մեջ, հետո այդ շերտիով վերցնել թույլ խմորից եւ մտցնել ձեթի մեջ: Խմորն անմիջապես անջատվում է շերտիից ստանալով օղակի տեսք՝ Այդպես, մեկ առ մեկ լցնել, մինչեւ խմորը վերջանա: Թողնել մի փոքր վարդագունի եւ հանել: Լրիվ տապակելուց հետո խմորե օղակների վրա շաքարի փոշի շաղ տալ:

ԷԿԼԵՐ

Էմալապատ ամանի մեջ լցնել 1 բաժակ սառը ջուր, 100 գր կարագ, 2 թ գ շաքարավազ, դնել կրակին եւ եռացնել՝ անընդհատ խառնելով Իջեցնել կրակից, վրան լցնել 1 բաժակ առաջին տեսակի ալյուր, խառնել մեծ արագությամբ, նորից դնել մարմանդ կրակին եւ մոտ 5 րոպե, արագ-արագ գդալով հունցել, ոչ թե խառնելով, այլ գդալի ուռուցիկ մասով սեղմելով խմորը, շուռ տալ՝ նորց սեղմել, մինչեւ մի փոքր բովածի հոտ զգացվի Իջեցնել կրակից, թողնել մի քիչ սառչի, այնքան, որ մատը դիմանա ջերմությանը եւ 6 ձուն մեկ առ մեկ կոտրել եւ աստիճանաբար խառնել խմորին

Ստացված խմորից ճաշի գդալով վերցնել եւ դնել ջեռոցի սառը թիթեղի վրա Դնելիս խմորն իսկույն չի անջատվում գդալից Դրա համար իջնող խմորը պտտեցնել այնպես, որ բրգածեւ նստի թիթեղի վրա Դասավորել միմյանցից հեռու, որպեսզի եփվելուց հետո չկպչեն իրար եւ թխել ջեռոցում Ջեռոցը պետք է լավ փակված լինի, որպեսզի խմորը փքվի, բարձրանա եւ մեջը դատարկություն առաջանա

Կրեմը

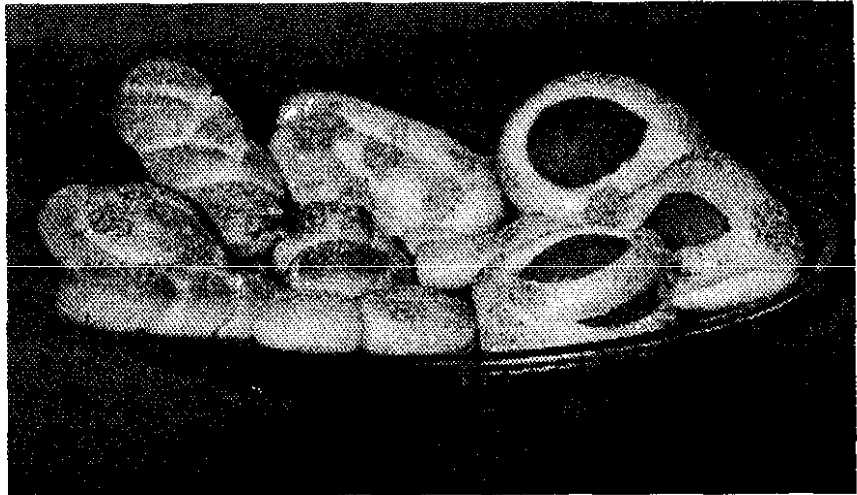
2 ձվով եւ 1 թ.բ. շաքարավազով գոգլի անել, ավելացնել 3 ճ.գ. ալյուր եւ խառնելը շաունակելով՝ աստիճանաբար ավելացնել կես լիտր եռացրած եւ սառեցրած կաթ Դնել մարմանդ կրակին եւ անընդհատ խառնել՝ մինչեւ թանձրանա Թողնել գոլանա, ավելացնել 100 գր կարագ, վանիլ, նորից լավ խառնել եւ թողնել սառչի

Եփված էկլերները մեկ-մեկ վերցնել, ցանկացած տեղից սուր դանակով թեթեակի կտրվածք անել եւ թեյի գդալով կրեմը զգուշությամբ լցնել մեջը Բոլորը լցոնելուց հետո վրան շաքարի փոշի ցանել

ՔՈՒԼՈՒՐՅԱ

6 ծուն 2 թ բ շաքարավազի հետ լավ հարել Ավելացնել 1 տուփ փափուկ կարագ կամ մարգարին, նորից հարել Յետո լցնել 0,5 կգ. մածուն, 1 թ գ սոդայով, 1 փաթեթ վանիլին կամ դարչին, մի պտղունց աղ եւ այնքան ալյուր, որ ստացվի ոչ շատ պինդ, ձեռքերին չկաչող խմոր Թողնել մինչեւ լավ ուռչի

Վերցնել փոքր գնդեր, ավերով կլորացնել եւ այդ կլոր ձողիկները «հյուսել» եւ ձեւավորված խմորի վրա խոհարարական վրձնի օգնությամբ քսել հարած ձու, վրան ցանել քունջութի սերմեր եւ եփել նախօրոք տաքացրած ջեռոցում



Կարելի է պատրաստել նաեւ թթխմորով:

Այս խմորեղենը հիմնականում պատրաստվում է **Քրիստոսի Յարության Տոնին՝ ՋԱՏԻԿԻՆ** Պատրաստել փոքրիկ զամբյուղներ, մեջը տեղադրել ներկած ձվերը, խմորի վրա ձու քսել, քունջութի սերմեր ցանել եւ եփել ջեռոցում

ԽՆՁՈՐՈՎ ԹԽՎԱԾՔ

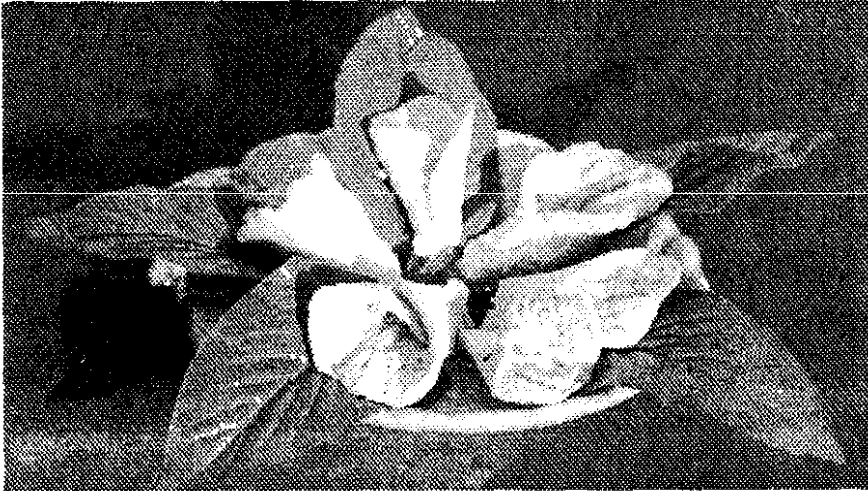
1 ծուն 1 թ.բ. շաքարավազի հետ լավ հարել, ավելացնել 1 ճ գ. յուղ եւ չորս բաժակ ալյուր խմորը լինում է խորիզի մսան

1 կգ. խնձորն անցկացնել քերիչով, ավելացնել 1 թ բ. շաքարավազ խմորի կեսը լցնել յուղ քսած թիթեղի վրա եւ լավ տափակացնել, վրան լցնել խնձորը, իսկ վերելի շերտում լցնել մնացած խմորը եւ հարթեցնել Թխել նախօրոք տաքացրած եւ մարմանդ վառվող ջեռոցում Եփվելուց հետո վրան ցանել շաքարի փոշի եւ կտրատել փախլավայածեւ

ՓՈՂԱՇՈՒՇԱՆ (Կալա)

2 ջու, 1 թեյի բաժակ շաքարավազ, շաքարի փոշի, 1 բաժակ ալյուր, կես խնձոր

Ձուն եւ շաքարավազը լավ հարել Լցնել ալյուրը Ստացվում է ծորուն խմոր Ջեռոցի թիթեղի վրա ալյուր ցանել, ստացված խմորից ճաշի գդալով լցնել ալյուրոտված թիթեղի վրա եւ թխել ոչ շատ բարձր



ջերմության ջեռոցում խնձորից ձողիկներ կտրատել Զանել եւ եփված յուրաքանչյուր խմորի վրա դնել խնձորի ձողիկ (որպես առէջ) եւ խմորին տալ փողաշուշանի տեսք. Կրան շաքարի փոշի ցանել Կարելի է եւ նախօրոք խմորից մի

