

მ. ბ. ა. ქ. რ. ა. ძ. ე

ქ ა რ თ უ ლ ი
დ ა
ე გ რ თ პ უ ლ ი
კ ე რ ძ ე ბ ი ს
ს ა მ ზ ა რ ე უ ლ თ

თ ბ ი ლ ი ს ი
1 9 6 0

1957 წელს გამოცემლობა სასელგამმა გამოცემა კ. ა. ბაქრაძის პირველი წიგნი „ქართული და აღმოსავლური კერძების სამზარეულო“. საქართველოს სსრ გაჭრობის სამინისტროს გამოცემლობამ მიზნად დაისახა და განასრულია კიდევ მისი მეორე წიგნის „ქართული და ევროპული კერძების სამზარეულოს“ გამოცემა, რომელიც პირველი წიგნის გაგრძელებას წარმოადგენს.

ავტორის ეს უკანასკნელი ნაშრომი. დაწერილია 1950-1955 წლებში. მას შემდეგ კულინარიაში დიდი ცვლილებები მოხდა და ბევრი ახალი რამ დაინერგა, რაც ავტორის გარდაცვალების გამო წიგნში არ იყო შეტანილი. ამიტომ გამოცემლობას მოუხდა შრომის გადამუშავება, ზოგიერთი განაყოფიების დამატება და მისი დაკავშირება თანამედროვე კულინარიასთან. გადამუშავებაში წიგნის რედაქტორის ი. წინამძღვრიშვილის ხელმძღვანელობით თავიანთი წვლილი შეიტანეს ცნობილმა მზარეულებმა: ს. ბაქრაძემ, კ. დავლიანიძემ, ვ. სულაძემ, ს. ბაყრაძემ და სხვ.

იმის გამო, რომ წინამძღვარე შრომის საფუძვლიანი გადამუშავება დაუკარგავდა მას ორიგინალობას, ამიტომ გამოცემლობა იძულებული გახდა ბევრი რამ დაეტოვებინა ისევე, როგორც ავტორმა შეიმუშავა. ამის გამო შრომა ნაკლოვანებებისგან არ იქნება დაზღვეული და უოველგვარ სასარგებლო შენიშვნას გამოცემლობა კმაყოფილებით მიიღებს.

აღნიშნულ წიგნს თან ერთვის ქართულ-რუსული კულინარული ლექსიკონი.

საქართველოს სსრ გაჭრობის სამინისტროს გამოცემლობამ გაითვალისწინა რა ის გარემოება, რომ ეს წიგნი დიდად შეუწყობს ხელს ქართველ მზარეულებს, საზოგადოებრივი კვების სესია შემაკებსა და დიასახლისებს მშობლიურ ენაზე გაეცნონ კერძების დასაზღვრის ტექნოლოგიას, გადასწევიტა, მომავალში კ. ა. ბაქრაძის ორივე წიგნი გამოცეცს ერთ წიგნად.



ნედლეულის პირველადი დამუშავება და ნახევარფაბრიკატების მომზადება

გოსტნეული და სოკო

დახარისხება, გარეცხვა და გასუფთავება

კარტოფილი ჯერ სპეციალური მანქანით (ან ხელით) დაახარისხეთ, შემდეგ დამპალი, გაღვივებული და მექანიკურად დაზიანებული გადაარჩიეთ;

გადარჩეული კარტოფილი სპეციალური მანქანით ან აბაზანაში (ხელით) გარეცხეთ.

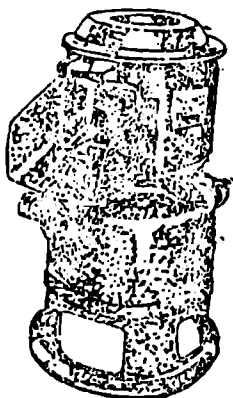
ამრიგად გადარჩეული და გარეცხილი კარტოფილი გაფცქვენიტ კარტოფილის საწმენდ მანქანაში (სურ. 1) ან ხელით — ღარიანი დანის მეშვეობით (სურ. 2).

კარტოფილის მანქანით გაფცქვნის შემთხვევაში, კარტოფილი საფცქვნელ მანქანაში ჩაუშვით, სადაც კანისაგან გასუფთავება 2-2,5 წუთის განმავლობაში ხდება. გაფცქვნის შემდეგ, მანქანის გაუჩერებლივ, კარები გახსენით და კარტოფილი ავტომატურად გადმოიყრება შედგმულ ჭურჭელში. დანაკარგების შემცირების მიზნით საჭიროა თვალყური ადევნოთ, რომ კარტოფილი მანქანაში ვადაზე მეტ დროს არ დარჩეს და რომ მანქანის დისკო მოცვეთილი არ იყოს.

სტანდარტული კარტოფილის ანაფცქვენი და მონარჩენი მანქანური გაწმენდის დროს 10-15 პროცენტს უდრის, ხოლო ღვივების (თვლების) ამოჭრისას 10 პროცენტს. ხელით გაფცქვნის შემთხვევაში კარტოფილის ნარჩენი 30 პროცენტს აღწევს.

სტაფილოს, ჭარხალს, ნიახურსა და ოხრახუშს ჯერ ფოთლები მოაჭერით, შემდეგ ზომის მიხედვით დაახარისხეთ, დაზიანებული

ადგილები ამოაქვრით, რის შემდეგ ცივ წყალში გარეცხეთ. გარეცხილი სტაფილო ან კარხალი შეიძლება გაუფცქვნელად გადავიდეს



სურ. 1.

კარტოფილის საწმენდი მანქანა

თბურ დამუშავებაში. უმი სტაფილო და კარხალი კანისაგან შეიძლება გაიწმინდოს კარტოფილის საფცქვნელ მანქანაში ან ხელით—დანით. კარხლის საფცქვნელ მანქანაში გაწმენდის ხანგრძლიობა 3,5 წუთს უდრის, რადგან მისი კანი სტაფილოს ან კარტოფილის კანზე უფრო სქელია. მოგრძო და წვრილი სტაფილოს ან ოხრახუშის გაფცქვნა ხელით ხდება, რადგან მანქანაში ადვილად იმტვრევა.

თეთრთავა და წითელთავა კომბოსტოს ჯერ გაჭუჭყიანებული ზედა ფოთლები შემოაცალეთ, შემდეგ ის გარეცხეთ გამდინარე ცივ წყალში, ორად ან ოთხად გაჭერით და ღერო ამოაქვრით. თუ კომბოსტოს მუხლუხი (მატ-

ლი) აღმოაჩნდა, ის მარილიან ცივ წყალში ჩაუშვით და მუხლუხები მაშინვე გამოაქვრებთან შიდა ფოთლებიდან და წყლის ზედაპირზე ამოტივტივდებიან. ამის შემდეგ კომბოსტო კვლავ კარგად გარეცხეთ.

თეთრთავა კომბოსტო, რომელიც ტოლმის მოსამზადებლად არის მიჩნეული, ჯერ გაასუფთავეთ, შემდეგ ღეროები ამოაქვრით ისე, რომ კომბოსტოს თავი მთელი დარჩეს, ხოლო ამის შემდეგ გარეცხეთ, მარილიან წყალში ჩაუშვით და 10-15 წუთის განმავლობაში ხარშეთ ნახევრად მზადყოფნამდე.

თავიან ხახვს გარე კანი გააცალეთ, თავი, ფესვები წააჭერით და ცივ წყალში გარეცხეთ; საჭმელში იხმარეთ მოშუშული ხახვი, ხოლო მწვადისთვის — უმი.

მწვანე ხახვი გაარჩიეთ, თავები და ფესვები წააჭერით და ცივ წყალში გარეცხეთ.

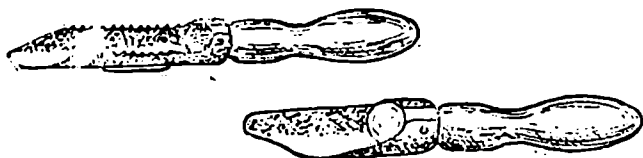
ნიორი ისევე გაარჩიეთ, როგორც თავიანი ხახვი. შემდეგ ის კბილებად დახსენით, ფუჩიჩისაგან გაასუფთავეთ და ცივ წყალში გარეცხეთ.

პამიდორი გადაარჩიეთ, ღეროები მოაშორეთ, გარეცხეთ და შემდეგ დანიშნულებისამებრ დაჭერით.

ისპანახი და მწვანე სალათა ღეროებისა და ფესვების მოჭრის

შემდეგ გაარჩიეთ, დამკნარი და უვარგისი ფოთლები მოაშორეთ და ცივ წყალში გარეცხეთ.

მჟაუნა ორი სახისაა — მინდვრის, რომელსაც მეტი სიმჟავე აქვს და ბალის, რომელიც უფრო კარგი გემოსია. მჟაუნა გადაარჩიეთ, უვარგისი ღეროები და ყვითელი ფოთლები მოაჭერით და ცივ წყალში გარეცხეთ.



სურ. 2.

კარტოფილის და ბოსტნეულის საწმენდი დანები

მწვანე პარკი ლობიო ისე გაარჩიეთ, რომ ძარღვები მოეცალოს, ცივ წყალში გარეცხეთ და თუ გარნირისათვის გინდათ, დაჭერით, ხოლო თუ ლობიო ქართულად უნდა მოამზადოთ, უკეთესია, რომ ის უძარღვო იყოს და გარჩევის შემდეგ ხელით დაიმტვრას.

ბარდა ცერცვი (პარკიანი) ძარღვებისაგან გარჩევისა და ცივ წყალში გარეცხვის შემდეგ, მთელ-მთელად უნდა მოხარშოთ.

მარცვლიანი ბარდა ცერცვი შეიძლება ძარღვების გამოუცლელად გაარჩიოთ. იგი გამოიყენება მარცვლად, ხოლო მისი პარკი — პიურეს მოსამზადებლად.

გოგრა, გოგრუჭა და ბადრიჯანი გარეცხვის შემდეგ გათაღეთ. თუ ბადრიჯანი და გოგრუჭა სართიანის მოსამზადებლად არის დანიშნული, მაშინ თავი და ბოლო ოდნავ მოაჭერით და სპეციალური მილით გული გამოაცალეთ; ამგვარი დამუშავების შემდეგ ის სართით გაავსეთ. გოგრა გათლისთანავე გაასუფთავეთ ყლარტისა და თესლისაგან. დაჭრის შემდეგ ის გამოიყენება დანიშნულების მიხედვით.

ბადრიჯნისა და გოგრუჭას გული შეიძლება გამოყენებული იქნას გარნირების მოსამზადებლად.

სატაცური ორი სახისაა — თეთრი (ბალის) და მწვანე (მინდვრის).

პირველადი გარჩევის დროს სატაცურს მაგარი ღეროები ჩამოაღეთ, შემდეგ გარეცხეთ და დაახლოებით 2-3 სანტიმეტრის სიგრძით დაჭერით. სატაცურის ჩამონაჭრები გამოიყენება ბულიონებში (არომატის მისაცემად) და აგრეთვე გარნირებში.

თეთრ სატაცურს, გარჩევისა და გათლის დროს, მეტი სიფრთხილით მოექცეოთ, რომ თავი არ მოტყდეს, რადგან ის ღეროზე უფრო ძვირფასია. გარჩევისას მას აუცილებლად მოაჭერით მაგარი ღეროები და კანისაგან გაასუფთავეთ. გარჩევის და გარეცხვის შემდეგ სატაცური კონებად შეკარით, რის შემდეგ მარილწყალში მოხარშეთ.

სოკო გამოიყენება ახალი, გამხმარი, დამარილებული და დამუუუქებული. ახალ სოკოს კარგი შესახედობა უნდა ჰქონდეს. მიღებისთანავე სოკო სწრაფად უნდა დაამუშაოთ, რადგან ის ძალიან მალე ფუჭდება. დამუშავების წინ კანი არ მოაცილოთ, ღეროს ქვედა ნაწილი მოაჭერით და 2-4-ჯერ ცივ წყალში გარეცხეთ. გასუფთავებული ახალი სოკო (განსაკუთრებით ქამა სოკო) მოხარშვამდე რომ არ გაშავდეს, ცივ წყალში დატოვეთ, ლიმონი ან ლიმონის სიმკავე ჩაუმატეთ. ამის შემდეგ შეიძლება ლიმონნარევ წყალში მოხარშოთ.

ხმელი სოკო ჯერ გადაარჩიეთ, რამდენიმეჯერ კარგად გარეცხეთ, ნახევარი საათის განმავლობაში ცივ წყალში დაალბეთ და შემდეგ ცეცხლზე დადგით. მოხარშული სოკოსგან შეგიძლიათ მოამზადოთ როგორც დამოუკიდებელი კერძები, ასევე გარნირები.

სოკოს ნახარში კარგი ნოყიერებითა და გემოვნებით ხასიათდება, ამიტომ მას ფართო გამოყენება აქვს წვნიანი კერძებისა და საწებლების დასამზადებლად.

მუხუდო გარჩევის შემდეგ 3-4 საათის განმავლობაში წყალში დაალბეთ.

მუხუდო უმთავრესად წვნიან კერძებში იხმარება.

მარცვალი ლობიო გაარჩიეთ, გარეცხეთ და შემდეგ მოსახარშად დაადგით. წითელი ლობიო, უმეტესად, დამოუკიდებელ წვნიანში (შექამანდებში), მეორე თავ კერძებში და საუზმეულში იხმარება; გურული ლობიო კი — წვნიან ან ხორციან მეორე თავ კერძებში ჩასართავად ან გარნირად გამოიყენება.

პირშუშხას ფესვს გარეკანი მოაცილეთ, დაალბეთ და გაფხიკეთ.

ოხრაზუშხა და კამას ჯერ ღეროები მოაშორეთ, კარგად გარეცხეთ და მხოლოდ ამის შემდეგ ბულიონებისა და საწებლების მოსახარშად გამოიყენეთ.

მჟავე კომბოსტო გადაარჩიეთ (სტაფილოსგან, შავი პილპილისგან, დაფნის ფოთლისგან და სხვა შენარჩევებისგან) და შემდეგ ხელით გაწურეთ. თუ კომბოსტო ძალიან მჟავია, ცივ წყალში გარეცხეთ.

მუავე კიბრი გაფუქვენით, თესლი გამოაცალეთ (წვრილი კიტრი, რომელსაც ნაზი კანი აქვს, არ იფუქვენება).

სიშინლის ნედლი ტარო გარჩევისთანავე მოხარშეთ ან ცეცხლზე შეწვით.

გასუფთავებული გოხნეულისა და კარტოფილის მოვლა-შენახვა

ახლად გასუფთავებული და გაფუქვნილი კარტოფილი და ბოსტნეული დაუყოვნებლივ უნდა გადავიდეს შემდგომ დამუშავებაში, წინააღმდეგ შემთხვევაში, იგი სწრაფად გაფუქდება და გემოს დაკარგავს. იმ დროს, როდესაც წარმოების პროცესი გასუფთავებული ბოსტნეულის შენახვას მოითხოვს, საჭიროა იგი შეახვიოთ სველ ტილოში და ბნელ ადგილას შეინახოთ.

ცოცხალფოთლიანი ბოსტნეული (ობრახუში, კამა, ქინძი, სალათა, მწვანე ხახვი და სხვა) საცერში ჩააწყეთ, ზემოდან სველი ტილო გადააფარეთ და გრილსა და ბნელ ადგილას დადგით. მწვანე ბოსტნეული საცერში ისე უნდა ჩაალაგოთ, რომ მისი სისქე 8-10 სანტიმეტრს არ აღემატებოდეს, რათა ჰაერმა თავისუფლად იმოძრაოს.

გაფუქვნილი კარტოფილის გაშვების თავიდან ასაცილებლად, იგი ცივ წყალში უნდა შეინახოთ, მხოლოდ არა უმეტეს 8 საათისა და ისიც მთელ-მთელი, რომ თავისი კვებითი ღირსება და განსაკუთრებით, ვიტამინი C შეინარჩუნოს. გაფუქვნილი კარტოფილი უწყლოდ მხოლოდ ერთი საათის განმავლობაში შეიძლება შენახული იქნას კალათში ან ყუთში, მხოლოდ ზევიდან სველი ტილო უნდა გადააფაროთ.

როგორც უკვე ზემოთ აღვნიშნეთ, უმი გაფუქვნილი კარტოფილი ჰაერზე შენახვისას ძალძან მალე შავდება. ეს იმით აიხსნება, რომ კარტოფილში არის ისეთი რთული სხვადასხვა ორგანული ნივთიერება, რომელიც მასში არსებული ფერმენტის ზეგავლენით ჰაერიდან ჟანგბადს იერთებს და სხვა ისეთ ქიმიურ შენაერთებში გადადის, რომელიც კარტოფილის ფერს სცვლის.

მოხარშული კარტოფილი არ შავდება, რადგან ფერმენტი, რომელიც მის გაშვებას იწვევს, 70° ტემპერატურის ზევით ირღვევა.

გაფუქვნილი კარტოფილი მცირე ხანს შესანახავად 2-3 საათით წყალში ჩაყარეთ, რომლის ტემპერატურაც 12° არ უნდა აღემატებოდეს. თუმცა კარტოფილის გაშვების პროცესი წყალში უფრო ნელი ტემპით მიმდინარეობს, გიდრე ჰაერში, მაგრამ ამ შემთხვევაში

კარტოფილში გამოიტუტება ნახშირბადი, მინერალური მარილები, დარაც მთავარია, ვიტამინი C; ყველა ეს კარტოფილის კვებით ღირსებას ამცირებს. განსაკუთრებით დიდია დანაკარგი, როდესაც დაჭრილ კარტოფილს წყალში ინახავთ.

ვაჭრობისა და საზოგადოებრივი კვების სამეცნიერო-კვლევითმა ინსტიტუტმა შეიმუშავა გაფუჭებული კარტოფილის შენახვის ახალი წესი, მისი ბისულფატინატრის ხსნარით დამუშავების გზით.

გაფუჭებული კარტოფილი სპეციალურად მოწყობილ კასრში ჩაყარეთ და მას ბისულფატინატრის ხსნარი დაასხით (ორი ლიტრი ხსნარი ერთ კილოგრამ კარტოფილზე); ხუთი წუთის შემდეგ კარტოფილი ხსნარიდან ამოიღეთ და 2-3-ჯერ ცივ წყალში გარეცხეთ. დარჩენილ ხსნარში კარტოფილის ახალი პარტია ჩაყარეთ.

მომზადებულ ხსნარში 10-12 პარტია კარტოფილი შეგიძლიათ დაამუშაოთ; შემდეგ ხსნარს გადაღვრიეთ.

ბისულფატინატრის ხსნარის მოსამზადებლად უკეთესია გამოიყენოთ პიროსულფატინატრის ფხვნილი. ერთ ლიტრ წყალზე 16-20 გრამ პიროსულფატინატრის ფხვნილს აიღებთ.

ბისულფატინატრის ხსნარით დამუშავებული გაფუჭებული კარტოფილი 15-17° ტემპერატურის პირობებში, ჰაერზე 24 საათის განმავლობაში არ შავდება, ხოლო 10° ტემპერატურის პირობებში— 48 საათის განმავლობაში.

გაფუჭებული კარტოფილი ცხელ წყალში გათუთქეთ და გააცივეთ. ამ შემთხვევაში კარტოფილი ჰაერზე არ შავდება, რადგან ცხელი წყლის გადასხმის დროს მის ზედაფენაში ფერმენტები, რომლებიც კარტოფილის გაშავებას იწვევს, ჰაერში არსებული ჟანგბადის ზეგავლენით ირღვევა; მაგრამ ასეთი კარტოფილი შემდგომი თბური დამუშავებისათვის სპეციფიურ გემოს იღებს.

ჭარხლის შენახვა შესაძლებელია სხვადასხვა წესით. გათლილი უმი ჭარხალი გარეცხეთ და გრილ ადგილას შეინახეთ; ნახევრად მოხარშული დაჭრილი ჭარხალი ჩაალაგეთ მომინანქრებულ ან თიხის ჭურჭელში. ხოლო ზევიდან შაქარი მოაყარეთ და ძმარი მოასხით; ამავე წესით შეინახეთ შემწვარი ჭარხალიც.

ისპანახი გარჩევის შემდეგ მოხარშეთ, საცერში გაატარეთ და მომინანქრებულ ან თიხის ჭურჭელში მოათავსეთ. ის ცივად უნდა იქნას შენახული. შეგიძლიათ აგრეთვე კარგად გარჩეული და ცივ წყალში გარეცხილი ისპანახი კალათაში ჩააწყოთ და გრილ ადგილას შეინახოთ.

მჟაუნა ცივ წყალში გარეცხვის შემდეგ გაწურეთ და ორთქლში მოხარშეთ. მჟაუნას ნახარში შეიძლება გამოიყენოთ სხვადასხვა

საქმელში. ხოლო მოხარშული მკაუნა ნაცერში გაატარეთ და თხის ან მომინანქრებულ კურპელში ჩააწყეთ. იგი მაცივარში ან სხვა გრილ ადგილას შეინახეთ.

ბოსტნეულისა და კარტოფილის ნაფცქვენებისა და ნარჩენების გამოყენება. სტაფილოსა და თეთრი ძირების ნაფცქვენებისა და ნარჩენების გამოყენება (მათი გარეცხვის შემდეგ) შეიძლება ხორცის, თევზისა და ბოსტნეულის ბულიონსა და ნახარშში.

ქარხლის მონარჩენები, გარეცხვისა და ხორცის საკვებ მანქანაში გატარების შემდეგ, შეიძლება გამოიყენოთ ბორშჩის გასაწითლებლად.

ხელით გაფცქვნილი კარტოფილის მონარჩენები (გარეცხვის შემდეგ) შეიძლება გაატაროთ წმინდა საცრიან ხორცის საკვებ მანქანაში და მიიღოთ კარტოფილის ფქვილი (სახამებელი).

კარტოფილის ფქვილი შეიძლება მიიღოთ აგრეთვე კარტოფილის საწმენდ მანქანაში გაფცქვნის შემდეგაც.

კარტოფილის ფქვილის (სახამებლის) მიღება. სახამებელი კარტოფილის უჯრედებშია მოთავსებული წვრილი მარცვლების სახით. ზვედრითი წონის მიხედვით სახამებელი წყალზე მძიმეა; ცივ წყალში არ იხსნება.

სახამებლის მიღების პროცესი კარტოფილის ჩამონაჭრებისა და ნაფცქვენების წვრილად დაქუცმაცებით, სახამებლის რძის მიღებით, ამ რძის დალექვით და შემდეგ სახამებლის გაშრობით ხდება.

კარტოფილის ნარჩენები სპეციალური მანქანის საშუალებით წვრილად დააქუცმაცეთ. მიღებულ მასას წყალი დაასხით და მოურიეთ. მიღებული სახამებლის რძე საცერში გაწურეთ. გადაწურული სახამებლის რძე 7-8 საათის განმავლობაში გააჩერეთ კასრში, შემდეგ წყალი გადაღვარეთ, ზედაპირი შენარევისაგან გაასუფთავეთ, წყალი კვლავ დაასხით და მოურიეთ. 7-8 საათის განმავლობაში ის კვლავ კასრში უნდა იყოს. ეს წესი 3-4-ჯერ გაიმეორეთ.

გარეცხილი და გადაწურული სახამებელი ფიცარზე გაშალეთ და 40-45° ტემპერატურის პირობებში გააშრეთ.

მშრალი სახამებლის სინესტე 18-20 პროცენტს არ უნდა აღემატებოდეს.

კარტოფილისა და ბოსტნეულის ფორმებად დაჭრა. კარტოფილსა და ბოსტნეულს დაჭრისას სხვადასხვაგვარი ფორმა ეძლევა. მათ ლამაზად დაჭრას დიდი მნიშვნელობა აქვს, როგორც კერძების მიზმიდველად მომზადებისა, ისე მადის აღძვრისათვის. ბოსტნეული ერთნაირი ზომის ნაჭრებად დაჭერით,

ეს იმისათვის არის საჭირო, რომ თანაბრად და ერთდროულად შეიწვას, შემდეგ მოშუშეთ ან მოხარშეთ. იმის გამო, რომ გათლილი და დაჭრილი ბოსტნეული დიდხანს ვერ ინარჩუნებს თავის გემონებას და ღირსებას, საჭიროა დაჭრა კერძის მოხარშვის წინ მოახდინოთ.

კარტოფილისა და ბოსტნეულის დაჭრა შემდეგი ფორმებით ხდება: ასანთის მსგავსად, თხელ სამკუთხედებად, ოთხკუთხედებად,



სურ. 3.

ასანთისებურად

მრგვლად

კუბისებურად, მრგვლად, კასრისებურად, ბეჭდის მსგავსად, ნივრის კბილებსებურად, ნამჯის, ბურბუშელის მსგავსად და სხვა. ასეთი



სურ. 4.

ძელისებურად

კუბისებურად

ფორმები უმთავრესად კარტოფილს, სტაფილოს, ჭარხალს, ხახვსა და კომბოსტოს ეძლევა (სურ. 3, 4, 5).



სურ. 5.

კასრისებურად

ნივრის კბილებსებურად

გარდა ზემოთ აღნიშნული ფორმებისა, მიღებულია აგრეთვე ბოსტნეულის წვრილად დაკეპვა-დაკემსვა, განსაკუთრებით კომბოს-

ტოსი, ხახვისა და სტაფილოსი. მწვანილის დაკეპვა ან დანაყვა არ შეიძლება, რადგან ამ შემთხვევაში ის წვეწასა და გემოს კარგავს.

ბოსტნეული აგრეთვე იჭრება ფიგურებად — ვარსკვლავისებურად, სავარცხლის მსგავსად, ექვსკუთხედებად, ყვავილების ან ფოთლების მსგავსად და სხვა.

გოგრაუქისა და კარბოფილის ნახევარფაბრიკატები

ბ ა დ რ ი ჭ ნ ი ს მ ო მ ზ ა დ ე ბ ა ო რ ც ხ ო ბ ი ლ ა შ ი შ ე ს ა წ ვ ა ვ ა დ. ბადრიჯანი გათაღეთ, თავი და ბოლო მოაჭერით, შემდეგ სიგრძეზე ბრტყლად 8-10 მილიმეტრის სისქის ნაჭრებად დაჭერით, მარილი მოაყარეთ, ამოავლეთ თეთრ ფქვილში, გათქვეფილ კვერცხში და თეთრი პურის დაფქულ ორცხობილაში. ერთი ულუფა 8 ან 10 ნაჭრისგან შედგება.

გ ო გ რ უ ქ ა ს მ ო მ ზ ა დ ე ბ ა ო რ ც ხ ო ბ ი ლ ა შ ი შ ე ს ა წ ვ ა ვ ა დ. 15 სანტიმეტრი სიგრძის მქონე გოგრაუქას თავი და ბოლო მოაჭერით, შემდეგ გათაღეთ და სიგრძეზე თხლად 8-10 მილიმეტრი სისქის ნაჭრებად დაჭერით, მარილი მოაყარეთ და ამოავლეთ თეთრ ფქვილში, ლიეზონში და ბოლოს, თეთრი პურის დაფქულ ორცხობილაში.

ბ ა დ რ ი ჭ ნ ი ს მ ო მ ზ ა დ ე ბ ა დ უ მ ი ს ს ა რ თ ი თ შ ე ს ა წ ვ ა ვ ა დ. ბადრიჯანი (ერთ ულუფაზე ორი ცალი) ცივ წყალში გარეცხეთ, ღეროები მოაჭერით და თითოეული 8 სმ სიგრძით და 3 სმ სიღრმით ისე გაჭერით, რომ ერთმანეთს არ მოშორდეს. ცხვრის უმარილო დუმა წმინდად დაკეპეთ და ნივრით, კამით ან ოხრაბუშით, მარილით და შავი პილპილით შეაზავეთ. ამნაირად შეზავებული დუმა თითოეულ ბადრიჯანში ოცი გრამის რაოდენობით ჩადეთ.

პ ა მ ი დ ვ რ ი ს მ ო მ ზ ა დ ე ბ ა სამნაირი წესით შეიძლება: სართისთვის, ორცხობილაში შესაწვავად და ნივრის კბილების მსგავსად დაჭრილი.

სართისთვის პამიდორს ღეროს მხრიდან გული ამოაჭერით, თესლისგან და სითხისგან გაასუფთავეთ და სართით გაავსეთ.

ორცხობილაში შესაწვავად პამიდორი ერთი სანტიმეტრის სისქეზე ბრტყლად დაჭერით. სწრაფად, მოთხოვნილებისამებრ შემზადეთ; პირველად მარილი და დაფქული შავი პილპილი მოაყარეთ, ამოავლეთ პურის ფქვილში, კვერცხში და შემდეგ თეთრი პურის დაფქულ ორცხობილაში. ამგვარად შემზადებული პამიდორი სასწრაფოდ შეწვით, რომ სითხე არ გამოყოს და ორცხობილა არ დაასველოს.

ნიერისებურად მომზადებისას პამიდორი სიმალლით შუაზე გაჭერით. შემდეგ თითოეული ნახევარი სამად ან ოთხად დაჭერით.

კ ა რ ტ ო ფ ი ლ ი ს ბ ი ტ კ ი ს ა ნ კ ა ტ ლ ე ტ ი ს მ ო მ-ზ ა დ ე ბ ა. გაფუჭვნილი კარტოფილი მარილწყალში მოხარშეთ, გადაწურეთ და იმავე ქვაბით შედგით ჰაერლუმელში გამოსაშრობად; 20 წუთის შემდეგ ის საცერში გაატარეთ, რის შემდეგაც შეაზავეთ კვერცხის გულითა და თეთრი ფქვილით, ბოლოს თეთრი პურის დაფქულ ორცხობილაში ამოავლეთ.