քիչ վերցնել, հետը խառնել կանաչ գույն եւ ալյուրոտված թիթեղի վրա լցնել երկարավուն տեսքով եւ ստանալ տերեւներ Սառչելուց հետո կալաների վրա շաքարի փոշի ցանել եւ «տերեւներով» զարդարված դնել խմորեղենի համար նախատեսած ափսեի մեջ

ՀԱԼԿԱ

Վերցնել 1 տուփ կարագ կամ մարգարին Տաքացնել, լցնել 5 բաժակ ալյուր եւ փայտե գդալով անընդհատ խառնել, մինչեւ ալյուրը ստանա դեղին երանգ Ավելացնել 1 թեյի բաժակ կտրատած ընկույզ, նորից խառնել Շաքարաջուրը խառնել ըստ ճաշակի, մինչեւ ստացվի պինդ, միատարր զանգված Տաք-տաք լցնել տափակ ափսեների մեջ, գդալով լավ հարթեցնել, փախլավայածեւ կտրատել եւ թողնել սառչի

Կրան կարելի է զարդարել ծեծած ընկույզի եւ դարչինի խառնուրդով

ՍՊԻՏԱԿԱՅԱՏ ՁԱՎԱՐՈՎ (манная крупа) ՀԱԼՎԱ

3 թ.բ. սպիտակահատ ծավարը 200գր. մարգարինով կամ կարագով լավ բովել (մարմանդ կրակով), անընդհատ խառնելով, մինչեւ վարդագունելը

4 թ.բ. ջրով եւ 2 թ.բ. շաքարավազով պատրաստել շաքարաջուր եւ քիչ-քիչ լցնել բովված սպիտակահատ ծավարի վրա եւ անընդհատ խառնել, որպեսզի տակը չկպչի եփվելուց հետո կաթսայի վրա փակել սրբիչով, դնել կափարիչը եւ թողնել ուռչի Մատուցել դարչինով:

ԲԱՆԱՆ

Խմորը` 1 ծուն հարել, ավելացնել 1 տուփ փափուկ մարգարին, 1թ.բ. մածուն` 0,5 թեյի գդալ սողայով, մեկ պտղունց աղ եւ ալյուր այնքան, որ խմորը ձեռքերին չկպչի.

Միջուկը` 1 տուփ կաթնաշոռ, 1 թ.բ. շաքարավազ, կես թ.բ. ալյուր, կտրատած ընկույզ

Անել փոքր գնդեր, գրտնակով բացել, լցնել միջուկը, փաթաթել, տալ բանանի ձեւ եւ եփել մարմանդ ջեռոցում` մինչեւ թեթեակի վարդագունելը: Սառչելուց հետո ցանել շաքարի փոշի



ԽԱՎԻԾ

Կես կգ ալյուրը 200 գրամ յուղով լավ բովել, մինչեւ բաց-դեղնավուն դառնալը: Վրան ավելացնել տաք շաքարաջուրը /1 բաժակ շաքարավազ 3 բաժակ ջուր հարաբերությամբ/ և լավ խառնելով եփել Մի փոքր պնդանալուց հետո ավելացնել 1 բաժակ եռացրած տաք կաթ եւ նորից եփել` մինչեւ միատարր զանգված դառնալը

ՏՈՅՈՒՖԵԼ

250 գր. փափուկ կարագը, 1 ձուն, 2 ճ.գ. շաքարի փոշին լավ հարել. Ավելացնել մի պտղունց աղ, մի փոքր քացախով բացված սոդա եւ այն-

քան ալյուր, որ ստացվի պինդ խմոր: Ստացված խմորից գնդիկներ անել, տալ տրոյուֆելի ձեւ եւ թխել մարմանդ ջեռոցում մինչեւ թեթեւակի վարդագունելը:

Սառչելուց հետո ցանել շաքարի փոշու եւ կակաոյի խառնուրդ:



ԱՆՈՒՇԱՊՈՒՐ

Կորկոտը (ծավարը) լվանալ լցնել կաթսայի մեջ եւ եփել մինչեւ լավ հալչի Ավելացնել շաքարավազ եւ կարագ ըստ ճաշակի մի փոքր աղ եւ շարունակել եփել Լցնել ափսեների մեջ վրան լցնել դարչինի եւ ծեծած ընկույզի խառնուրդ

ԿԱԹՆԱՊՈՒՐ

1 թ թ բրինձ 1 լիտր կաթ. աղ, շաքարավազ

Բրինձը լվանալ եփել սառը ջրով քամել Լցնել եռացրած կաթի մեջ ավելացնել շաքարավազ ըստ ճաշակի մի փոքր աղ եւ եփել մարմանդ կրակով Երբ բրինձը եփվի թողնել մի փոքր հանգստանա ապա լցնել ափսեների մեջ եւ վրան դարչին շաղ տալ

ՓԵԼԻՉԵ

2 բաժակ սառը կաթի մեջ լցնել 4 կերակրի գդալ կարտոֆիլի ալյուր (օսլա), մեկ թեյի բաժակից մի փոքր պակաս շաքարավազ, լավ խառնել եւ դնել մարմանդ կրակին Անընդհատ խառնելով, ավելացնել 4 թ. բ. տաք կաթ, 2 հարած ձու, 100 գրամ կարագ, 1 փաթեթ վանիլին խառնելով եփել այնքան, մինչեւ թանձրանա Լցնել ափսեների մեջ, թողնել սառչի վրան դարչին ցանել

ՆԻՇԱՍՏԱ

Ցորենը մաքրել, լվանալ, լցնել էմալապատ ամանի մեջ եւ վրան լցնել այնքան ջուր, որ լրիվ ծածկվի Մոտ մեկ շաբաթ ամեն օր փոխել ջուրը, այնքան, որ մատով սեղմելիս ցորենի միջուկը հեշտությամբ դուրս գա

Ցորենի հատիկներն անցկացնել մսա-դացով, լցնել մաղի մեջ եւ վրան անընդ-հատ ջուր լցնելով՝ խառնել: Թեփուկները կմնան մաղի մեջ, իսկ օսլան՝ բարակ շերտով կնստի մաղի տակ դրված էմալապատ ամանի մեջ Որոշ ժամանակ թողնելուց հետո, երբ օսլան բարակ շերտով կնստի ամանի հատակին, զգուշությամբ քանել ջուրը, իսկ օսլան բարակ շերտով փռել՝ չորացնելու Ստացվում են փոքրիկ կտորներ Լավ չորանալուց հետո մաքուր շշով լավ տրորել, դարձնել ալյուրանման եւ պահել ապակյա չոր տարայի մեջ



Նիշաստան շատ օգտակար է երեխաների համար Եփում են եռացրած ջրով կամ կաթով, շաքարը՝ ըստ ցանկության:

ԽՈՐՈՎԱԾ ԴԴՈՒՄ

Դդուներ լավ լվանալ, գդալով հեռացնել սերմերը Առանց կեղերը հանելու, շերտերով կտրատել Շարել թիթեղին, վրան շաքարավազ ցանել եւ դնել ջեռոցը. Երբ երեսը կարմրի, ուրեմն պատրաստ է Թողնել սառչի եւ մատուցել

ԱՏԱՄՆԱՅԱՏԻԿ

(Երեխայի առաջին արամը հանելու առթիվ)

Ցորենը լավ լվանալ, եփել մինչեւ փափկի, բայց չճաքի Մի փոքր վերցնել՝ երեխայի գլխին լցնելու համար Մնացածը լցնել էնալապատ թասի մեջ, թողնել սառչի Ավելացնել շաքարավազ, կտրատած նուշ եւ ընկույզ, լավ բոված ալյուր, մանր, կլոր կոնֆետներ, նռան հատիկներ, մի փոքր աղ.

ՂԱՓԱՄԱ

Վերցնել միջին չափի դդում, լավ լվանալ, գլխիկը կլորավուն կտրել՝ որպես կափարիչ օգտագործելու համար Ճաշի գդալով հեռացնել միջուկն ու սերմերը. Միջուկն առանձնացնել սերմերից, մանր կտրատել, ավելացնել խաշած բրինձ, չամիչ, մանր կտրատած խնձոր, դեղին սալոր կամ սալորաչիր, շաքարավազ, մեկ բաժակ ծեծած ընկույզ կամ նուշ, աղ, դարչին եւ լավ խառնել Յետո դդումի պատերին ներսի կողմից յուղ քսել եւ այդ խառնուրդով լցոնել դդումը՝ Այնուհետեւ փակել դդումից կտրված կափարիչով Լցոնած դդումը դնել յուղ քսած թիթեղի վրա եւ եփել ջեռոցում մինչեւ պատրաստ լինելը.