ერთ ულუფაზე გასაცემი ორი ცალი კატლეტის ან ბიტკის წონა 200 გრამს უნდა უდრიდეს. ბიტკიც და კატლეტიც შესაფერისი ფორმისა უნდა გამოვიდეს — კატლეტი მოგრძო წვეტიანი (სამკუთხედის სახით), ხოლო ბიტკი — მრგვალი და ბრტყელი.

კ ა რ ტ ო ფ ი ლ ი ს ნ ა მ ც ხ ვ ა რ ი ბ ო ს ტ ნ ე უ ლ ი ს ჩ ა-ს ა რ თ ა ვ ი თ. ნამცხვრის შესამზადებლად გაფუჭვნილი კარტოფილი დაჭერით, ქვაბში ჩაყარეთ, წყალი დაასხით და ციცხლზე დადგით. მოხარშვამდე მარილით შეანელეთ; გარჩეული ხახვი, სტაფილო და თეთრი ძირები ასანთის მსგავსად დაჭერით და კარაქში მოშუშეთ; 10 წუთის შუშვის შემდეგ ჩაუმატეთ წვრილად დაჭრილი და გათუთქული ახალი კომბოსტო, რომელმაც მანამ უნდა იშუშოს, ვიდრე არ დარბილდება. ამის შემდეგ შეაზავეთ დაკეპილი კამით, ოხრაბუშით, რძის ფაფით, მარილით, შავი პილპილით და შაქრის ფხვნილით; როდესაც კარტოფილი მოიხარშება, გადაწურეთ და გაატარეთ წმინდა საცრიან მანქანაში; შეაზავეთ კვერცხით, კარაქით და თეთრი ფქვილით. ამის შემდეგ ტაფას კარაქი წაუსვით, დაფქული ორცხობილა მოაყარეთ და კარტოფილი გაშალეთ, ზევიდან დააწყეთ ბოსტნეული (ჩასართავი ფარში), ხოლო ბოსტნეულის ზემოდან კვლავ კარტოფილი დააწყეთ, ზემოდან კვერცხი წაუსვით და საფხეკელში გატარებული შვეიცარული ყველი მოაყარეთ.

ს ტ ა ფ ი ლ ო ს კ ა ტ ლ ე ტ ი ს ა და ბ ი ტ კ ი ს შესამზადებლად თხლად დაჭრილი სტაფილო ქვაბში ჩაყარეთ, ცოტა წყალი დაასხით, კარაქი ჩაუმატეთ, სახურავი დაახურეთ და ორთქლში მოხარშეთ. როდესაც სტაფილო სითხეს შეიშრობს და დარბილდება, გაატარეთ წმინდა საცრიან მანქანაში და იმავე ქვაბში მოათავსეთ; მიუმატეთ სტაფილოს წონის ერთი მესამედი რძის სქელი ფაფა და ერთმანეთში აზილეთ, შეანელეთ მარილით და შაქრის ფხვნილით. ეს მასა 100 გრამიან კატლეტებად და ბიტკებად დაანაწილეთ და შეწვის წინ ამოავლეთ თეთრი პურის დაფქულ ორცხობილაში ან ფქვილში. ერთი ულუფა შედგება 2 ცალი ბიტკის ან კატლეტისაგან.

გ ო გ რ ი ს ნ ა მ ც ხ ვ ა რ ი ბ რ ი ნ ჯ ი თ. რამდენ ულუფასაც

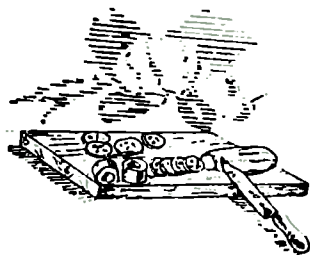
ამზადებთ. იმდენი 240 გრამი მოტკბო გოგრა გათაღეთ. დაჭერით წვრილ ნაჭრებად, ქვაბში ჩაყარეთ, გამდნარი კარაქი დაასხით, სახურავი დაახურეთ და ორთქლში მოხარშეთ. დარბილების შემდეგ დაკეპილი მოშუშული ხახვი და მოხარშული ბრინჯი დაუმატეთ, შეანელეთ მარილით და შაქრის ფხვნილით. ამის შემდეგ მანგანს კარაქი წაუსვით და პურის დაფქული ორცხობილა მოაყარეთ, გოგრა მასზე გაშაღეთ, მოასწორეთ და ზემოდან კვერცხი წაუსვით.

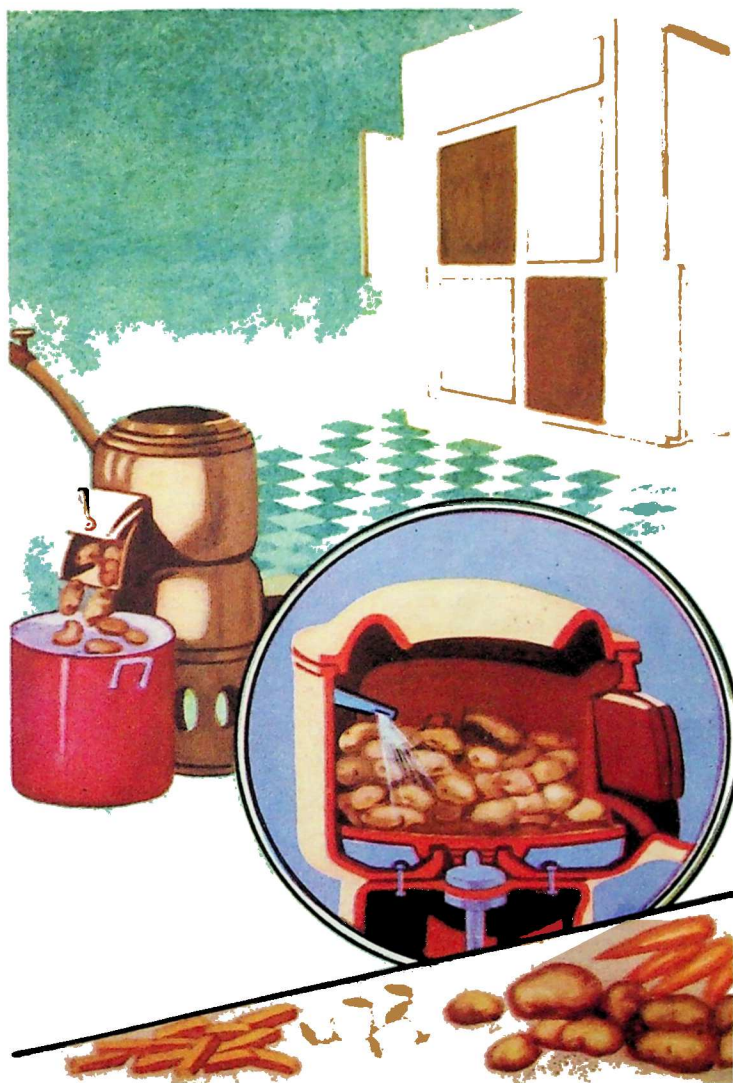
თ ე თ რ თ ა ვ ა კ ო მ ბ ო ს ტ ო ს კ ა ტ ლ ე ტ ი და ბ ი ტ კ ი. კომბოსტო გაარჩიეთ, უხეში ნაწილები ჩამოაჭერით, წვრილად დაკემსეთ, შემდეგ ჩაყარეთ გაცხელებულ რძეში (ან წყალში), ცხიმში დაუმატეთ და მოხარშეთ; შემდეგ დაუმატეთ თავნაფქვი ბურღული და როდესაც მასა შესქელდება, ცეცხლიდან გადმოდგით, შეაგრილეთ 60-70°-მდე, შეურიეთ უმი კვერცხი, მარილი, დაფქული შავი პილპილი და კარგად აზილეთ, ცხელ მდგომარეობაშივე დაანაწილეთ და მიეცით კატლეტის ან ბიტკის ფორმა, ამოავლეთ დაფქულ ორცხობილაში. ულუფაზე გაეცით 2 ცალი.

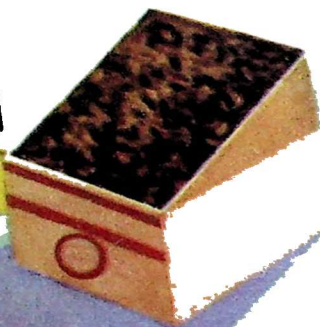
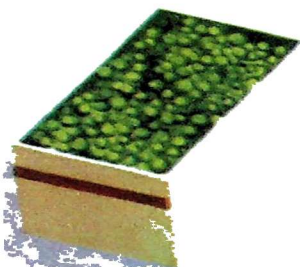
ტ ო ლ მ ა ბ ო ს ტ ნ ე უ ლ ის და ბ რ ი ნ ჯ ის ჩ ა ს ა რ თ ა ვ ი თ. ტოლმისათვის შერჩეულ კომბოსტოს თავებს ღეროები ამოაჭერით, შემდეგ მდულარე წყალში გათუთქეთ და გასაცივებლად მაგიდაზე დაალაგეთ. ამავე დროს გაფცქვნილი სტაფილო, ხახვი და თეთრი ძირები წვრილად დაჭერით, ქვაბში ჩაყარეთ და ცხიმში მოშუშეთ. 15 წუთის შემდეგ, როდესაც საკმარისად დარბილდება. მიუმატეთ მოხარშული ბრინჯი, შეაზავეთ ახალი კამით, ოხრაბუშით და პილპილით. ფარში შეახვიეთ კომბოსტოს ფოთლებში. ულუფა შედგება ორი ცალი ტოლმისგან. შემზადებული ტოლმა ფენებად ქვაბში ჩაალაგეთ. ყოველ ფენას დაფნის ფოთოლი გადააფარეთ.

თ ა ლ გ ა მ ი ბ ო ს ტ ნ ე უ ლ ის ა და ბ რ ი ნ ჯ ის ჩ ა ს ა რ თ ა ვ ი თ. თალგამი გათაღეთ და გული ისე ამოაჭერით, რომ მას სისქე 5 მილიმეტრი შერჩეს. შემდეგ მარილწყალში მოხარშეთ; როდესაც დარბილდება და მზად იქნება, მაგიდაზე თავდაღმა დააწყეთ. ამავე დროს კარაქში მოშუშეთ კანგაშორებული და წვრილად დაჭრილი სტაფილო, ხახვი და თეთრი ძირები. 15 წუთის შუშვის შემდეგ ბოსტნეულს დაუმატეთ მისი ნახევარი წონის მოხარშული ბრინჯი, დაკეპილი კამა, ოხრაბუში და შეანელეთ მარილითა და დაფქული შავი პილპილით. ვიდრე ჩასართავით გაავსებდეთ თალგამს, შაქრის ფხვნილი მოაყარეთ, შემდეგ ჩასართავით გაავსეთ, თავები გაუკეთეთ და დაფხვნილი შვეიცარული ყველი მოაყარეთ.

მწვანე ბარდა ცერცვის ნამცხვარი სოკო-
თი. მოხარშული მწვანე ბარდა ცერცვი გაატარეთ საცერში და მო-
ათავსეთ ქვაბში, მიუმატეთ ცერცვის ერთი მეოთხედი რაოდენო-
ბის რძის სქელი ფაფა, კარგად მოურიეთ, შეანელეთ მარილით, შაქ-
რითა და ცხიმით; შემდეგ ტაფაზე კარაქი წაუსვით, მოაყარეთ თეთ-
რი პურის წმინდად დაფქული ორცხობილა, ტაფის მთელ მოცულო-
ბაზე გაშალეთ ცერცვის ნახევარი რაოდენობა, ზევიდან მოაყარეთ
დაკეპილი, კარაქში მოშუშული, ხახვითა და ახალი კამით შეზავე-
ბული სოკო; შემდეგ ცერცვის მეორე ნახევარი გაშალეთ, წაუსვით
გათქვეფილი კვერცხი და გამოსაცხობად ჰაერლუმელში შედგით.









ბურღულები, ცერცვისა და მაკარონის ნაწარმი

ბურღულის, ცერცვისა და მაკარონის ნაწარმი

ბურღულის დამუშავება მის გარჩევაში, გაცხრილვასა და გარეცხვაში გამოიხატება.

ბურღული გადასარჩევად მაგიდაზე დაყარეთ, გადარჩეული შედგმულ ჭურჭელში ჩაუშვით, ხოლო დანარჩენი მაგიდაზე დატოვეთ. თავნათქვი ან სხვა დაღერლილი ბურღული წმინდა საცერში გაატარეთ.

გადარჩევის შემდეგ ბურღული (გარდა წიწიბურას, თავნათქვისა და ჭერკულესის ბურღულისა) თბილ წყალში (40-50°) გარეცხეთ. განსაკუთრებით კარგად უნდა გარეცხოთ ფეტვის ბურღული.

თუ ბურღულს შმორის სუნი აქვს, ის რამდენიმეჯერ გარეცხეთ, ხელით გაწმინდეთ და გააშრეთ.

პერლოვის ბურღული რომ მალე მოიხარშოს, ის ჯერ 2-3 საათით ცივ წყალში დაალბეთ.

ცერცვეული (მუხუნდო, ლობიო, ოსპი და სხვა) გადაარჩიეთ და ორ-სამჯერ ცივ წყალში გარეცხეთ. მოხარშვის დაჩქარების მიზნით, ცერცვეული 3-5 საათით ცივ წყალში დაალბეთ.

მაკარონის ნაწარმი. მაკარონიატრია, ვერმიშელი და სხვა, ისე-
ვე როგორც ბურლულეული. გადაარჩიეთ. გრძელი მაკარონი და-
ამტვრიეთ 7-8 სანტიმეტრის სიგრძით. ვერმიშელის კონები და-
შაღეთ.





თევზეული

თევზის ჯგუფებად დაყოფა, ღირსების მიხედვით დახარისხება და მათი ნახევარფაბრიკატები

თევზები გარეგნული შეხედულებითა და ღირსების მიხედვით ერთმანეთისაგან შესამჩნევად განსხვავდებიან. ამიტომ ისინი კულისნარულ პრაქტიკაში ორ ძირითად ჯგუფად იყოფიან: ხრტილოვანი ჩონჩხით (წითელი თევზის ჯიშის) და ძვლიანი ჩონჩხით, რომელშიც ორი ჯიში განირჩევა — ქერცლოვანი და არაქერცლოვანი.

ხრტილოვან ჩონჩხიან თევზებს ეკუთვნის: თართი, ზუთხი, სვია, ცქერინი, თორეჯი და სხვ.

ძვლიან ჩონჩხიანს — მათ შორის ქერცლოვანს: ორაგული, თევზთეთრა, კეფალი, ფარგა, ჭანარი, კობრი, ქარიყლაპია, კარჩხანა, ქორჭილა, ვირთევზა და სხვა.

არაქერცლოვანს — კალმახი, სკომშერი, ნავაგა, ლოქო, ნემსა, სალამურა, სტავრიდა, ბარამულია და სხვა.

საზოგადოებრივი კვების საწარმოებში თევზი მიიღება როგორც ცოცხალი, ასევე გაცივებული, გაყინული, დამარილებული, გამხმარი და გადამუშავებული.

ცოცხალი თევზი გამოყენებამდე გამდინარე ცივ წყალში აკვარიუმებში ან აბაზანებში უნდა შეინახოთ. დამუშავებამდე მას თავში ხის ჩაქეჩის დარტყმით გააბრუებთ.

გაცივებული თევზი ჯერ გარსისაგან გაასუფთავეთ, შემდეგ დაყავით და დაამუშავეთ კულისნარული წესის მიხედვით.

გაყინული თევზის დამუშავება მხოლოდ გაღობის შემდეგ შეგიძლიათ.

მარილიანი თევზი ჯერ გარეცხეთ და შემდეგ 10-12 საათის განმავლობაში ცივ წყალში დააღებთ. უმჯობესია დაღობის პროცესში რამდენიმეჯერ გამოუცვალეთ წყალი, შემდეგ გაფხიკოთ და საჭიროების მიხედვით დაამუშავოთ.

გაყინული თევზის გაღობა

გაყინვისას თევზში მეტად რთული ფიზიკო-ქიმიური ცვლილებები ხდება. თევზის გაღობა შეიძლება წყალში ან ჰაერზე 10-18° ტემპერატურის დროს. ტემპერატურული პირობების მიხედვით იცვლება თევზის გაღობის დროც.

ხრტილოვან-ჩონჩხიანი თევზის ჯგუფების, ლოქოს (დიდი ზომის) და სხვა თევზის გაყინული სუკის გაღობა ჰაერზე ხდება; დანარჩენი გაყინული თევზის გაღობა კი — წყალში. ამისათვის გაყინული თევზი აბაზანაში ჩააწყეთ და ცივი წყალი დაასხით. გაღობის დროს თევზი ერთმანეთში აურიეთ.

გაღობის სისწრაფე დამოკიდებულია თევზის სიდიდეზე, ტემპერატურასა და წყლის ოდენობაზე. ერთ კილოგრამ თევზზე საჭიროა ლიტრნახევარი-ორი ლიტრი წყალი. წვრილი თევზი, წონით ერთ კილოგრამამდე, საათნახევარი-ორი საათის განმავლობაში ღლევა, მსხვილი — ორიდან ხუთ კილოგრამამდე — 3-5 საათის განმავლობაში.

გაღობისას წყალში თევზი იბერება და წონაში 5-10 პროცენტს მატულობს.

გაღობის დროს მინერალური მარილების ნაწილი თევზიდან წყალში გადადის. იმ მიზნით, რომ შემცირებული იქნას მინერალური ნივთიერებათა დაკარგვა, წყალს საკმელი მარილი დაუმატეთ. მარილის საჭირო რაოდენობა ერთ ლიტრ წყალზე: მდინარის თევზისათვის — 7 გრამი, ზღვის თევზისათვის — 12 გრამამდე.

თართისა და თორეჯის გაღობას ოთახის ტემპერატურის პირობები 6-10 საათამდე ესაჭიროება (იმისდა მიხედვით, თუ რა ზომისაა თევზი). თევზის გაყინული სუკის გაღობა იმ ქაღალდშივე ხდება, რომლითაც ის მოდის.

დამარილებული თევზის დამუშავება

დამარილებული თევზი, რომელიც მოსახარშადაა მიჩნეული, 5 პროცენტ მარილს უნდა შეიცავდეს, ხოლო შესაწვავი — 3 პროცენტს.

დამარილებული თევზი, რომელიც საზოგადოებრივი კვების საწარმოში მიდის, 11-22 პროცენტ მარილს შეიცავს.

მარილიანობის შესამცირებლად თევზი აბაზანებში გამდინარე ცივ წყალში დაალბეთ; იმ შემთხვევაში, თუ მდგარ წყალში დაალბობთ, წყალი ხშირად უცვალეთ. დალბობის წინ დამარილებული თევზი 30-60 წუთით ცივ წყალში ჩააწყეთ. როდესაც თევზი გაიბერება, ქერცლისგან გაწმინდეთ, თავი, კუდი, ფარფლები მოაჭერით და ზურგის მიმართულებით ორ ნაწილად გაჭერით. ამრიგად დაჭრილი თევზი ცალკე დაალბეთ, ხოლო მისი მონარჩენი და ანაჭრები — ცალკე.

თევზის დალბობის დროს, გარდა საქმელი მარილისა, წყალში გადადის როგორც მინერალური მარილებისა და ცილების ნაწილი, ასევე სხვა კვებითი და გემოვნებითი ნივთიერებები; ამის გამო იმ კერძების კვებითი ღირსება, რომლებიც დალბობილი დამარილებული თევზებიდან მზადდება, გაცილებით უფრო დაბალია, ვიდრე ახალი თევზისაგან მომზადებული კერძებისა.

გამდინარე წყალში თევზის დალბობა შემდეგი წესით მოახდინეთ: მარილიანი თევზი დაჭერით და დააწყეთ აბაზანაში ჩადგმულ ხის ხარიხაზე. ხარიხის ქვეშ მოთავსებულ წყალსადენი მილიდან წყალი გაუშვით, რომელიც თევზს მთლიანად დაფარავს და აბაზანას ზემოთ არსებული საკანალიზაციო მილიდან გავა. დალბობა დაახლოებით 10-12 საათს გააგრძელეთ, რის შემდეგაც თევზში მარილების არსებობის ოდენობის ორგანოლეპტური წესით (გემოთი) შემოწმების მიზნით აწარმოეთ თევზის საცდელი მოხარშვა.

თუ გამდინარე წყალი არ არის, მაშინ თევზს ყოველ 2-3 საათში 4-ჯერ მაინც უნდა გამოუცვალეთ წყალი.

დამარილებული ქაშაყის დამუშავება

დამარილებულ ქაშაყს მუცლის თხელი ნაპირი მოაჭერით, ტყავი ზურგის სიგრძეზე გადაჭერით და თავიდან ბოლომდე გაატყავეთ; შემდეგ შიგნეული გამოიღეთ, თავი და კუდი მოაჭერით, ხერხემლისა და ნეკნების ძვლები, ხოლო თავიდან ლაყუჩები მოაშორეთ. ამის შემდეგ ქაშაყი გარეცხეთ.

თუ ქაშაყი ძალიან მლაშეა ან ხმელია, იგი აღულებულ ცივ წყალში ან დაყენებულ ჩაიში ჩადეთ. დალბობის შემდეგ ქაშაყს სიმლაშე და მოდუნებულობაც ეკარგება.

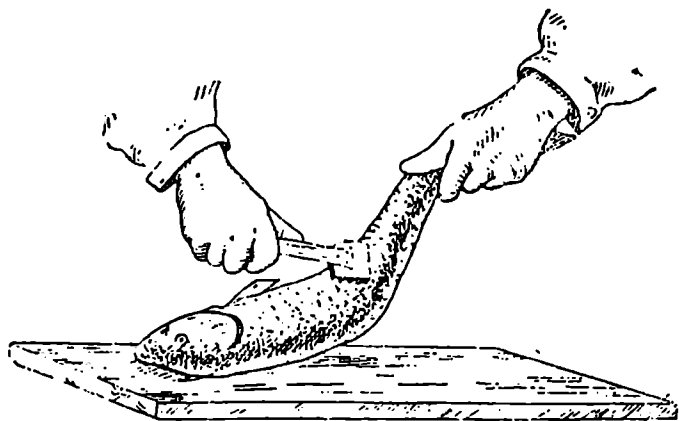
ქაშაყს რომ მეტი სინოყივრე მიეცეს, ის შეიძლება რძეში დაალბოთ.

ხრტილოვან-ჩონჩხიანი თევზები (გარდა ცქერინისა) ცხელ წყალში გაფუფქეთ და ფხებისა და ხორკლებისაგან გაწმინდეთ. გარს-ქერცლიანი თევზები (გარდა ორაგულისა) ცივ წყალში დაასველეთ და შემდეგ ქერცლისგან გაფხიკეთ და გაასუფთავეთ. სუფთაგარსი-ანი თევზი გამოწელეთ და შემდეგ ცივ წყალში გარეცხეთ.

თევზების დაუოფა და მათი დაფუფქვის წესი

ხრტილოვან-ჩონჩხიანი თევზები, გარდა ცქერინისა, ყველა ერთ-ნაირი წესით იყოფა და ნაწილდება. პირველად თევზს თავი მოაჭე-რით და შემდეგ ზურგის ხორკლები და ფარფლები ააჭერით, გა-მოწელეთ და კუდზე ისე გასერეთ, რომ წელა არ გაიჭრას, რომე-ლიც ერთბაშად უნდა გამოაცალოთ; დასასრულს სიგრძით სწორად შუაზე გაჭერით, შემდეგ თევზი გაფუფქეთ და ნახევარფაბრიკატი მოამზადეთ.

ქერცლოვანი თევზები ჯერ დანით გაფხიკეთ ქერცლისგან (სურ. 6) და შემდეგ დაამუშავეთ. მუცელი ფრთხილად გაჭერით,



სურ. 6. ქერცლის გაცლა

შიგნეული ისე ამოცალეთ, რომ ნაღველი არ გასკდეს. ზურგი ძვლებამდე გაჭერით (ფარფლებიდან დაწყებული ბოლომდე). ამის შემდეგ ხერხემალს რბილი ხორცი (სუკი) ააჭერით.

ფარგას პირველ რიგში ზურგის ფარფლები მოცალეთ, რადგან მასში ისეთი შხამიანი სითხეა მოთავსებული, რომელიც ახლომახ-ლო მდებარე ხორცის დაჩირქებას იწვევს.

თუ თევზი მოსახარშადაა განკუთვნილი, მაშინ გაუტყავებლად დაჭერით და ხერხემლის ძვალი მოაცალეთ. თუ თევზის ორთქლში მოხარშვა გასურთ, მაშინ ტყავი და ძვლები მოაშორეთ.

წვრილი ქერცლოვანი თევზები შეიძლება მთელ-მთელად შეამზადოთ ულუფისათვის. თუ ერთი ულუფისათვის დიდი, შუაზე უნდა გაჭრათ ისე, რომ ხერხემლის ძვალიც ორივე ნახევარს თანასწორად გაყვეს.

იმ შემთხვევაში, როცა გამოვიგნული და ღილებმოშორებული ქამბალა ან ქამბალას ჯიშის სხვა თევზი მოსახარშადაა მიჩნეული, შეგიძლიათ მათი გაუტყავებლად დაჭრა; თუ თევზი პურის ორცხობილაში უნდა ამოივლოს, მას ტყავი აუცილებლად გააცალეთ.

სუფთაგარსიანი თევზის დაზოგა-დანაწილება

სუფთაგარსიანი თევზებიდან მხოლოდ ლოქო იყოფა. ლოქომ ჯერ კუდის მხარე მოაჭერით, რომელიც წვრილ ნაჭრებად უნდა დაჭრათ, შემდეგ ააჭერით ხერხემლის რბილი ნაწილი (სუკი), ხოლო დანარჩენი ულუფებად დაჭერით.

სუფთაგარსიანი წვრილი თევზები, გამოწლვის შემდეგ, დანიშნულების მიხედვით, მთელ-მთელად დაამუშავეთ.

კიბო და კიბორჩხალა

საზოგადოებრივი კვების საწარმოებში კიბოსა და კიბორჩხალას მეტწილად ცოცხალი ან დაკონსერვებული სახით ღებულობენ. კიბო და კიბორჩხალა გარეგნულად ერთმანეთისაგან განსხვავდებიან: კიბო არის მოგრძო ტანის, გრძელთათებიანი და გრძელუღვაშა, ხოლო კიბორჩხალას მომრგვალო ტანი და ცხრა ფეხი აქვს. მოხარშვამდე ორივე მომწვანო ფერისაა, მოხარშვის შემდეგ კი წითელ ფერს ღებულობენ.

მოხარშული კიბოსა და კიბორჩხალას ხორცი (გარჩევის შემდეგ) შეიძლება იხმაროთ ცხელ და ცივ კერძებად და კერძებში; აგრეთვე გამჟვირვალე სუპებშიც.

კიბოს გამშრალი ძვლებისაგან შეიძლება მოამზადოთ წითელი კარაქი.

თევზის ნახმარშაბრიკატები

საპატლები მასის მომზადება

საკატლეტე მასის მოსამზადებლად შეარჩიეთ თეთრხორციანი უძელო თევზი (ფარგა, ლოქო, სვია, კეტა, ზღვის ქორქილა და სხვა).

დაჭრამდე თევზს ტყავი და ძვალი მოაშორეთ, პატარა ნაჭრებზე დაჭერით და ცივ რძეში ან წყალში დამბალი 2-3 დღის გამოცხვარი თებური პური შეურიეთ; შემდეგ ეს მთელი მასა (თევზი და პური) ხორცის საკვებ მანქანაში გაატარეთ, მას დანაყილი პილპილი მიუმატეთ და კარგად აზილეთ, რომ დაკეპილი მასა მაგარი არ გამოვიდეს; შემდეგ მარილი მოაყარეთ, მიეცით სათანადო ფორმა (კატლეტი, ბიტკი, შნიცელი, ზრაზი და სხვა), ამოავლეთ თეთრი პურის წმინდად დაფქულ ორცხობილაში და ნახევარფაბრიკატი მზად იქნება.

სურსათის ნორმა თევზის 1 კგ რბილეულზე: თეთრი პური 250 გ, რძე ან წყალი 300 გ, მარილი 20 გ, პილპილი 1 გ.

კატლეტის მასა გამოიყენეთ თევზში ჩასართავად 1 კგ მასაზე 50-100 გ უმად დანაყილი თავიანი ხახვისა და 1-2 გ ნიორის დამატებით.

თევზის გუფთის (კნელის) მასის მომზადება

კნელის მასის მოსამზადებლად უმჯობესია ახალი ფარგა, ქარიყ-ლაპია ან ორაგული. თევზის რბილეული (უძვლოდ და უტყაოდ) დაჭერით და ორჯერ გაატარეთ წმინდა საცრიან ხორცის საკვებ მანქანაში; დაკეპილს მიუმატეთ ცივ რძეში დამბალი 25 პროცენტი უქერქო თეთრი პური ან უმარილო ფენა ცომი, ერთმანეთში აურიეთ და მესამედ კიდევ გაატარეთ საკვებ მანქანაში. მიღებული მასა დანაყეთ ფილთაქვაში, გაატარეთ წმინდა საცერში, დაუმატეთ კვერცხის ცილა და განუწყვეტლივ თქვიფეთ, მას თანდათანობით მიუმატეთ ცივი რძე ან ნაღები და ბოლოს მარილი მოაყარეთ.

კარგად გათქვეფილი კნელის ნაჭერი ცივ წყალში უნდა ტივტივებდეს.

კნელის მასა შეგიძლიათ იხმართო კერძის — „კნელი საწებლის ქვეშ“ — მოსამზადებლად და აგრეთვე ჩასართავად.