Այնուհետեւ հանել ջեռոցից, բացել կափարիչը, դնել մի մեծ կտոր կարագ եւ կափարիչը նորից փակել Կտրատել եւ մատուցել



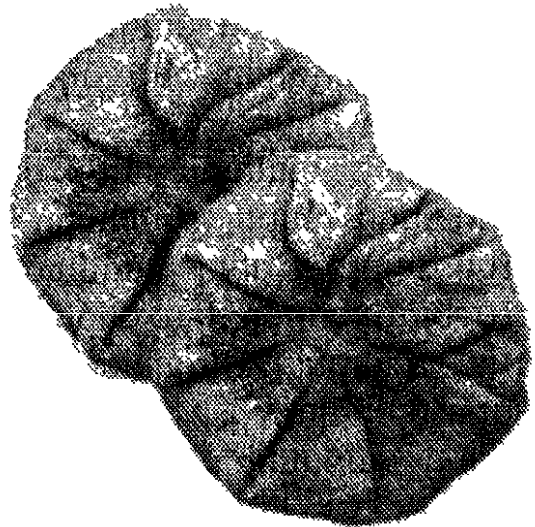
ԿԱՐԿԱՆԴԱԿՆԵՐ

ՀԱՆԸՄԻ ՊՈՐՏ

Խմորը՝ 1 ձու, 1 թ գ. աղ, կես լիտր մածուկ՝ 1թ.գ սոդայով, ալյուր

Միջուկը՝ կես կգ տավարի մսի հետ աղալ 3-4 մեծ գլուխ սոխ, մի քանի պճեղ սխտոր Ավելացնել սեւ եւ կարմիր պղպեղ, աղ, մանր կտրատած համեմ եւ մաղադանոս .

Ձուն հարել, ավելացնել մածուկը, աղը Ալյուրը լցնել այնքան, որ ստացվի ձեռքերին չկաչող խմոր Անել փոքր գնդեր Գրտնակով բացել (լահմաջունից փոքր), միջուկից գդալով դնել մեջտեղը Այնուհետեւ կողքերից խմորը բերել մեջտեղ, թեթևակի սեղմել՝ թողնելով պորտի նման փոքր անցք Թավայի մեջ երկու կողմից տապակել տաքացրած ձեթի մեջ



ԼԱՅՄԱԶՈՒՆ (լահմա՝ միս, ջուն՝ խմոր)

Խմորը՝ 1 թեյի գդալ սոդա խառնած մեկ շիշ մածուկ, ալյուր, աղ Պատրաստել ոչ շատ պինդ, ձեռքերին չկաչող խմոր

Միջուկը՝ կես կգ ոչխարի յուղոտ միսը, 4-5՝ միջին չափի գլուխ սոխը եւ 2-3 պճեղ սխտորը անցկացնել մսաղացով Ավելացնել սեւ եւ կարմիր պղպեղ, աղ, տոմատի մածուկ, կտրատած մաղադանոս եւ լավ խառնել

Խմորից պատրաստել ընկույզից մի փոքր մեծ գնդեր, գրտնակով բացել խորտիկի ափսեի չափով Վրան քսել միջուկը, թխել նախապես տաքացրած՝ ոչ շատ բարձր ջերմության ջեռոցում

ՉԵՐՈՒՐԵԿԻ

Առաջին տարբերակ

Խմորը` 1 կգ ալյուր, 1թ գ աղ, քացախով քացած 1թ գ սոդա, գոլ ջուր

Միջուկը` կես կգ. աղացած միս, կտրատած լոլիկ, համեն, մաղադանոս, սել եւ կարմիր պղպեղ, աղ եւ ջուր այնքան, որ միջուկը շատ պինդ չլինի

Խմորից պատրաստել փոքր գնդեր եւ գրտնակով բացել լահմաջունի չափով Միջուկը գդալով լցնել բացված խմորի մի կողմում, մյուս կողմը վրա բերել եւ ծայրերը սեղմելով` միացնել Տապակել առատ ձեթի մեջ` սկզբում մի կողմը, հետո` մյուս եւ դնել էմալապատ կաթսայի մեջ` փակելով կափարիչը:



Երկրորդ տարբերակ

Չորս բաժակ ալյուր, 1,5 բաժակ ջուր, 2 ճ գ ձեթ, մի փոքր աղ

Ջուրը աղի եւ ձեթի հետ եռացնել, լցնել կես բաժակ ալյուր եւ լավ խառնել, որպեսզի գնդիկներ չմնան Թողնել սառչի Ավելացնել ձուն եւ նորից խառնել Խառնել նաեւ մնացած ալյուրը Պետք է ստացվի ձեռքերին չկաչող խմոր Թողնել հանգստանա

Միջուկը` 500 գրամ քիչ յուղոտ ոչխարի մսի հետ աղալ մի քանի գլուխ սոխ, ավելացնել կես բաժակ ջուր, սել եւ կարմիր պղպեղ, աղ, կտրատած մաղադանոս եւ խառնել

Խմորից փոքրիկ գնդիկներ պատրաստել, գրտնակով բացել, միջուկից լցնել բացված խմորի կես մասին, մյուս մասը վրա բերել, մատներով ծայրերը լավ միացնել եւ տապակել լավ տաքացրած, առատ ձեթի մեջ Կաթսայի մեջ տեղավորելուց հետո անպայման փակել կափարիչը

ԿԱՐԿԱՆԴԱԿԻ ԽՄՈՐ

Առաջին տարբերակ

Խմորը՝ 2 ծու, կես լիտր մածուկն՝ 1 թեյի գդալ սողայով, լցնել այն-քան ալյուր, որ լինի ոչ շատ պինդ խմոր թողնել հանգստանա 2 ժամ.

Երկրորդ տարբերակ

Թասի մեջ լցնել ալյուր, վրան աղ շաղ տալ, 1ճ գ. քացախով բացած 1թ գ. սոդա եւ լավ հուկնցել խմորը պատրաստ լինելուց հետո ավելացնել 1 ափ ձեթ եւ նորից հուկնցել. Օգտագործել ցանկացած կարկանդակի համար:

ԿԱՐՏՈՖԻԼՈՎ ԿԱՐԿԱՆԴԱԿ

Պատրաստել խմոր, ցանկացած տարբերակով:

Միջուկը՝ կարտոֆիլը խաշել, աղալ մսաղացով. Սոխը մանր-մանր կտրատել, սոխեռած անել, լցնել կարտոֆիլը եւ ձեթի մեջ տապակել. Ավելացնել աղ, կարմիր եւ սեւ պղպեղ ու շատ մանր կտրատած համեմ

Խմորից պատրաստել հավասարաչափ գնդիկներ եւ դնել ալյուր շաղ տված խոհանոցային տախտակին, վրան պոլիէթիլենային թաղանթով ծածկել, որպեսզի գնդիկները չչորանան Առանձին ափսեի մեջ ձեթ լցնել, մատները ձեթոտել, մեկ-մեկ վերցնել գնդերը, երկու ձեռքով բացել, մեջը լցնել կարտոֆիլի սառը միջուկը, երկու կողմից վրա բերել, միացնել այնպես, որ միացման տեղը չերեւա Տապակել լավ տաքացրած եւ առատ ձեթի մեջ.

Կարելի է պատրաստել նաեւ դոյմայով:

ՍՊԱՆԱԽՈՎ ԿԱՐԿԱՆԴԱԿ

Պատրաստել կարկանդակի խմոր.