სურსათის ნორმა 1 კგ თევზის რბილეულზე: თეთრი უქერქო პური 150 გ ან ფენა ცომი 100 გ, 4 ცალი კვერცხის ცილა, რძე 500 გ (პურის დასალბობად და მასაში მისამატებლად), მარილი 20 გ.

ხატილმოვანი თევზის ხეაზის („მოლმოკი“) ფარშმაკი

მოხარშულ ხეაზს მიუმატეთ მოხარშული და გაფცქენილი კარტოფილი და გასუფთავებული მარილიანი ქაშაყის რბილეული. ყველა ეს შემადგენლოც ერთმანეთში აურიეთ და ორჯერ გაატარეთ წმინდა საცრიან ხორცის საკვებ მანქანაში, რის შემდეგ მასის მთე-

ლი რაოდენობა ქვაბში ჩაუშვით. ჩაუმატეთ არაქანი, გამდნარი კარაქი, დაფხვნილი შვეიცარული ყველი; შეანელებთ საწებელი „იუჟენით“, შავი პილპილით და კარგად მოურიეთ, შემდეგ მიუმატეთ კვერცხის გათქვეფილი ცილა და კიდევ მოურიეთ. ამრიგად ერთი ულუფისათვის მომზადებული განსაზღვრული რაოდენობის ფარშმაკი კარაქწასმულ ტაფაში ჩადეთ, დაფხვნილი შვეიცარული ყველი მოაყარეთ და კარაქი მოაწვეთეთ.

სურსათის ნორმა 1 კგ ხვაშზე: კარტოფილი 250 გ, ქაშაყის რბილუი 125 გ, არაქანი 100 გ, კარაქი 50 გ, შვეიცარული ყველი 50 გ, საწებელი „იუჟენი“ 10 გ, კვერცხის ცილა 200 გ.

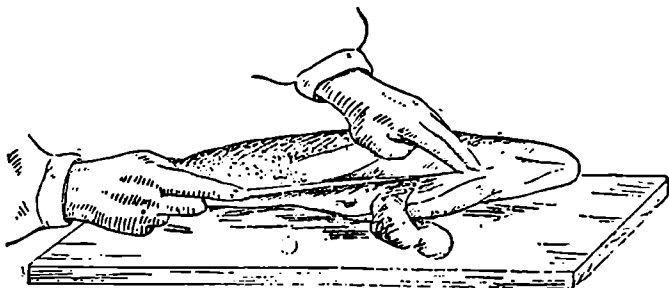
შენიშვნა. თევზის ხვაშის სუფლე იმავე წესითა და იმავე პროდუქტებისაგან მზადდება, როგორც ფარშმაკი, მხოლოდ ქაშაყის გამოკლებით და მოხარშული სტაფილოსა და ხახვის დამატებით.

ხრტილოვანი თევზის მომზადება ორცხოგილაში შესაწავაად

დაყოფილი, ტყავისა და ძვლებისაგან გასუფთავებული რომელიმე ხრტილოვანი ჯიშის თევზი ბრტყელ და ირიბ ნაჭრებად დაჭერით (ულუფაზე ორი ნაჭერი). დაჭრილი თევზი მდუღარე წყალში გათუთქეთ, რის შემდეგაც გარეცხეთ და ზედმეტი ნაწილები ჩამოაქერიეთ; შემდეგ მას მოაყარეთ მარილი, შავი პილპილი და ამოავლეთ ხორბლის თეთრ ფქვილში, ლიეზონში და ბოლოს თეთრი პურის დაფქულ ორცხოგილაში.

ჰერცლოვანი თევზის მომზადება ორცხოგილაში შესაწავაად

რომელიმე ჰერცლოვანი თევზი ორცხოგილაში ამოსავლებად პირველად გაფხიკეთ, ფარფლები და ძვლები მოაქერიეთ, გამოწვლეთ (სურ. 7), გარეცხეთ, კულინარული წესით დაყავით; ამის შემ-



სურ. 7. თევზის გამოწვლა

დღე იმ რაოდენობით დაჭერით, რომ ულუფაზე ორ-ორი ნაჭერი მოვიდეს, მოაყარეთ მარილი და შავი პილპილი; ამოავლეთ პურის ფქვილში, კვერცხის ლიეზონში და ბოლოს თეთრი პურის დაფქულ ორცხობილაში.

კალმახის, ნავაგისა და ფიჩხულის მომზადება ორცხობილაში შესაწვავად

კალმახი, ნავაგა და მდინარის სხვა წვრილი თევზი გაფხიკეთ, ლაყუჩები მოაცალეთ, გამოწელეთ, გარეცხეთ, მარილი მოაყარეთ, ამოავლეთ თეთრი პურის ფქვილში, ლიეზონში და ბოლოს თეთრი პურის დაფქულ ორცხობილაში. ულუფაზე გაეცით სამი ან ოთხი ცალი.

ხრტილოვანი თევზის მომზადება მოსახარშად

კულინარული წესით დაშლილი და გაფუფქული თართი, ზუთხი, სვია ზომიერი მოცულობით კანაფით შეყარით და მოსახარშად ქვაბში ჩააწყეთ. მასში ჩაყარეთ დაჭრილი ხახვი, სტაფილო, თეთრი ძირები, დაფნის ფოთოლი, მარილი, დაუმატეთ ძმარი, დაასხით ცივი წყალი ისე, რომ დაფაროს.

მარცლოვანი თევზის მომზადება მოსახარშად

კულინარული წესით გასუფთავებულ ფარგას ან სხვა მსგავს თევზს ხერხემლის ძვლიდან მთელი რბილი ხორცი ააჭერით, ამის შემდეგ ირიბ ნაჭრებად დაჭერით; ულუფაზე გაეცით ორ-ორი ნაჭერი.

ლოქოსა და ზანარის მომზადება მოსახარშად

დაკლული და გასუფთავებული ქანარი ან ლოქო კუდიდან თავამდე თხლად, ერთნაირი სისქის ნაჭრებად დაჭერით. მუცლის რბილი და თავი ზომიერ ნაჭრებად ცალკე დაჭერით, ხოლო ზურგის მონაჭერი მხარე შუაზე გაყავით და თხლად დაჭერით.

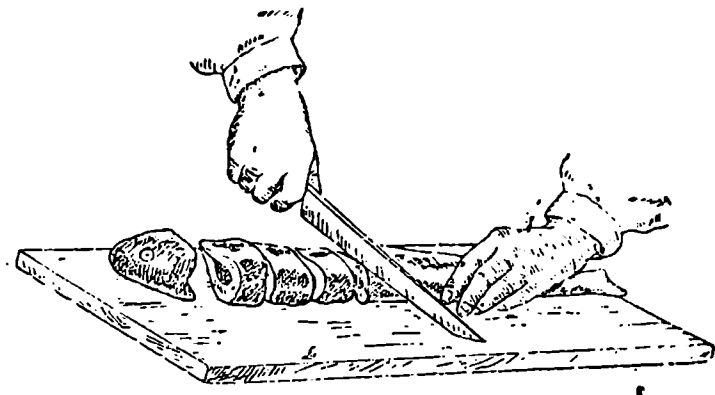
ხრტილოვანი თევზის მომზადება მოსახარშად

დაშლილი და გარსისაგან გასუფთავებული ხრტილოვანი ჩონჩხიანი თევზები (თართი, ზუთხი, სვია, თორეჯი) შუაზე გაჭერით, ზურგის ხრტილები ააჭერით და ისე დაჭერით, რომ ულუფად გაიცეს ორ-ორი ბრტყელი ნაჭერი; შემდეგ მდუღარე წყალში გათუთქეთ, ცივ წყალში გარეცხეთ და ზედმეტი ნაწილები ჩამოაჭერით.

თანასწორ ნაჭრებად დაჭრილი თევზი კარაქქასმულ ქვაბში ჩაალაგეთ. მოაყარეთ მარილი, დაჭრილი ხახვი, სტაფილო და თეთრი ძირები; დააწურეთ ლიმონი, ჩაუმატეთ კარაქი და ერთ ულუფაზე დაასხით 25 გრამი თევზის ნახარში წვენი ან წყალი.

ჰერცოგინი თევზის მომზადება ორთქლში მოსახარშად

ფარგას ან სხვა გარსფურცლიან თევზს ხერხემლის ძელიდან რბილი მთლიანად ააჭერით, კანი მოაცალეთ, მუცლის ძვლები ამოაჭერით და შემდეგ ირიბ ნაჭრებად ისე დაჭერით, რომ ულუფაზე



სურ. 8. თევზის დაყოფა

ორ-ორი ნაჭერი გაიცეს (სურ. 8); მარილი მოაყარეთ და ჩაალაგეთ კარაქქასმულ ძირგანიერ დაბალ ქვაბში, შემდეგ მოაყარეთ მრგვლად დაჭრილი ხახვი, სტაფილო და თეთრი ძირები, დააწურეთ ლიმონი და ჩაუმატეთ კარაქი. ერთ ულუფაზე დაასხით 25 გ თევზის ნახარში.

თევზის ნახევარფაბრიკატების შენახვა

თევზის ნახევარფაბრიკატები აუცილებლად უნდა ინახებოდეს მაცივარ-კარადაში ან აბაზანაში ყინულზე.

დამუშავებული მთელ-მთელი თევზი და მისი მსხვილი ნაჭრები

ალუმინის ან მომინაქრებულ ხონჩაზე ერთ ფენად დაწყობილი, 8° ტემპერატურის პირობებში, 12 საათის განმავლობაში შეინახება.

ულუფებად დაქრილი ერთ ფენად დაწყობილი თევზი ამავე პირობებში 6 საათის განმავლობაში შეინახება, ხოლო ფქვილში, დაფქულ ორცხობილაში ან ლიეზონში ამოვლებული ნაპრები — 24 საათის განმავლობაში.

შეუნელებელი საკატლეტე მასა ხონჩებზე 5 სანტიმეტრის ფენად დაწყობილი, 8° ტემპერატურის პირობებში, 2-3 საათის განმავლობაში შეინახება, ხოლო საკატლეტე მასის ნახევარფაბრიკატები, 6° ტემპერატურის პირობებში, არა უმეტეს 12 საათისა.

თევზის ნარჩენებისა და ანაჰრების გაშოშენება კერძებში და ბარნირებად

თევზის კულინარული წესით დაშლისა და დაყოფის შემდეგ რჩება კვებისათვის გამოსადეგი ნარჩენები, სახელდობრ: თავი, კუდი, ძვლები, ტყავი, ხვაში (თევზის თესლი), ქვირითი, წელა, ქერცლი და სხვ.

თევზის ძვლები, კანი და ფრთები შეიძლება გამოიყენოთ თევზის წვენი (ბულიონის) მისაღებად.

ხრტილოვანი თევზის თავს ლაყუჩები მოაცილეთ, გარეცხეთ, გაფუფქეთ და დაყოფის შემდეგ გამოიყენეთ კერძებისათვის.

ბულიონის მოხარშვის შემდეგ თავიდან და ძვლებიდან მოშორებული რბილი ნაწილები და წელა შეიძლება გამოიყენოთ თევზის „რასტეგაიში“, „კულებიაკში“, სალათებში, ვინეგრეტებში და სხვ. ჩასართავად წელა წინასწარ კარგად გარეცხეთ, ორი-სამი საათის განმავლობაში ცივ წყალში დაალებეთ და შემდეგ სამი-ოთხი საათის განმავლობაში ხარშეთ. წელა თუ გინდათ დიდი ხნით შეინახოთ, გააშრეთ. ასეთი წელა ხმარების წინ ცივ წყალში დაალებეთ, სანამ გაიბერებოდეს.

ხვაში შეიძლება გამოიყენოთ თევზის მარინადში, ვინეგრეტში, „ფარშმაკში“ და სხვაგან.

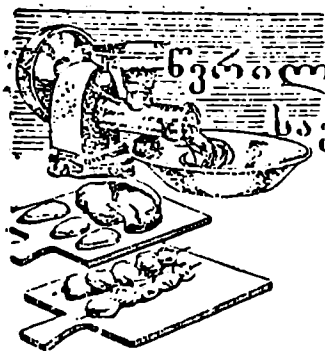
ქვირითი, მოხარშვისა და სათანადოდ შეზავების შემდეგ, შეიძლება გამოიყენოთ ცივ კერძად ან შეამზადოთ კვერცხით და შეწვათ. უმი ქვირითი გამოიყენეთ თევზის ნახარშის (ბულიონის) დასაწმენდად.





ქერცლი გარეცხეთ, ცივი წყალი დაასხით (ერთ კგ ქერცლზე 3 ლიტრი) და ორი-სამი საათის განმავლობაში ნელ ცეცხლზე ადუღეთ. ხანგრძლივი დუდილის შემდეგ ბულიონი მღვრიე ფერს მიიღებს, ამიტომ გაწურეთ და ქვირითით ან კვერცხის ცილით დაწმინდეთ. გაცივების შემდეგ ბულიონი გასქელდება და შეიძლება გამოიყენოთ თევზეულის კერძებში ელეს (წებოს) მაგიერად.





ნკრილფესა და მსხვილფესა საქონლის ხორცი

საზოგადოებრივი კვების სა-
წარმოებში ხორცი შეაქვთ ახალი,
გაცივებული, გაყინული და გამო-
ნაკლის შემთხვევაში, დამარილე-
ბული.

მსხვილფესა საქონელი ნაკლავის სახით საწარმოში შეაქვთ
მთლიანი, ნახევარი ან მეოთხედი სახით, ღორი და ხბო—მთლიანი
ან ნახევარხ, ცხვარი—მთლიანი.

ხორცს აუცილებლად უნდა ჰქონდეს დალი შეხორცებისა და
სანიტარული დათვალიერების გავლის შესახებ.

გაცივებული ხორცის პირველადი დამუშავების ძირითადი პრო-
ცესებია: 1) ჩამორეცხვა და გაშრობა; 2) დაჩეხვა და ძელისაგან
ხორცის მოშორება; 3) გასუფთავება და დახარისხება; 4) ნახევარ-
ფაბრიკატების მომზადება.

გაყინული ხორცის დამუშავება იმავე წესით ხდება, როგორც
გაცივებულის, მაგრამ ის წინასწარ უნდა გააღლოთ. დამარილებუ-
ლი ხორცი პირველად დამუშავებამდე უნდა დააღებოთ.

ხორცის გაღლიზა, ჩამორეცხვა და გაშრობა

გ ა ლ ღ ბ ა. გაყინულ ხორცს სიღრმეში მინუს 5-დან 7°-მდე
ტემპერატურა აქვს.

ხორცის გაყინვის დროს კუნთოვანი ქსოვილების უჯრედებიდან
გამოიყოფა ხორცის წვენი, რომელიც უჯრედებშია სივრცეში იყი-
ნება. ხორცის ნელი გაღლიზა როცა ხდება, ხორცის წვენი, მასში
გახსნილი კვებითი ნივთიერებებით, უჯრედების მიერ ნაწილობრივ
უკანვე შთანთქმება. წვენის რაოდენობა, რომელსაც უჯრედები
შთანთქავენ, დამოკიდებულია გაღლიზის წესების გამოყენებაზე.

ჰაერზე ხორცის გაღებობა ყველაზე უკეთესია მთელი ნაკლავის ნახევრის ან მეოთხედის. ნელი გაღებობის დროს კუნთების ბოჭკოები თითქმის მთლიანად შეიწოვენ გამოყოფილ ხორცის წვენს და ამით თითქმის მთლიანად აღადგენენ თავიანთ პირვანდელ ღირსებას. თუ ხორცის გაღებობა სწორად მოხდა, იგი თითქმის არაფრით არ განსხვავდება გაცივებულისაგან. სწორად გაღებობის შემთხვევაში ხორცი წვენის 10 პროცენტამდე კარგავს და ხდება მაგარი, ნაკლებ ნოყიერი და უგემური. ხორცის წყალში გაღებობა არ დაიშვება, რადგან მინერალური მარილების, ცილების, ნახშირბადისა და ვიტამინების ნაწილი წყალში გადადის, რის გამოც ხორცის კვებითი ღირსება კლებულობს, ხოლო მისი გემო უარესდება.

საზოგადოებრივი კვების საწარმოებში ხორცი უნდა გააღებონ საწყობებისა და საკუქნაოების კამერებში, სადაც ტემპერატურა $6-8^{\circ}$ უნდა იყოს. ამ შემთხვევაში ხორცი დღენახევარ-სამი დღეღამის განმავლობაში ჩანგლებზე უნდა დაიკიდოს ან ცალ ფენად გაიშალოს ხის ხარიხებზე. ხორცის სწორად გაღებობის დროს ხორცის წვენის დაკარგვა არ აღემატება 0,5 პროცენტს (ხორცის წონასთან შედარებით).

ჩ ა მ ო რ ე ც ხ ა. საზოგადოებრივი კვების მსხვილ საწარმოებში ხორცის ჩამორეცხვა სპეციალურ სამრეცხაო სათავსოებში ხდება. ჩანგალზე ჩამოკიდებულ ხორცს ჯაგრისით და შხაფებით ჩამორეცხავენ. საშუალო და წვრილი ოდენობის საწარმოებში დამუშავების წინ ხორცს ჩამორეცხავენ აბაზანებში (ძროხას — მეოთხედებამდე დაქრილს, ცხვარს, ღორს ან ხბოს — მთლიანად ან შუაზე გაჭრილს). ხის ხარიხაზე დადებულ ხორცს წყალს დაასხამენ, დანით სწმენდავენ და ძალიან გაქუქყიანებულ ადგილებს ბალახის ჯაგრისით ასუფთაებენ, ხოლო დაღის ადგილებს ამოჭრიან.

გ ა შ რ ო ბ ა. დამუშავების დროს ხორცი ხელიდან რომ არ გაცურდეს და გარდა ამისა, უფრო მალე და ადვილად რომ დამუშავდეს, ხორცს აშრობენ. გასაშრობად ხორცს ხის ხარიხებზე აწყობენ, რომელთაც აბაზანებზე დგამენ.

საქონლის ნაკლავის დაყოფა, კულინარული დანაწილება და დამუშავება

საქონლის ნაკლავის კულინარული დანაწილება მკვეთრად განსხვავდება საეპიკრო დანაწილებისაგან. ნაკლავის კულინარული დამუშავების შემდეგ მიიღება რბილი ნაჭრები და ცალკე ძვლები. რბილი ნაჭრები უნდა გასუფთავდეს და დახარისხდეს შემდგომი კულინარული გამოყენებისათვის.

ნაკლავი მაგიდაზე დადეთ და წინა და უკანა ნაწილებად დაყავით. ამისათვის რბილელი გაჭერით უკანასკნელ მეცამეტე ნეკნის გასწვრივ ნაკლავის ორივე მხარეს და გაყავით ხერხემლის ძვალი მე-13 და მე-14 სახსარს შუა. დაყოფის ამ წესით წინა ნაწილს ყველა ნეკნი გაყვება და არ დაზიანდება ტანის ყველაზე უფრო ძვირფასი ნაწილი — ამონაჭერი (ზურგის შიდა დიდი კუნთი, რომელსაც კულინარიში სუკი ეწოდება).

ნაკლავის წინა ნაწილის დაყოფა-დანაწილება და დამუშავება. ნაკლავის წინა ნაწილი მაგიდაზე დადეთ, მარცხენა ხელით ფეხი აიღეთ, ბეჭი გადასწიეთ და განსაზღვრული კონტურით მოაჭერით მას. შემდეგ მეორე ბეჭი მოაჭერით. ბეჭების შემდეგ ხერხემლის უკანასკნელ სახსართან კისერი მოაჭერით. ნაკლავის დარჩენილი ნაწილი ხერხემლის ძვლის სიგრძეზე ორად გაყავით, რისთვისაც წინასწარ მკერდის ძვალი შუაზე გააპეთ. მიღებული ნაწილებიდან მკერდი ნეკნების ძვლებითა და ხრტილით (ძვლების ხრტილად გადასვლის ხაზზე) მოსჭერით, ხოლო დარჩენილი ნაჭრებიდან რბილელი მთლიანად ააჭერით.

ბეჭი მაგიდაზე გარეთა მხრიდან დადეთ, ხორცი ააჭერით და არტალა მოაჭერით.

სპეციალური დანით კისრის ხერხემლიდან ხორცი მთლიანად ააჭერით. ნაკლავის წინა ნაწილის კულინარული წესით დაყოფისას შემდეგი ნაჭრები მიიღება: კისერი, ბეჭი, ზურგი, სქელგვერდიანი მხარე, შუა გვერდი, არტალა და აგრეთვე მკერდი ძვლებით, ხერხემლისა და ნეკნების ძვლები, კისრის ხერხემალი, მხრების, იდაყვისა და სხვიის ძვლები.

ნაკლავის უკანა ნაწილის დაყოფა-დანაწილება და დამუშავება. მაგიდაზე დადებული ნაკლავის უკანა ნაწილი ზურგის ხერხემლის მხრიდან სიგრძეზე ორ ნაწილად გაყავით ისე, რომ ამონაჭერი (სუკი) არ დაზიანდეს, რომელიც ხერხემლის შიდა ნაწილში ორივე მხარეზეა მოთავსებული; სუკი დანით ამოაჭერით, ამის შემდეგ ამოაჭერით უწვიმარა და ხერხემლის ძვლიდან რბილელი ააჭერით.

უკანა ფეხის დამუშავება შემდეგნაირად მოახდინეთ: ფეხი შიდა ნაწილით ზემოთ დადეთ, მას ჯერ მენჯის ძვალი ამოაჭერით, შემდეგ ბარძაყის ძვალზე რბილელი ფენებად დასერეთ და ფეხის შიდა ნაწილი ამოაჭერით, შემდეგ ამოაჭერით წვივის ძვალი, ხოლო რბილელი ფენებად დაჭერით — გვერდის, ზედა და ქვედა ნაწილებად. უკანა ფეხს არტალა მოაჭერით.

ნაკლავის უკანა ნაწილის დაყოფის შემდეგ მიიღება: ამონაჭერი (სუკი), თხელი მხარე (სათბილო), შუა გვერდები, უწვიმარა, არტალა და უკანა ფეხის ოთხი ნაწილი (გარეთა, გვერდითა, ზედა და შიდა), აგრეთვე ხერხემლისა და წვივის ძვლები.

ამრიგად, მსხვილფეხა საქონლის ნაკლავის კულინარული დანაწილების შემდეგ 13 ნაწილი მიიღება (სურ. 9): ამონაჭერი (სუკი). უკანა ბარკლის ზედა ნაწილი, უკანა ბარკლის გარეთა ნაწილი, უკანა ბარკლის შიგნითა ნაწილი (ვაშლა), თხელი მხარე (სათბილო), შუა გვერდი, უწვიმარა, ზურგის სქელგვერდებიანი მხარე (ჩალაღაჯი), მკერდი, ბეჭი (წინა ფეხის), კისერი და არტალა.

მსხვილფეხა საქონლის ხორცი თავისი ღირსების მიხედვით ოთხი სახისაა: უმაღლესი, პირველი, მეორე და მესამე. უმაღლეს ხარისხს ეკუთვნის ამონაჭერი (სუკი); პირველ ხარისხს — სათბილო და ზურგის სქელგვერდებიანი მხარე; მეორე ხარისხს — ბარკალი, ბეჭი (არტალების გამოკლებით), მკერდი და შუა გვერდები; მესამე ხარისხს — კისერი, უწვიმარა, პურტები, ანაჭრები, წინა და უკანა არტალა.

გარდა ამისა, არის კიდევ სუბპროდუქტები: თავ-ფეხი, ჭიგარი, ტვინი, ენა, თირკმელები, ღვიძლი, გული, თირკმელების ქონი, ფაშვი, ფეხები, კული და სხვა.

მსხვილფეხა საქონლის ხორცის ნაწილების შესაფარისი დანიშნულებით გამოყენება

როგორც აღვნიშნეთ, მსხვილფეხა რქოსანი საქონლის ხორცის ნაწილები ერთმანეთისაგან განსხვავდებიან როგორც ღირსებით, ისე გემოვნებითაც. ამიტომ ცალკეული ნაწილებისაგან შესაფერისი ხარისხის საკმელი მზადდება.

სუკისაგან მზადდება რჩეული კერძები: ბიფშტექსი, სუკი, ლანგეტი, სუკის მწვადები (შამფურზე), ბეფსტროგანოვი და სხვა.

სათბილოსაგან მზადდება: რომშტექსი, როსტბიფი, ანტრეკოტი და სხვა.

ვაშლასაგან შეიძლება მომზადდეს გულიაში, სალიანკა, აზუ, შნიცელი და სხვა.

თქმოს რბილისაგან მზადდება ორთქლსა და ცხიმში მომუშუი და მოხარშული ხორცი, ჰაერლუმელში გამოყვანილი ბრეზირებუ-ლი ხორცი და სხვა.



სურ. 9. მსხვილფეხა საქონლის ნაკლავის კულისნარული დანაწილების სქემა:

1. ამონაპერი—სუკი, 2. უკანა ბარკლის ზედა ნაწილი—თეძო, 3. უკანა ბარკლის გარეთა ნაწილი, 4. უკანა/ბარკლის გვერდითი ნაწილი, 5. უკანა ბარკლის შიდა ნაწილი — ვაშლა, 6. სხელი მზარე—სათბილო, 7. შუა გვერდი, 8. უწეიმარა, 9. ზურგის სქელგვერდებიანი მზარე — ჩალაფი, 10. ბეკარი, 11. ბეკი (წინა ფეხის), 12. კისერი,

13. არტალა

ბარკლის რბილისაგან მზადდება ბუღში მოშუშული და მოხარშული ხორცი; წინა მხრის გვერდებიანი ზუგისგან მზადდება ძვლიანი შემწვარი ხორცი (ანტრეკოტი) და სხვა რბილი ხორცი.

მკერდი შეიძლება გამოყენებული იქნას ხარჩოში, ხორციანი ახალი ლობიოს, წვნიანი კერძების და სხვათა დასამზადებლად.

ბეჭი მთლიანად მოიხარება და ასევე ეწოდება „მოხარშული ბეჭი“, მას წვნიან კერძებშიც იყენებენ.

არტალა შეიძლება გამოყენებული იქნას როგორც მოხარშული, ისე დაკეპილი — გამჟღავნებელ ნახარშის დასაწმენდ მასალად.

პურტები და უწვიმარა მკერდთან ერთად შეიძლება გამოყენებული იქნას ხარჩოში, აგრეთვე დაკეპილებში.

კისრის რბილებისა და სხვა რბილი ანაკრების გამოყენება შეიძლება დაკეპილში, აგრეთვე ხორცის ჩასართავის (ფარშის) მოსამზადებლად. როგორც მოშუშულად, ისე უმად.

სუბპროდუქტებიდან — ღვიძლი შეიძლება გამოყენებული იქნას დიეტურ კვებაში როგორც პირველ, ისე მეორე კერძებში.

ტვინი და ენა გამოიყენება მეორე კერძად.

კუდი და თავის (ყბების) ხორცი გამოიყენება რაგუსათვის და სხვა ამგვარი საკმლისათვის.

მსხვილფეხა საქონლის ხორცის ნახევარფაბრიკატები

მსხვილფეხა საქონლის — ძროხის ან ხარის მთლიანი ნაკლავის კულინარული წესების დაცვით, დაშლის შემდეგ, ცალ-ცალკე თითოეული ნაჭრისაგან მოამზადეთ ნახევარფაბრიკატები;

ბიფშტექსი — ძარღვისაგან გაწმენდილი სუკის შუა ადგილიდან ამოკერით, ულუფაზე ერთი ნაჭერი. იგი საბეგვით ოდნავ გააბრტყელეთ, რომ ბიფშტექსი მრგვალი ფორმისა გამოვიდეს.

სუკი — ძარღვებისაგან გაწმენდილი სუკის შუა ადგილიდან ამოკერით, ულუფაზე ორი ნაჭერი, ის საბეგვით ოდნავ ისე უნდა გააბრტყელოთ, რომ მრგვალი ფორმა მიიღოს.

ლანგეტი — ძარღვებისაგან გაწმენდილი სუკის შუა ადგილიდან ამოკერით. ულუფაზე ორი-სამი ნაჭერი, ისიც საბეგვით ოდნავ გააბრტყელეთ ისე, რომ ყოველი ნაჭერი მრგვალი ფორმისა გამოვიდეს.

სუკი შამფურზე შესაწვავად ძარღვებისაგან გაწმენდილი სუკის ბოლო მხრიდან ააჭერით — ულუფაზე ერთი ნაჭერი.

ანტრეკოტი — ძროხის წინამხრის გვერდებიანი ზურგის სქელი ნაწილიდან გამოჭერით, ულუფაზე ერთი ნაჭერი, ულუფას ერთი ძვალი უნდა გააყოლოთ. იგი დაწესებული ფორმით გამოჭერით, საბეგვით ოდნავ გააბრტყელეთ და ზედმეტი ნაწილები ჩამოაჭერით. შემზადებულ ანტრეკოტს შეწვის წინ მარილი მოაყარეთ.

რომშტექსი — ძარღვებისაგან გაწმენდილი ძროხის სათბილო-დან ან სუკიდან გამოჭერით, ულუფაზე ერთი ნაჭერი — ირიბი ფორმისა. ის საბეგვით შესაჯერისად გააბრტყელეთ, შეასწორეთ და ზედმეტი ნაწილები ჩამოაჭერით. შეწვის წინ მარილი და დაფქული შავი პილპილი მოაყარეთ; მეორენაირად — იმავე ფორმით გამოჭრილი და შემზადებული ხორცი შეიძლება კვერცხის ლიეზონში და დაფქულ თეთრი პურის ორცხობილაში ამოავლოთ და შეწვათ.