Ապանախը խաշել, լավ ջրքամել. Ձեթով եւ շատ սոխով սոխեռած անել, ավելացնել սպանախը, աղ, կարմիր պղպեղ. Լավ սառչելուց հետո պատրաստել կարկանդակներ եւ տապակել առատ ձեթի մեջ

ՄՊԱՆԱԽՈՎ ԲՅՈՐԵԿ

Պատրաստել խմորը վերելում նշվախ ցանկացած տարբերակով

Միջուկը՝ սպանախը լավ լվանալ, խաշել եւ քամել Ձեթով սոխեռած անել, սպանախը լցնել վրան, ավելացնել աղ, աղացած քաղցր կարմիր պղպեղ եւ տապակել

Խմորը օխլավույով կամ գրտնակով բացել, որպեսզի ստացվի մեծ խմորաթերթ Լցնել սառած միջուկը եւ ռուլետի նման ոլորել Ձգուշու-թյամբ վերցնել եւ թիթեղի մեջ դնելով, մեջտեղից սկսած, պտտեցնել՝ տալով փաթաթված օձի ձեւ վրան ծու քսել եւ եփել նախօրոք տաքաց-րած ջեռոցում Մատուցելիս կտրատել

ՊԱՆՐՈՎ ԿԱՍ ՄՍՈՎ ԲՅՈՐԵԿ

2 ծուն հարել, ավելացնել 1 ճ. գ. քացախ, 5 ճ.գ ձեթ եւ 3 թ ք. գոլ ջուր Պատրաստել այնպիսի խմոր, որպեսզի չկաչի ձեռքերին Անել 3 գունդ, թողնել մի փոքր հանգստանա, ապա օխլավույով կամ գրտնա-կով բացել, յուղել, փաթաթել եւ դնել սառնարանը Յետո նույնը կրկնել 2-րդ անգամ խմորը բացել (գրտնակը պտտեցնելով միշտ նույն ուղղու-թյամբ), կտրատել խաչապուրիի չափով, յուրաքանչյուրի վրա ավելաց-նել ղըյնա կամ պանրով միջուկ (քերած պանիր, թթվաշոռ, 1 ծու, կտրա-տած մաղադանոս, կարմիր եւ սեւ պղպեղ), փակել, վրան հարած ծու քսել եւ եփել ջեռոցում.

ՀԱՅՈՎ ՏԱՔ ԽՈՐՏԻԿ

Հացը շերտերով կտրատել, մեկ թուպե պահել սառը կաթի մեջ եւ հանել Պանիրն անցկացնել քերիչով, վրան ավելացնել 2 հատ հարած ծու եւ քսել հացի կտորների երեսին. Ջեռոցի թիթեղին յուղ քսել, հացի կտորները դասավորել վրան եւ եփել մինչեւ կարմրելը

ԲՈՒՆՉԱ

Լավաշը կտրատել 10 սմ լայնությամբ Մեկ բոխչայի համար երկու կտոր լավաշ է պետք Լավաշի կտորները խաչաձև դնել իրար վրա Մեջտեղը դնել ղըյմա, լայնությամբ կտրատած պանիր, համեն, տոմատի մածուկ կամ քեչուկ, մեկ կտոր երշիկ երկու կողմից լավաշները բերել իրար վրա, հետո ծալել մյուս շերտերը՝ տալով բոխչայի ձև Կրան ձու քսել եւ եփել ջեռոցում՝ մինչեւ կարմրելը

ԱՂԻ ՁՈՂԻԿՆԵՐ

200 գր. կարագ, 200 գր. թթվասեր, 200 գր. պանիր, 2 շու

Պանիրը թրջել, թողնել 20-30 րոպե, հետո լավ տրորել Փափուկ կարագը կամ մարգարիներ, թթվասերը, պանիրը, 1 ձուն խառնել, ավելացնել քացախով բացված սոդա եւ հունցել ձեռքին չկաչող խմոր Բաժանել 4 գնդի Գնդերը գրտնակել, կտրատել եւ ստանալ 10-15 սմ հաստությամբ ու 1,5 սմ. լայնությամբ ձողիկներ Թիթեղի վրա ալյուր ցանել, կտրատված ձողիկները զգուշությամբ շարել կողք-կողքի, վրաները վրձինով ձու քսել եւ թխել ոչ շատ բարձր ջերմության ջեռոցում

Հ Ա Ց

Նախ պետք է պատրաստել թթխմորը՝

Վերցնել 2 ճ գ. չոր խմորիչ եւ գոլ ջրով հալեցնել՝ Ավելացնել 1 թ բ. գոլ ջուր, 2 ճ գ. շաքարավազ, կես թեյի բաժակ ալյուր եւ խառնել՝ մինչեւ միատարր զանգված դառնալը: Դնել տաք տեղ, վրան փակել եւ թողնել հասունանա:

Թթխմորը պատրաստ լինելուց հետո խմորի համար նախատեսված թասի մեջ լցնել 1 կգ. ալյուր, մեջտեղը փոս բացել, լցնել կես լիտր գոլ ջուր, պատրաստի թթխմորը լցնել վրան եւ լավ հունցել, որպեսզի ստացվի ոչ շատ պինդ խմոր: Փակել եւ թողնել մի քանի ժամ, մինչեւ ուռչի երբ խմորը պատրաստ լինի՝ նորից տրորել եւ թողնել հանգստանա: Այնուհետեւ բաժանել ցանկացած չափի գնդերի: Գնդերը դնել ձեթ քսած թիթեղի վրա եւ թողնել մեկ ժամ: Այնուհետեւ խմորին տալ ցանկացած ձեւ (մատնաքաշի, քառակուսու) եւ թխել ջեռոցում:

Հացը կարելի է թխել նաեւ խմորեղենի համար նախատեսված կաղապարի մեջ:

Եփվելուց հետո երեսին ափով թեթեւակի ջուր քսել:

ՄԱԾՈՒՆ

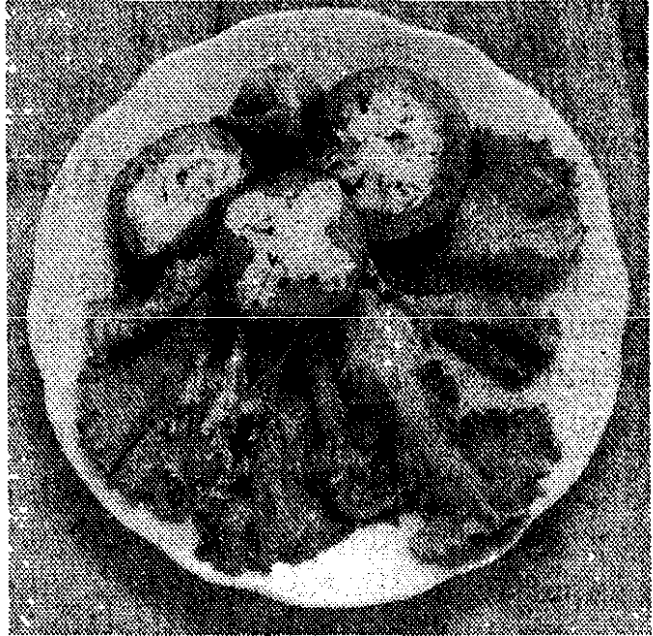
Մեկ լիտր կաթը եռացնել, թողնել սառչի այնքան, որ մատը մտցնելիս դիմանա տաքությանը: Վերցնել կես թեյի բաժակ մածուկ, կաթով բացել եւ լցնել կաթի վրա՝ խառնել, կափարիչը դնելուց հետո վրան փակել բրդյա կտորով եւ թողնել մերվի երբ բավականին պնդացած կլինի, բացել, վրան դնել մի քանի տակ ծալած մաքուր սրբիչ եւ ժամանակ առ ժամանակ քամել, որպեսզի մածուկը պինդ լինի: Լավ սառչելուց հետո տեղավորել սառնարանում:

ՏՈՆԱԿԱՆ ՍԵՂԱՆԻ ՀԱՄԱՐ

ԿԱՐՄԻՐ ԼՈՒԻԿՈՎ ԿԱԿԱԶՆԵՐ

Վերցնել հավասարաչափ լուխկներ, լվանալ, վերելի մասից խաչածել կտրել թեյի գդալով զգուշությամբ հեռացնել միջուկը

Բրինձա պանիրը անցկացնել քերիչով (եթե պանիրն աղի լինի, անպայման խառնել կաթնաշոռ), ավելացնել ճզմած սխտոր, շատ մանր կտրատած քաղցր կանաչ պղպեղ եւ համեն, լավ խառնել ու լցոնել լուխկները Տափակ սալաթամանի մեջ դասավորել մառուի թերթիկներ եւ լցոնած լուխկները շարել դրանց վրա



ԶՎՈՎ ՆԱՎԱԿՆԵՐ

Զվերը պինդ խաշել, կեղեւները մաքրել եւ սուր դանակով երկարությամբ կիսել Զգուշությամբ հանել դեղնուցները եւ խոր ամանի մեջ տրորել, ավելացնել կաթնաշոռ, աղ, ձիթապտղի ձեթ, քացախ, սել պղպեղ, ճզմած սխտոր, մանր կտրատած մաղադանոս, լավ խառնել Ստացված զանգվածով թեյի գդալի օգնությամբ լցոնել ձվերը վրան ավելացնելով մի փոքր թթվասեր Դասավորել տափակ ափսեների մեջ եւ զարդարել կանաչիով.

ՍՈՒՆԿ

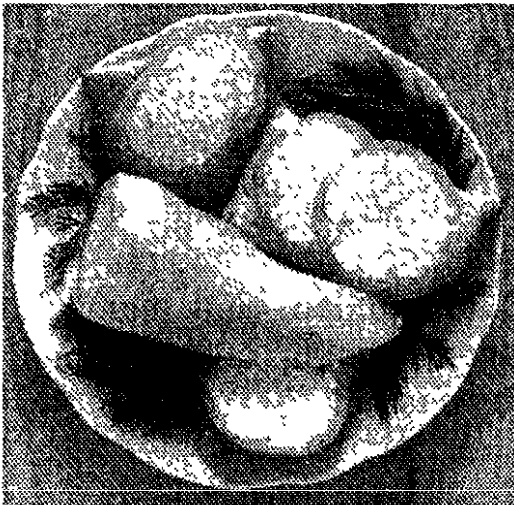
Կարմիր բողկից կտրել կիսաշրջանակ, դանակի ծայրով վրան խալեր բացել Պինդ խաշած ձուն հարթ կողմի վրա կանգնեցնել եւ լուցկու հատիկով միացնել գլխիկին եւ դասավորել տափակ ափսեի մեջ «Սնկի» ներքեւի մասուն լցնլ աղացած պաքսիմատ իբր ցողունը հողոտ է

ՎԱՐՈՒՆԳՈՎ ՆԱՎԱԿՆԵՐ

Վարունգի կեղեւները մաքրել, երկարությամբ կիսել եւ թեյի գդալով հեռացնել միջուկը: Լուիկը մանր կտրատել, ավելացնել պինդ խաշած եւ կտրատած ձու, ամսական բողկ, աղ, թթվասեր եւ խառնել: Գդալով լցնել «նավակների» մեջ՝ յուրաքանչյուրի վրա ավելացնելով թթվասեր եւ մանր կտրատած սամիթ:

ԼՅՈՆԱԾ ՊՂՊԵՂՆԵՐ

Վերցնել քաղցր կանաչ եւ կարմիր պղպեղներ Սուր դանակով հեռացնել գլխիկները եւ սերմերը, լվանալ եւ շրջել մաքուր սրբիչի վրա



Միջուկը՝ պանիրը եւ սառած կարագը անցկացնել քերիչի խոշոր կողմով, ավելացնել նաեւ մի փոքր կաթնաշոռ, ճգնած սխտոր, կարմիր պղպեղ եւ լավ խառնել: Լցոնել պղպեղները եւ սեղանին դնելուց առաջ 10-15 րոպե դնել սառնարանում: Հանել, շատ սուր դանակով մի քանի շերտ կտրել եւ դասավորել սամիթի տերեւներով զարդարված տափակ սալաթամանի մեջ

ԲԱԴ՝ ԲԱԴԻԿՆԵՐԻ ՅԵՏ

Սպիտակ բողկից փոքրիկ, կլոր գունդ կտրել, բացել բերանի տեղը եւ այնտեղ մտցնել գազարից պատրաստված կտուցը Գունդը հագցնել լուցկու հատիկին (լուցկու գլխիկը մկրատով կտրելուց հետո) եւ ամրացնել պինդ խաշած ու մաքրած ձվի սուր ծայրին

Պինդ խաշած դեղնուցի վրա հարմարեցնել փոքրիկ կտուց եւ գազարով պոչիկ ու պատրաստել բաղիկներ

Պատրաստի բաղը եւ բաղիկները դասավորել համեմի կամ մաղադանոսի ճյուղեր լցրած հարթ ափսեի մեջ

ԿԱԹՆԱՇՈՌՈՎ ԳՆԴԻԿՆԵՐ

2 տուփ կաթնաշոռը լավ տրորել 100 գ պանրի եւ 50 գ կարագի հետ Ավելացնել մի փոքր կարմիր պղպեղ, մի քանի ճյուղ շատ մանր կտրատած մաղադանոս Պատրաստել հավասար գնդիկներ, մի կողմը թաթախել քաղցր, կարմիր պղպեղի մեջ եւ դասավորել տափակ ափսեներում պղպեղով թաթախված մասը դեպի վերել

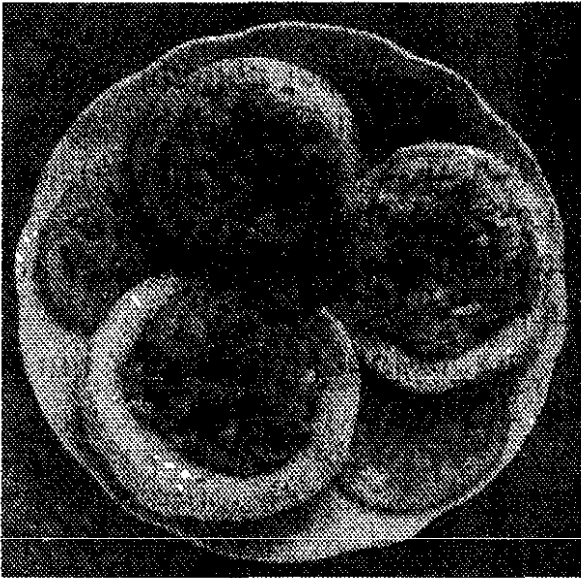
ՉԱՄԲՅՈՒՂՆԵՐ ՍԱԼԱԹՆԵՐԻ ՀԱՄԱՐ

Կես տուփ մարգարինը տրորել, ավելացնել մի փոքր սոդա խառնած 2 ճ գ մածուն, կես թեյի գդալ աղ, սեւ եւ կարմիր պղպեղ Այլուր լցնել այնքան, որ ստացվի փափուկ, բայց ձեռքերին չկաչող խմոր.

Խմորը ձեւավորել տալով ցանկացած չափի զամբյուղի ձեւ, վրան քսել հարած ձու եւ եփել ջեռոցում Սառչելուց հետո սալաթները լցնել մեջը

Չամբյուղների համար կարելի է պատրաստել նաեւ կոթեր՝ խմորին տալով կլորավուն տեսք եւ ձվի դեղնուցով փակցնել զամբյուղներին Դա արդեն կախված է տանտիրուհու ֆանտազիայից:

ԴԴՄԻԿԸ ԿՈՏԼԵՏԻ ԽՃՈՂԱԿՈՎ



Ընտրել հավասար, կլորավուն դդմիկներ Լավ լվանալ, կտրատել 12-15 սմ հաստությամբ, հեռացնել միջուկը այնպես, որպեսզի փոսիկ առաջանա Թեթևակի տապակել ձեթով:

Փոսիկների մեջ լցնել կոտլետի խճողակ եւ դասավորել պաքսիմատի փոշի ցանած թիթեղի վրա: Եփել մարմանդ ջերմության ջեռոցում Մատուցել թթվասերով

ԿԱՐՄԻՐ ԼՈՒԻԿՈՎ ՍԱԼԱԹ

Ընտրել հավասարաչափ կարմիր լուիկներ եւ մեջտեղից կիսել: Դասավորել տափակ սալաթամանների մեջ կտրված մասը վերեւ եւ վրան աղ ցանել

Ճզմած սխտորը, շատ մանր կտրատած սոխը եւ սամիթը խառնել ու թեյի գդալով լցնել կտրատած լուիկների մեջտեղում այնպես, որ կողքերը մի փոքր բաց մնան: Լուիկների արանքները ռեհանի տերեւներով զարդարել:

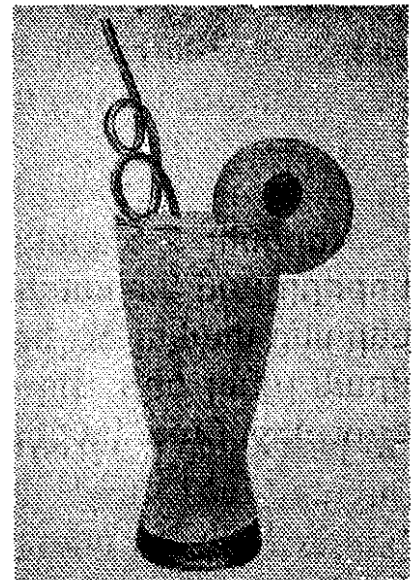
ԸՄՊԵԼԻՔՆԵՐ

ՆՇՈՎ

Վերցնել 150-200 գրամ նուշի միջուկ, վրան եռացրած ջուր լցնել եւ հեռացնել կեղեւները Ջետո մաքրված նուշը լավ ծեծել հավանգով, լցնել ապակե կամ էմալապատ ամանի մեջ եւ վրան լցնել 750 գրամ օղի, մի քանի կտոր թարմ կամ չորացրած նարնջի կեղեւ Փակել եւ թողնել մեկ ամիս Ջետո քամել, ավելացնել 250 գրամ շաքարավազ, լավ խառնել Շաքարավազը լուծվելուց հետո լցնել շշերի մեջ եւ փակել. Նշի լիկյորը շատ հաճելի համ եւ հոտ ունի