ბეფსტროგანოვი (ხორცი სტროგანოვისებურად) — ძარღვებისაგან გაწმენდილი სუკის ხორცისგან დაჭერით, უმჯობესია თითო ულუფისათვის სუკის თავიდან და ბოლოდან თითო ნაჭერი მოიჭრას. იგი საბეგვით გაათხელეთ და წვრილად ოთხი სანტიმეტრის სიგრძით დაჭერით, შემდეგ მას მარილი და დაფქული შავი პილპილი მოაყარეთ, მოხრაკვის წინ ოდნავ დაზილეთ.

როზზრატი — ძარღვებისაგან გაწმენდილი სუკიდან მოჭერით, ერთი ულუფისათვის საჭიროა განსაზღვრული წონის სამი ნაჭერი (ლანგეტის მსგავსი), ის საბეგვით მრგვლად გააბრტყელეთ, შეწვის წინ მარილი და დაფქული შავი პილპილი მოაყარეთ.

აზუ — უმჯობესია ძარღვებისაგან გაწმენდილი მსხვილფეხა საქონლის სუკიდან ან უკანა ფეხიდან მოჭრათ. ხორცი დაჭერით ბეფსტროგანოვის ხორცზე მსხვილად, თითო ნაჭერი 10 გრამი წონის, მოხრაკვის წინ მოაყარეთ მარილი, დაფქული შავი პილპილი და ოდნავ დაზილეთ.

შტუფატი — უმთავრესად ძროხის სათბილოსაგან შეგიძლიათ მოამზადოთ, რომელიც ძარღვებისაგან უნდა გაწმენდოთ, შემდეგ საბეგვით გააბრტყელეთ 1,5 სანტიმეტრის სისქემდე, ახლად დაჭრილი ნიორი და სტაფილო ჩადეთ, მარილი მოაყარეთ, რუელტად შეახვიეთ და კანაფით შეკარით.

გულიაში — ვაშლას რბილი ხორციდან მოამზადეთ, ხორცი ოთხკუთხედ ნაჭრებად დაჭერით, თითო ნაჭერი 20 გრამი წონისა უნდა იყოს, ერთ ულუფაზე 6-8 ნაჭერი. მოხრაკვის წინ გულიაშის დაჭრილ ხორცს მარილი, დაფქული შავი პილპილი მოაყარეთ და ოდნავ დაზილეთ.

ბუღში მოშუშული ხორცი — მთელი ნაჭერი ხორცისგან მზად-

დება; თითო ნაჭერი წონით, დაახლოებით, ერთი კილო უნდა იყოს. ამისათვის უმჯობესია ვაშლას, თეძოს ან ბარკლის რბილი ხორცი. მოსაშუშად ჩაწყობის წინ მას მარილი მოაყარეთ და დაზილეთ. ჩააწყეთ სქელძირა დაბალ ქვაბში. დააყარეთ ვასუფთავეებული და დაჭრილი ხახვი, სტაფილო, თეთრი ძირები, დაფნის ფოთოლი და დაასხით ცხიმო.

სათბილო (როსტბიფი) — შესაწავად მსუქანი ხორცისგან შეარჩიეთ. ერთი მთელი ნაჭერი სიგრძით დაახლოებით 30-35 სანტიმეტრი, სიგანით 20-22 სანტიმეტრი უნდა იყოს. მას შეწვის წინ ზურგის ძარღვები და შიგნითა თხელი ძვლები ააჭერით და ზედმეტი ნაწილები ჩამოაჭერით. ამის შემდეგ მარილი მოაყარეთ და შეწვიეთ.

შაჰარლუმელში მოყვანილი ხორცი

შაჰარლუმელში მოყვანილი ხორცის ნახევარფაბრიკატის მოსამზადებლად შეარჩიეთ ძროხის რბილი ნაწილი, ვაშლა ან თეძოს რბილი, რაც ბრტყელ ნაჭრებად დაჭერით და თხლად დაბეგვეთ. ამის შემდეგ გამოიყვანეთ მრგვალი ფორმის, ერთ ულუფაზე ორიერთნაირი ზომის ნაჭერი, მოაყარეთ მარილი და დაფქული შავი პილპილი, შეწვის წინ თეთრი პურის ფქვილში ამოავლეთ.

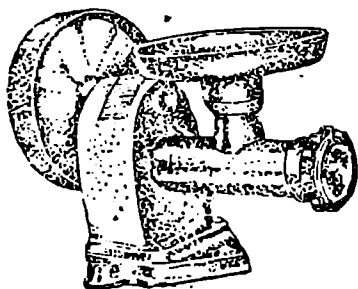
მეორე თავი კერძისათვის მოსახარში ხორცი. ძროხის ერთი მთლიანი მსუქანი ნაჭრიდან უნდა გამოიჭრას. ამისათვის უკეთესია თეძოს ან ბარკლის რბილი, მისი წონა ერთ კგ-მდე უნდა იყოს.

მწვანე პარკი-ლობიოსათვის უმჯობესია ძროხის მკერდი, ერთ ულუფაზე 4-5 ნაჭერი, წონით თითო ნაჭერი 30-35 გრამი უნდა იყოს; ხორცს მოშუშვის წინ მარილი და დაფქული შავი პილპილი მოაყარეთ.

ძროხის ხორცის დაგეგვილი ხვეშლა

ძროხის რბილი ხორციდან (უმეტესად სათბილოდან. თეძოს რბილიდან ან ვაშლადან) ფართო და ბრტყელი ნაჭრები აჭერით. თითოეული ნაჭერი თხლად დაბეგვეთ და მერე ერთმანეთს გადააბით ისე, რომ დაბეგვილი ხორცის სიგრძე ორმოცი სანტიმეტრი და სიგანე ოცდაათი სანტიმეტრი იყოს. შემდეგ მოაყარეთ მარილი და დაფქული შავი პილპილი, წაუსვით კვერცხი, მოაყარეთ დაკეპილი ხახვი, ნიორი, სტაფილო და თეთრი ძირები იმდენი, რომ ხორცი დაიფაროს. მერე დაახვიეთ სიგრძეზე და შეკარით წვრილი კანაფით.

კატლეტისა და ბიტკის ნახევარფაბრიკატი და დაკეპილი ერთი და იმავე წესით მზადდება; მათ დასამზადებლად უმჯობესია ძროხის ხორცის კისრის რბილი და აგრეთვე რბილი ანაკრები; ხორცი ძარღვებისაგან გაწმინდეთ, დაჭერით პატარ-პატარა ნაჭრებად (50-100 გ), შემდეგ ხორცის საკებ მანქანაში გაატარეთ (სურ. 10), ან ხელით წვრილად დაკეპეთ, მიუმატეთ კვერცხი და ცივი რძეში ან წყალში დამბალი ორი დღის გამომცხვარი თეთრი პური; ერთმანეთში კარგად აზილეთ და კვლავ გაატარეთ ხორცის საკებ მანქანაში; ამის შემდეგ მარილითა და დაფქული შავი პილპილით შეანელეთ. მიღებული მასა რძით ან ცივი წყლით კარგად დაზილეთ, რათა დაკეპილი მაგარი არ გამოვიდეს. იმ შემთხვევაში, თუ ხორცი მკლეა,



სურ. 10.
ხორცის საკები მანქანა

მიუმატეთ შინაგანის ცხიმი (ხორცის წონის 5—10%/კ). ამ მასისაგან მოგრძო ფორმის წვეტიანი კატლეტი შეამზადეთ, ამოავლეთ თეთრი პურის დაფქულ ორცხობილაში. ბიტკი ასეთივე დაკეპილი ხორცისაგან მოამზადეთ, მრგვალი ფორმის, ერთნახევარი სანტიმეტრი სისქისა და თეთრი პურის დაფქულ ორცხობილაში ამოავლეთ. ულუფაზე როგორც კატლეტი, ისე ბიტკი, ორი ცალი გაიცემა.

ხვეულა და დაკეპილი შნიცელი

ძროხის ხორცი საკებ მანქანაში გაატარეთ და ისეთივე წესით შეაზავეთ, როგორც კატლეტის ან ბიტკის დაკეპილი. შნიცელის და ხვეულას დაკეპილი შედარებით მაგარი უნდა იყოს. ამისათვის დამბალი თეთრი პური უფრო ნაკლები რაოდენობით აურიეთ; შეამზადეთ მოგრძო თხელი ფორმის კვერებად, ულუფაზე ორი ცალი და თეთრი პურის დაფქულ ორცხობილაში ამოავლეთ. ხვეულა მოგრძო უნდა იყოს; მას შერჩეული სართი ჩაურთეთ, ზევიდან დაფხვნილი შვეიცარული ყველი და თეთრი პურის დაფქული ორცხობილა მოაყარეთ, კარაქი მოასხით და ჰაერლუმელში შეწით. საკატლეტე მასისაგან მზადდება აგრეთვე დაკეპილი ზრახი და ტეფტელი.

სურსათის ნორმა 1 კგ რბილ ხორცზე (ნეტო): თეთრი პური 250 გ, რძე ან წყალი 300 გ, მარილი 20 გ, დაფქული პილპილი 1 გ.

სურსათის ნორმა 1 კგ ძროხის ხორცზე ძვლებით (ბრუტო): თეთრი პური 180 გ, რძე ან წყალი 220 გ, მარილი 15 გ, დაფქული პილპილი 0,7 გ.

მსხვილფეხა საქონლის გულის მომზადება გულიანოსათვის

მსხვილფეხა საქონლის გული გარეცხეთ და ერთნაირი ზომის (ოთხკუთხედ) ნაჭრებად დაჭერით. ამრიგად დაჭრილი გული მდურარე წყალში გათუთქეთ და მერე, მომუშვამდე, თბილ წყალში გარეცხეთ.

ჩასართავისათვის მსხვილფეხა საქონლის ფილტვების

მომზადება

მსხვილფეხა საქონლის ფილტვები მოხარშვამდე ცივ წყალში გარეცხეთ, ქვაბში ჩაუშვით, ზემოდან მძიმე სუფთა ტვირთი დაადეთ. რომ არ ამოტივტივდეს. მოხარშული დაჭერით და ხორცის საკეპ მანქანაში გაატარეთ. ამრიგად მომზადებული ფილტვები შეზავებამდე ცხიმში მოშუშეთ.

მსხვილფეხა საქონლის ძვლების გამოყენება

მსხვილფეხა საქონლის მთლიანი ნაკლავის კულინარული წესით. პირველადი დამუშავებისა და დაყოფის შემდეგ რჩება ძვლები, რომლებიც სამ ხარისხად იყოფა: პირველ ხარისხს ეკუთვნის ცხიმოვან-შაქროვანი ძვლები; მეორე ხარისხს — ხერხემლის ძვლები; მესამე ხარისხს — კისრის, გვერდებისა და თავის ძვლები. კულინარული დაყოფის შემდეგ ძვლები წვრილ ნაჭრებად მექანიკური მანქანა-ხერხით ან ცულით დაჭერით ისე, რომ ქსოვილები გამოჩნდეს, რათა უკეთ გამოიხარშოს. შაქროვან ძვლებს თავები ისე წააჭერით, რომ შუა ტანი მთელი დარჩეს. ცულით ჩეხვის დროს ძვლებს 1-3 პროცენტამდე დანაკარგი აქვს, ხოლო მანქანით დამუშავების დროს — 0,5-0,75 პროცენტი. საერთოდ ძვლებს დიდი კვებითი მნიშვნელობა აქვს; მათგან ნოყიერი და გემრიელი ნახარში მიიღება.

წვრილფეხა საქონლის ნაკლავის კულინარული დაყოფა

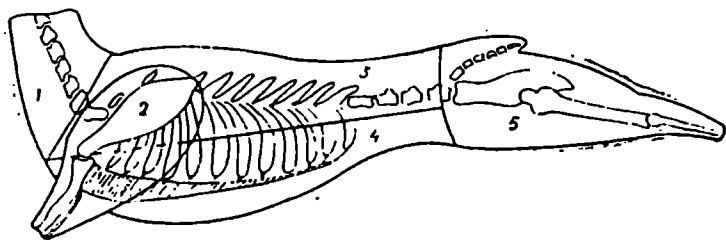
და დამუშავება

ცხვრისა და ხბოს ნაკლავის დაყოფა წინა და უკანა ნაწილებად. ნაკლავი მაგიდაზე დადეთ და შუაზე გაჭერით წინა და უკანა ნაწილებად. ნაკლავის წინა ნაწილს ბეჭი და კისერი ისევე მოაჭერით, როგორც ძროხას. ნაკლავის დარჩენილ წინა ნაწილს ხერხემ-

ლის ორივე მხრიდან რბილესი გაუქვრით, რომელიც ზერხემლის შენაერთის ფუძესთან გადაჩეხეთ და უკანასკნელი მოაშორეთ. შემდეგ მკერდის ძვალი გაჩეხეთ, რბილესი გაქვრით და სიგრძეზე ორ ნაწილად გაყავით. მიღებული ნაწილი შიდა მხრიდან ზევით მაგიდაზე დადეთ და ნეკნებზე დანით ნიშანი გაუქეთეთ, რომ ზურგის ნაწილს (კორეიკა) მთელი სიგრძის მანძილზე ერთნაირი განაჰქონდეს. ამის შემდეგ ნეკნები გაჩეხეთ და ზურგს მკერდი მოაშორეთ. ამრიგად, როგორც ზურგი, ისე მკერდი, ნეკნების ძვლებით დარჩება. ზურგის იმ ნაწილს, სადაც ნეკნები არ არის, ზურგის თირკმელის ნაწილი ეწოდება. ბეჭსა და კისერს ხორცი მთლიანად მოაცილეთ. რაგუს გასაყეთებლად კისერს ძვლები არ ააცალათ, ისე დაჩეხეთ.

ნაკლავის უკანა ნაწილი ზერხემლისა და გავის ძვლების მიმართულებით ორ ნაწილად გაკვეთეთ. უკანა ფეხებს რბილესი მთლიანად ააცალეთ.

ცხვრისა და ხბოს ხორცი კულინარული დანაწილებისას ხუთ ნაწილად იყოფა (სურ. 11).