ՆԱՐՆՋԻ ԿԵՂԵՎՈՎ

Էմալապատ կաթսայի մեջ լցնել կեղեւներով, մանր կտրատած 4-5 նարինջ եւ դարչին Երկու բաժակ ջրով եւ 750 գրամ շաքարավազով պատրաստել շաքարաջուր եւ լցնել կտրատած նարնջի վրա, լցնել նաեւ 1 լիտր օղի թողնել մեկ ամիս, հետո քամել եւ լցնել շշերի մեջ ու փակել կափարիչը



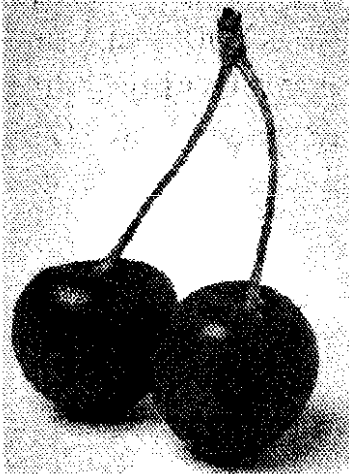
ԿԱԹՈՎ

1 լիտր եռացրած տաք կաթին ավելացնել 1 կգ շաքարավազ, 1 թ գ. դարչին, 3 ճ. գ կակաո եւ կես լիտր օղի Լավ խառնել եւ լցնել շշերի մեջ Օգտագործելիս թափահարել

«ՅՈՒՊԻ»- ով

1 բաժակ տաք ջուրը, 1 թ բ. շաքարավազը եւ մեկ փաթեթ «Յուպի»-ն լավ խառնել, ավելացնել կես լիտր օդի, թափահարել, լցնել շշերի մեջ

ԿԵՌԱՍԻ ԿԱՍ ԲԱԼԻ ԿՈՐԻՉՆԵՐՈՎ



Կեռասի 300 գրամ կորիզները կոտրել, վրան լցնել 1 լիտր օդի եւ շիշը դնել արեւի տակ երկու ամիս հետո քամել, ավելացնել 3 բաժակ ջրի մեջ լուծված 1 կգ շաքարավազ, լավ խառնել եւ լցնել շշերի մեջ

Նույն ձեւով կարելի է պատրաստել եւ ծիրանի կորիզից

ԱՆԱՆՈՒԽՈՎ

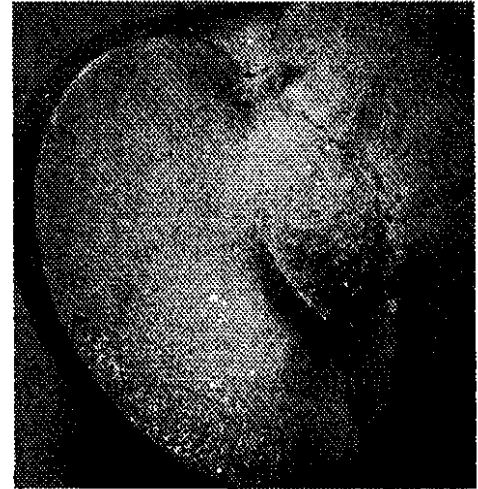
Վերցնել 2-3 կապ անանուխ, լավ լվանալ, տերեւները հեռացնել, կոթերը լավ կտրատել, վրան ավելացնել 500-600 գրամ շաքարավազ, բերանը փակել ու երկու ամիս թողնել արեւի տակ երկու ամիս հետո վրան լցնել օդի Այդ հյութից վերցնել 100 գրամ եւ խառնել կես լիտր օդու մեջ Շատ հաճելի համ է տալիս

ԼՈՒԾՎՈՂ ՍՈՒՐԾՈՎ

100 գր. ջուր, 1 թ բ. շաքարավազ, 5 թ գ. լուծվող սուրճ եւ 1 տուփ վանիլ՝ եռացնել եւ տաք վիճակում վրան ավելացնել կես լիտր օդի: Այնուհետեւ լավ թափահարել:

ԴԵՂԾԻ ԿՈՐԻԶՈՎ

Դեղծի կորիզներն առանձնացնել, լցնել ապակե տարայի մեջ, վրան լցնել օդի՝ մինչև կորիզների ծածկվելը Պահել մութ տեղ 40 օր Այնուհետև պատրաստել օշարակ (աչքաչափով)։ Դեղծով օդին թանգիֆով (մառլայով) քամել, օշարակը լցնել վրան եւ լավ թափահարել։



ԿԻՏՐՈՆԻ ԿԵՂԵՎՈՎ

4-5 հատ լավ դեղին կիտրոնի կեղևը մանր կտրատել, լցնել կես լիտր օղու մեջ եւ թողնել 40 օր Հետո քամել եւ խառնել 200 գրամ շաքարավազ եւ լավ խառնել մինչև շաքարավազը լրիվ լուծվի

ՆՈՈՎ

Մեկ շիշ գինու համար վերցնել 3-4 մեծ նուռ. Կեղևները հեռացնել եւ հատիկները թեթևակի ճզմելով՝ լցնել ապակե կամ էմալապատ կաթսայի մեջ եւ լցնել գինին, որ նուազ հատիկները բաց չմնան թողնել 4-5 օր, հետո քամել եւ շատ համեղ ըմպելիքն արդեն պատրաստ է

ԿՈԿՏԵՅԼ

3 հոգու համար



Մեկ ձվի դեղնուցը լավ հարել 3 թ. գ. շաքարավազի հետ: Առանձին բաժակի մեջ հարել սպիտակուցը՝ 3 թ. գ. շաքարավազի հետ:

Գավաթների մեջ առաջին շերտում լցնել 1 թ. գ. կոնյակ, 1 գավաթ ոչ շատ քաղցր սուրճ, հետո՝ հարած դեղնուցը, ապա սպիտակուցը եւ վրան շոկոլադ քերել: Մատուցել փոքրիկ գդալով

ՎԱՆԻԼԻԱ

1 կգ շաքարավազը եւ մեկ բաժակից մի քիչ ավել ջուրը եռացնել եռն սկսելուց հետո գդալի ծայրով ավելացնել լիմոնի աղ եւ կրակը մարմանդացնել Թողնել սառչի, գդալով վերցնել, մտցնել սառը ջրի մեջ եւ տալ գնդի ձեւ եթե դառնում է փափուկ շաքարի նման, ուրեմն պատրաստ է Յետո մեծ փայտե գդալով լավ խփել՝ լցնելով վանիլին խփել այնքան, մինչեւ սպիտակի եւ դառնա մածուցիկ

Ամառային շատ հաճելի ընպելիք է Վերցնել 1 լիքը թեյի գդալով, մտցնել սառը ջրով լցված բաժակի մեջ եւ ճաշակել

ՄԻ ՔԻՉ ԷԼ ՅՈՒՄՈՐ

ժլատ իմամը (արեւելյան հոգեւորականը) եւ կինը նստած բադրի-ջանով պատրաստված ճաշ են ուտում ճաշը շատ է դուր գալիս իմամին եւ սկսում է անընդհատ գովել կնոջը Կինը ցույց է տալիս ծեփի շիշը եւ ասում

- Ջանըս, համովը համով, ամա ծեփին շիշը պարպկեցավ

Այդ բանը լսելուն պես իմամի ուշքը գնում է եւ ճաշը այդպես էլ կոչվում է իմամ բայրըղը (իմամն ուշագնաց եղավ)

Երկու հայրենադարձ ընկեր նստած ուտում-խմում են Օղու բաժակներն անընդհատ մեկն է լցնում ու միշտ ընկերոջ բաժակը կիսատ է լցնում, իսկ իրենը լեփ-լեցուն ու ասում

- Թու , գրողը տանը, նորեն իմ գավաթը շատ լեցվեցավ

Նույնը կրկնվում է մի քանի անգամ Ընկերը չի դիմանում եւ զայրացած ասում է.

- Օո Գիրքոր, ալ համբերությունս հատավ, հերիք է, ջանըմ, ատ գրողը տարածեն մեկ-մեկ ալ իմ գավաթս լեցու՛ր

Մի ժլատ հայրենադարձ ասում է կնոջը.

- Կնիկ, երկու հատ հավկիթ խաշե, ելլամ տանիք անթեման շտկեմ, իջնամ ուտեմ եւ երթամ գործի:

Բայց բարձրանալիս ոտքը սահում է եւ ընկնում է ցած. Ընկնելու ճանապարհին մի կերպ հասցնում է ծայն տալ կնոջը.

- Կնի՛կ, իմ բաժին հավկիթները հանե թող չխաշվին, ափսոս ես, ես կմեռնիմ կոր

Հայրենադարձը գարեջրատանը կանչում է մատուցողին եւ զայրացած ասում.

- Գարսոն, գարեջուրիս մեջ ճանճ կլողա, այս ի՞նչ կընշանակե

- Կներեք, պարոն, ես մատուցող եմ, գուշակությամբ չեմ զբաղվում,- անտարբեր պատասխանում է մատուցողը եւ հեռանում

Հայրենադարձ սկեսուրը պատրաստվում է գնալ շուկա եւ ասում է տեղացի հարսին.

- Աղջիկս, երթամ շուկա փաթաթես, թոմաթես, ֆասուլյա, բիզելյա, փորթուքալ, թախթաբիթի առնենմ գամ

Հարսն անհամբեր սպասում է սկեսրոջ վերադարձին

Սկեսուրը վերադառնում է շուկայից եւ սկսում դատարկել իր արած գնումները.

Հարսը նայում, նայում է ու հարցնում

- Մայրիկ, դու ինչ որ բաների անուկներ տվեցիր, չե՞ս առել դրանք

- Առած ենմ աղջիկս, ինչպե՞ս չենմ առած Աս քեզի փաթաթես (կարտոֆիլ), սա քեզի թոմաթես (լոլիկ), ասիկա ֆասուլյա (լոբի), բիզելյա (ոլոռ), ասիկա փորթուքալ (նարինջ), աս ալ քեզի թաղթաբիթի /համեն/ - զարմացած հարսին բացատրում է սկեսուրը եւ սկսում են ծիծաղել

Մի հայրենադարձ կանչում է մատուցողուհուն եւ զայրացած ասում.

- Լսե, տիկին, ձեր բերած ապուրը լվացքի փոշիի համ ունի

- Ջարմանալի՞ է,- ծոր է տալիս մատուցողուհին,- սա մեր ամենալավ ճաշատեսակն է Ներեցեք, պարոն, իսկ Դուք հաճախակի՞ եք օգտագործում լվացքի փոշի, որ համերին այդքան լավ ծանոթ եք:

Երեւանցին եւ իր սփյուռքահայ բարեկամը նստած միրգ են ուտում Երեւանցին, տեսնելով, որ հյուրը խնձորի կեղեւները շատ հաստ է մաքրում, զգուշությամբ ասում է.

-Պարոն Աթանաս, դուն գիտե՞ս, որ ամբողջ վիտամինները կեղեւին մեջ են

Սփյուռքահայը, հավաքելով կեղեւները, լցնում է երեւանցու ափսեի մեջ եւ ինքնագոհ ասում.

- Ա՛ռ տղաս, դուն վիտամինները կեր, ես ալ խնձորը կուտեմ

Քահանան մեկի տանը նստած շատ մանր փաթաթած տոլմա է ուտում եվ ամեն անգամ պատառաքաղով միանգամից մի քանի հատ է վերցնում.

Տանտիրոջ սրտից է գնում եւ իբր կատակով հարցնում է.

- Տեր հայր, ձեր գյուղին մեջ մեռելները քանի՞-քանի՞ կթաղես.
- Տղաս, եթե մեծահասակ ըլլա մեկ-մեկ, իսկ եթե պզտիկ երկու-երեքը միասին,- իրեն չի կորցնում քահանան.

- Գաղսոն, ինչո՞ւ այս խեցգետինը մեկ ոտքանի է.
- Օ՛, պարոն, նա կռվել է մյուսների հետ եւ կորցրել մեկ ոտքը.
- Ձեզմե շատ կխնդրեմ, որ ինձի համար բերեք հաղթանակողին, - հեզնում է հայրենադարձը

- Չհասկըցա՛, դուք ինչո՞ւ կուզեք հիմա հաշիվը փակել, դեռ ես նույնիսկ ուտելը չեմ սկսած,- զարմացած հարցնում է հայրենադարձը
- Պարո՛ն, մի մոռացեք, չէ՞ որ դուք սունկ եք ուտելու, սո՛ւնկ, - խորհրդավոր ձայնով պատասխանում է մատուցողուհին

Մի քանի երեւանցի տղաներ, որոնք ֆրանսերեն չեն իմանում, Փարիզի ռեստորաններից մեկում նստած, մտածում են, թե ինչպես ուտելիք պատվիրեն. Տղաներից մեկն ասում է.

- Լավ տղերք, մի մտածեք, ես մի քիչ գիտեմ ֆրանսերեն, էլը ցեխից կհանեմ

Կանչում են մատուցողին եւ ֆրանսերեն «իմացողը» սկսում է պատվիրել.

- Լը խորոված, լը վիսկի, լը օղի, լը հաց եւ այդպես շարունակ՝ Որոշ ժամանակ անց մատուցողը բերում է պատվիրածները եւ սկսում դասավորել սեղանին.

- Տեսաք, տղերք, ես ինչ լավ գիտեի ֆրանսերեն, - պարծենում է Մատուցողը լսում, լսում է եւ հեզնանքով ասում.

- Լսե, տղաս, եթե ես հայ չըլլայի դուք լը էշու պոչ ալ չէիք ուտեր.

Մի երիտասարդ կին ճաշ եփել չի իմանում եւ ամեն անգամ խորհուրդներ է հարցնում իրենց հայրենադարձ հարեւանուհուց Յարեւանուհին դեռ նոր սկսում է բացատրել, երիտասարդ կինն ընդհատում է.

- Հաաա՛, ես արդեն գիտեի

Մի օր էլ նորահարսը որոշում է տղմա եփել եւ նորից գնում է հարեւանուհու մոտ Յարեւանուհին սկսում է բացատրել, «շատ իմացողն» անմիջապես ասում է

- Ես արդեն գիտեի ատ ամենը

Սեծահասակ կինը, իբր ի միջի այլոց, ասում է.

- Աղջիկս, մոռցա ըսել, եթե կուզես շատ համով ըլլա եւ էրիկդ (ամուսինդ) հավնի, քանի մը կտոր ալ անոր վարտիքեն կտրտե եւ դիր

- Տիրուհի մորաք, ճիշտը ըսեմ նե, ադ մեկը չէի գիտեր. Ամա հագնված ըլլա՞, չենե՞ մաքուր

Մի հայրենադարձ հյուր է գնում իր բարեկամներին Տանտերերը սեղան են բացում եւ սկսում են ճաշել Յյուրն ուտում է շատ ազահաբար Տանտերերը զարմացած իրար են նայում.

Ամուսինն ասում է.

-Օօօ՛ֆ, ջանըմ, անքան կերա՛, անքան կերա, որ ավանակ դարձա

Տանտիրուհին է շարունակում ամուսնու խոսքը

- Հապա ես որքաա՛ն կերա, խոզ դարձա, խո՛զ

Յյուրն իր համար հանգի՛ստ մաքրազարդում է սեղանը եւ մտքում ասում.

- Դահա ուո՛ւր եք Անքա՛ն պիտի ուտեմ, անքա՛ն, որ ավանակն ալ ճաթի, խոզն ալ հետը.

Մի հայրենադարձ ճաշարանում ծուկ է պատվիրում եւ երկար ժամանակ սպասում է իր պատվերի կատարմանը Նյարդայնացած նայում է այս ու այն կողմ Վերջապես մոտենում է մատուցողը եւ ասում.

- Ներեցեք, պարոն, շուտով ձեր պատվերը կկատարվի:

Հայրենադարձը նայո՛ւմ-նայում է ու հեզմանքով ասում

- Լսե, տղաս, եթե դուք ծուկ որսալ չեք գիտեր, ես կըրնամ ձեզի հեշտ ձելը սորվեցնել

ԲՈՎԱՆԴԱԿՈՒԹՅՈՒՆ

Արեւմտահայերի խոհանոց ----- 3

ԱՌԱՋԻՆ ՃԱՇԱՏԵՍԱԿՆԵՐ

Սպիտակ լոբու փլակի ----- 6

Հավի մսով ապուր ----- 6

Թանապուր ----- 7

Սպիտակ ապուրը ----- 7

Փրասա (պրաս, սավզի) ----- 7

Թարխանայի պատրաստումը ----- 8

Թարխանա ապուր ----- 8

Սուլու քյոֆթե (քյուֆթա բոզբաշ) ----- 9

Թյուրլի (այլազան, աջաբսանդալ) ----- 9

Կանաչ բակլայով ճաշ ----- 10

Կանաչ լոբով ճաշ ----- 10

Բամիայով ճաշ ----- 10

Ջըրվըրա ----- 11

Նեխուրով /քյարավուզով, սելդերեյ-ռուս./ ապուր ----- 11

Սոխով յահնի (չախոբիլի) ----- 11

ԵՐԿՐՈՐԴ ՃԱՇԱՏԵՍԱԿՆԵՐ

Դըյմայի պատրաստումը ----- 12

Կարտոֆիլով մուսակկա ----- 12

Ծաղկակաղամբով մուսակկա ----- 12

Գարնի յարըխ (փորը ճեղքած) ----- 13

Իմամ բայըլը (իմամն ուշագնաց եղավ) ----- 13

Սմբուկը ձվով -----	14
Սիմի մանթըսը -----	14
Ղըզըրթմա -----	14
Կարմիր լոբի -----	15
Իչլի (միջուկով, լցոնած) քյոֆթե -----	15
Քեշքեկ (հարիսա) -----	16
Վերմիշելով եւ բրնձով փլավ -----	16
Բրնձով եւ ոսպով փլավ -----	16
Չամչով փլավ -----	17
Բլղուրով փլավ -----	17
Կանաչ ոլոռը ձվով -----	17
Թաթար բյորեի -----	17
Ծաղկակաղամբը ձվով -----	18
Քյոֆթե (կոտլետ) -----	18
Հալեպի քյոֆթե -----	18
Լոլիկով ձվածեղ -----	19
Տժվժիկ -----	19
Տապակած ջիյեր (սեւ թոք) -----	19
Թաս քեբաբ -----	19
Դոմիկով կոտլետ -----	20
Դոմիկը ձվով -----	20
Դոմիկով տոլմա -----	20
Ամառային տոլմա -----	21
Սոխով տոլմա -----	22
Պասուց տոլմա -----	22
Յալան (սուտ) տոլմա -----	23

Լցոնած կարտոֆիլ -----	23
Հավի մսով կոտլետ -----	23
Կարտոֆիլով ձվածեղ -----	24
Սիսեռով կոտլետ -----	24
Թոփիկ (գնդակ) -----	24
Էրիշտա -----	25
Էրիշտան ղըյմայով եւ լոլիկով -----	25

ՁԿՈՎ ՈՒՏԵՍՆԵՐ

Ձկով չորբա (ծկնապուր) -----	26
Տապակած ձուկ -----	26
Ձուկը կանաչ սոխով -----	26
Ձուկը կարտոֆիլով -----	27
Ձկով կոտլետ -----	27
Ձկան խավիարով պաշտետ -----	27

ԽՈՐՏԻԿՆԵՐ (նախուտեստներ)

Տնական երշիկ -----	28
Մսով ռուլետ -----	28
Մսով եւ ձվով ռուլետ -----	29
Բուճբար -----	29
Սեւ թոքով ռուլետ -----	30
Սուջոխ -----	30
Բաստուրմա -----	31

ՈՒՏԵՍՆԵՐ ՈՒՂԵՂՈՎ ----- 32

ԱՂՑԱՆՆԵՐ

Թաբուլե	33
Քամած մածունը հավի մսով	33
Ամառային սալաթ	33
Ագարիկոնով (շամպինյոն)	34
Սմբուկը ընկույզով	34
Կանաչ լոբով	34
Ծաղկակաղամբով	34
Բազուկով	34
Տորթ-սալաթ	35
Համուս	35
Սկորդալյա	36
Կարտոֆիլով փյազ (սալաթ)	36
Ռադիկյայով (խատուտիկ , одуванчик)	36
Սպիտակ լոբով փյազ	36
Կանաչ ոլոռով	37
Նեխուրով (քյարավուզ)	37
Մառուլով (հազարով)	37
Բողկով	37
Կաղամբով	37
Ստեպղինով	38
Չվով	38
Սացիվի	38
Ջաջըխ (մածնափրթոշ)	38

ՔԱՂՑՐԱՎԵՆԻՔ

Ղուրաբիե (շաքարլոխում) -----	39
Շամալի -----	39
Ֆինիկյա -----	40
Թուլունբա -----	40
Փախլավա -----	41
Ղադաիֆ -----	41
Թխնորով բուլկի -----	42
Սարը (շեկ) բուրմա -----	42
Փափիոն (թիթեռնիկ) -----	43
Հանընի պորտ -----	43
Փքաբլիթ (օղակ) -----	43
Էկլեր -----	44
Քուլուրյա -----	45
Խնձորով թխվածք -----	45
Փողաշուշան (կալա-ռուսերեն) -----	46
Հալվա -----	46
Սպիտակահատ ծավարով (манная крупа) հալվա -----	47
Բանան -----	47
Խավիժ -----	47
Տրյուֆել -----	48
Անուշապուր -----	48
Կաթնապուր -----	48
Փելիզե -----	49
Նիշաստա -----	49
Խորոված դդում -----	49

Ատամնահատիկ -----	50
Ղափամա -----	50

ԿԱՐԿԱՆԴԱԿՆԵՐ

Հանրմի պորտ -----	51
Լահմաջուն (լահմա միս եւ ջուն խմոր) -----	51
Չեբուրեկի -----	52
Կարկանդակի խմոր -----	53
Կարտոֆիլով կարկանդակ -----	53
Սպանախով կարկանդակ -----	53
Սպանախով բյորեկ -----	54
Պանրով կամ մսով բյորեկ -----	54
Հացով տաք խորտիկ -----	54
Բոխչա -----	55
Աղի ձողիկներ -----	55
Հաց -----	56
Մածուն -----	56

ՏՈՆԱԿԱՆ ՍԵՂԱՆԻ ՀԱՄԱՐ

Կարմիր լուիկով կակաչներ -----	57
Ձվով նավակներ -----	57
Սունկ -----	58
Վարունգով նավակներ -----	58
Լցոնած պղպեղ -----	58
Բադ բադիկների հետ -----	59
Կաթնաշոռով գնդիկներ -----	59

Ջամբյուղներ սալաթների համար -----	59
Դդմիկը կոտլետի խճողակով -----	60
Կարմիր լոլիկով սալաթ -----	60

ԸՄՊԵԼԻՔՆԵՐ

Նշով -----	61
Նարնջի կեղեւով -----	61
Կաթով -----	61
«Յուպիով» -----	62
Կեռասի կամ բալի կորիզներով -----	62
Անանուխով -----	62
Լուծվող սուրճով -----	62
Դեղձի կորիզով -----	63
Կիտրոնի կեղեւով -----	63
Նռով -----	63
Կոկտեյլ -----	64
Վանիլիա -----	64

ՄԻ ՔԻՉ ԷԼ ՅՈՒՄՈՐ -----	65
-------------------------------	-----------

ԱՐԵՎՄՏԱՅԱՅԵՐԻ
(«ԱԽՊԱՐԱԿԱՆ»)
Խ Ո Յ Ա Ն Ո Ց

Հրատարակիչ տնօրեն՝	ՎԱՐՐԱՄ ՄՆԱՑԱԿԱՆՅԱՆ
Համակարգչային շարվածքը՝	ԶԱՐՈՒՀԻ ՄԽԻԿՅԱՆԻ
Սրբագրիչ՝	ԹԱԳՈՒՀԻ ԳԵՎՈՐԳՅԱՆ
Լուսանկարները՝	ՀԵՆՐԻԿ ԱՆՏՈՆՅԱՆԻ ՆԱՐԻՆԵ ԶԻԼՖՈՒՂԱՐՅԱՆԻ
Ձեռավորող՝	ԽՈՍՐՈՎ ՀԱԿՈԲՅԱՆ

.. . . .

Չափսը 64x42 1/16 Ծավալը 4.75 տպ. մամուլ.
Տպագրությունը օֆսեթ: Թուղթը օֆսեթ-1
Տպաքանակը 300 օրինակ:

Տպագրված է «ՎՄՎ-ՊՐԻՆՏ» ՍՊԸ տպարանում