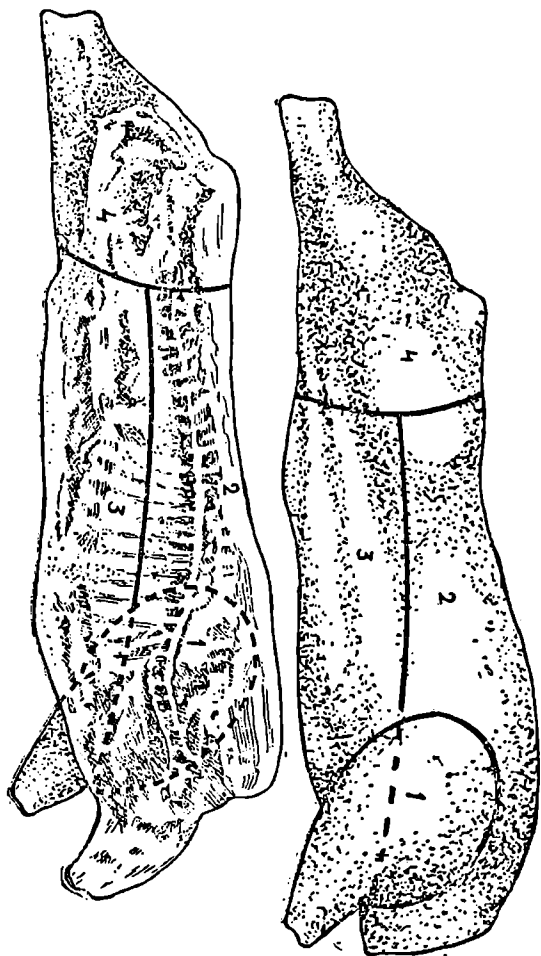


სურ. 11. ცხვრის ნაკლავის კულინარული დანაწილების სქემა! 1—კისერი, 2—ბეჭი, 3—ზურგის მხარე (კორეიკა), 4—მკერდი, 5—უკანა ფეხი.

ლორის ნაკლავის დაყოფა და დამუშავება

ლორის ნაკლავი გამოშვერილი მენჯის ძვლის მხრიდან წინა და უკანა ნაწილებად დაყავით. წინა ნაწილიდან ბეჭი მოაცილეთ (კისერი არ მოაქრათ) და ზერხემლის მიმართულებით ორ ნაწილად გაკვეთეთ, მასთან ზერხემლის ძვალი ამოიღეთ. თუ ღორი მსუქანია, ქონი ფენებად ამოაჭერით, რის შემდეგაც ნაკლავი ნეკნებთან ერთად სიგრძეზე ორ ნაწილად გაქვრით — ზურგის მხარედ (კორეიკა) და მკერდის ნაწილად.

ლორის ნაკლავი კულინარული დამუშავების შედეგად, დასახელების მიხედვით 4 ნაწილად იყოფა (სურ. 12).



სურ. 12.

ღორის ნაკლავის კულინარული დანაწილების სქემა:

1—ბეჭი, 2—ზურგის ნაწილი (კორეიკა), 3—მკერდი, 4—ბარკალი,

ა) გამოქრილი და მომზადებული ცხერის ბარკლები შეიძლება გამოიყენოთ მთელ-მთელად ცხიმში შესაწვავად („შემწვარი მთელი ბარკალი“), აგრეთვე სხვადასხვა ბოსტნეულით (ნიორი, სტაფილო) ჩართული.

ბეკის რბილი ნაწილი, მკერდის დამატებით, სამწვადედ გამოიყენეთ.

ნეკნებიანი ზურგი შეიძლება გამოიყენოთ დაბეგვილ კატლეტად; მკერდი — რაგუში, ყაურმაში, შილაფლავში, მოხარშული — თეთრი საწებლით და შემწვარი — ორცხობილაში ამოვლებული.

სათბილო შესაწვავად გამოიყენეთ; კისრის რბილი ხორცი გამოიყენეთ დაკეპილ გუფთაში, ტოლმის ჩასართავად, ლიულა-ქებაბში და სხვა;

ბ) ბატნის ბარკლები შეიძლება მთელ-მთელად შეწვით, ან ულუფებად დაჭერით და შამფურზე შეწვით.

ზურგის წინა მხარე და ნეკნებიანი ზურგი შეიძლება გამოიყენოთ ნატურალურ დაბეგვილ კატლეტად ან ორცხობილაში ამოვლებულ კატლეტად.

ზურგი შეიძლება შეწვით როგორც შამფურზე, ისე სქელძირიან დაბალ ქებაბშიც.

მკერდი და კისერი გამოიყენეთ ჩიხირთმისათვის, ჩახოხბილისა და ბულღამისათვის.

რბილი ანაჭრები გამოიყენეთ ლიულა-ქებაბისათვის და ტოლმის ჩასართავად.

ძელები შეიძლება გამოიყენოთ ნახარშისთვის, ჩიხირთმის და ტოლმისთვის საჭირო წვენის მისაღებად.

გ) ხბოს მომზადებული ბარკლები შეიძლება მთელ-მთელად შეწვით.

სათბილო შეიძლება შეწვით მთელ ნაჭრად შამფურზე ან ქებაბში.

ნეკნებიანი ზურგი შეიძლება გამოიყენოთ დაბეგვილ ან ნატურალურ კატლეტად.

მკერდი გამოიყენეთ რაგუსათვის, სართიანისათვის და შესაწვავად; ამასთან შეიძლება ორცხობილაში ამოვლებული შეწვით და მოხარშული ბრინჯითა და თეთრი საწებლით შეამზადოთ.

ბეკის, კისრისა და სხვა რბილი ნაჭრები შეიძლება გამოიყენოთ თეთრი ხორცის დაკეპილის მოსამზადებლად.

ძვლების გამოყენება შეგიძლიათ წითელი წვენი მოსამზადებლად.

დ) ღორის ბარკლები შეიძლება მთელ-მთელად შეწვათ.

ზურგის ნეკნებიანი წინამხარი შეიძლება გამოიყენოთ დაბეგვილ და ნატურალურ კატლებად. ამასთან შეიძლება გამოიყენოთ მთლიანად შესაწვავად.

ბექის რბილი ხორცის, აგრეთვე მკერდის გამოყენება შეგიძლიათ მწვადისათვის.

კისრის რბილი ხორცი გამოიყენეთ დაბეგვილი შნიცელისა და მწვადისათვის.

ბექის, კისრისა და სხვა რბილი ანატომიები გამოიყენეთ დაკეპილისა და კუპატისათვის, აგრეთვე სხვა ჩასართავის მოსამზადებლად. დაჩეხილი ძვლები ქონის მისაღებად გადაადნეთ.

წვრილფეხა საქონლის ხორცის ნახევარშაბრიკატები

დაბავილი ხოვს ხორცის შნიცალი

ხოს ბარკლიდან ან ბექიდან გამოკერით ერთ ულუფაზე თითო ნაჭერი; შერჩეული ხორცი საბეგვით თხლად გააბრტყელეთ, შეამზადეთ დაწესებული ფორმის მიხედვით, მარილი მოაყარეთ, ლიეზონში და თეთრი პურის დაფქულ ორცხობილაში ამოაველეთ.

დაბავილი ღორის ხორცის შნიცალი

ღორის ბარკლის ან ბექის რბილი ხორციდან გამოკერით ერთ ულუფაზე თითო ნაჭერი. იგი საბეგვით გააბრტყელეთ და გამოიყენეთ სათანადო ფორმის. მარილი მოაყარეთ, ლიეზონში დაასველეთ და თეთრი პურის დაფქულ ორცხობილაში ამოაველეთ; კარგად დატკეპნეთ, რომ თხელი და ერთნაირი ფორმისა გამოვიდეს.

დაბავილი ცხვრის ხორცის შნიცალი

ბექის ან ბარკლის რბილი ხორცისაგან გამოკერით ულუფაზე ერთი ნაჭერი. ხორცი საბეგვით თხლად გააბრტყელეთ. შნიცელის ნამდვილი ფორმის მისაღებად ნაპირები დანით შემოუჭეცეთ, მარილი მოაყარეთ და ამოაველეთ ლიეზონში და თეთრი პურის დაფქულ ორცხობილაში. ამოვლებული შნიცელი თხელი და ოდნავ მოგრძო ფორმისა უნდა იყოს.

ღორის, ცხვრის ან ხოვს დაბავილი ხორცის კატლები

კატლეთი შეგიძლიათ ერთნაირი წესით მოამზადოთ. იგი წვრილფეხა საქონლის წინამხრის ნეკნებიანი ზურგიდან გამოკერით, ულუფაზე ერთი ცალი კატლეთი თავისი ძელით; მას ზედმეტი ნა-

წილები მოაქვრით და შესაფერისი ფორმის მისაღებად დაბეგვეთ და ისე გაათხელეთ, რომ არ დაიშალოს. მოაყარეთ მარილი, ამოავლეთ ლიეზონში და თეთრი პურის დაფქულ ორცხობილაში.

ლორის ან ცხვრის ხორცის ღაპაჰილი მასა

ლორის ან ცხვრის ხორცის დაკეპილი მასა შეიძლება ერთი და იმავე წესით მოამზადოთ. რბილი ხორცი დაჭრის შემდეგ ორჯერ გაატარეთ ხორცის საკებ მანქანაში, შემდეგ მიუმატეთ 25 პროცენტი რძეში დამბალი ორი დღის გამომშრალი თეთრი პური და კიდევ შესამედ გაატარეთ ხორცის საკებ მანქანაში; მიუმატეთ კვერცხი, მარილი, დაფქული შავი პილპილი, რძე; ერთმანეთში აურიეთ და დაზილეთ რაც შეიძლება კარგად, რომ დაკეპილი მასა მაგარი არ გამოვიდეს. შემდეგ თეთრი პურის წმინდად დაფქულ ორცხობილაში ამოვლებული მასა მოამზადეთ შესაფერისი ფორმის მიხედვით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ღორის ხორცი 87 გ, ცხვრის ხორცი 112 გ, რძე 22 გ, კვერცხი 10 გ, თეთრი პური 18 გ, ორცხობილა 10 გ, ცხიმი 8 გ, ხახვი 10 გ, მარილი 5 გ, პილპილი 0,1 გ.

ხბოს ხორცის ღაპაჰილი მასა

ხბოს კისრის რბილიდან მოამზადეთ. ის წვრილ-წვრილ ნაქრებად დაქვრით და ორჯერ გაატარეთ ხორცის საკებ მანქანაში; მას დაკეპილი ხბოს ხორცის რაოდენობის 25 პროცენტი რძეში დამბალი თეთრი პური მიუმატეთ; აურიეთ დაკეპილში და კვლავ გაატარეთ საკებ მანქანაში, შეაზავეთ უმი კვერცხის ცილით, რძით. მარილით და დაზილეთ; შემდეგ მიუმატეთ დაკეპილის 10 პროცენტი რაოდენობის კარაქი და კვლავ აზილეთ. ამის შემდეგ განსაზღვრული წონის კატლეტი ან ბიტკი შეამზადეთ, ულუფისათვის 2 ცალის რაოდენობით და თეთრი პურის წმინდად დაფქულ ორცხობილაში ამოავლეთ.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ხბოს ხორცი 168 გ, თეთრი პური 27 გ, რძე 33 გ, თეთრი პურის ორცხობილას ფხვნილი 14 გ, კვერცხის ცილა 10 გ, ცხიმი 10 გ, მარილი 4 გ.

ნატურალური ღაპაჰილი კატლეტი

მოამზადეთ წვრილფეხა საქონლის ხორცისაგან ზემოხსენებულ; წესით, მხოლოდ პურის ორცხობილაში არ გამოავლოთ. შეწვის წინ მარილი მოაყარეთ.

ხბოს ან ცხერის ხორცისაგან მზადდება. მკერდი ჯერ მოხარშეთ, გააცივეთ, დაჭერით ფორმის მიხედვით, ულუფისათვის ორი ნაჭერის რაოდენობით. მარილი მოაყარეთ, ამოვლეთ ფქვილში, ლიეზონში და თეთრი პურის დაფქულ ორცხობილაში.

ხბოს თავფეხის ნახევარფაბრიკატები

ხბოს თავფეხის ნახევარფაბრიკატის შესამზადებლად ფეხები სიგრძით შუაზე ისე უნდა გაჭრათ, რომ რბილი კანის ძვალს მოაშორათ; თავიც უნდა გაატყაოთ და ძვლების გამოკლებით ქებაში ჩადოთ მოსახარშად. იმდენი წყალი დაასხით, რომ დაფაროს; თავფეხი როცა საკმარისად მოიხარშება, ამოალაგეთ, მაგიდაზე გაშალეთ და ზევიდან სიმძიმე დაადეთ; როდესაც გაცივდება, თავისივე ტყავი ულუფებად დაჭერით (ისე, რომ ულუფაზე თავის ერთი ნაჭერი და ფეხის ნახევარი ჩლიქი მოვიდეს), მოაყარეთ მარილი და შემდეგ ამოვლეთ ფქვილში, მერე ლიეზონში და ბოლოს თეთრი პურის წმინდად დაფქულ ორცხობილაში.

ბატანის, ცხერის ან ღორის ხორცის მწვადი

ერთი ულუფისათვის 4 ან 6 რბილი ნაჭერი დაჭერით. სამწვადე რბილს ორი ნეკნებიანი ნაჭერი მიუმატეთ. მარილის მოყრის შემდეგ სამწვადე ხორცი ოდნავ დაზილეთ და მოათავსეთ თიხის ან მომინანქრებულ ჭურჭელში. ამრიგად შეზავებული სამწვადე ჭურჭლით ყინულში ჩადგით და 2-3 საათს გააჩერეთ. ამის შემდეგ შამფურზე წამოაგეთ შესაწვავად.

ბატანის სათბილოს მომზადება შამფურზე შესაწვავად

ულუფაზე ბატანის სათბილო მთელ ნაჭრად (თავისი თირკმელით) მოჭერით. მას ზედმეტი ნაწილები ჩამოაჭერით, მოაყარეთ მარილი, ოდნავ დაზილეთ და შემდეგ შამფურზე წამოაგეთ.

რაგუს ხორცის ნახევარფაბრიკატად მომზადება

ერთი ულუფისათვის ცხერის ან ხბოს ხორცი 4 ნაწილად დაჭერით. ამისათვის უმჯობესია ბეჭის ან მკერდის ხორცი. შეწვის წინ მარილი მოაყარეთ.

მოამზადეთ ბატკნის ხორცის მკერდის ნაწილიდან ბეჭის დამატებით, ერთ ულუფაზე 6 ან 7 ნაჭერი. გარდა ბატკნისა, ყაურა შეგიძლიათ მოამზადოთ აგრეთვე ცხვრის ხორცისაგან. ხორცს დაჭრის შემდეგ მოაყარეთ მარილი, დაფქული შავი პილპილი და დაზილეთ.

2 კუპატი

კუპატი მსუქანი ღორის ხორცისაგან მზადდება. ამისათვის ღორის რბილი ხორცი ორჯერ გაატარეთ ხორცის საკეპ მანქანაში, შემდეგ დაუმატეთ წმინდად დაკეპილი ხახვი, რომელიც ხორცის წონის 10 პროცენტს უნდა შეადგენდეს. ამის შემდეგ შეაზავეთ დაკეპილი ნივრით, კოწახურით, მარილით, შავი პილპილით, ბაპარით და ზირათი; ამრიგად შეზავებული მასალა ღორის თხელ ნაწლავში მოათავსეთ, ულუფისთვის განკუთვნილია ორი ცალი. თავი და ბოლო წვრილი კანაფით შეკარით.

ღორის ხორცის წვრილი კუპატი

ღორის ხორცის წვრილი კუპატი მსუქანი ღორის რბილი ხორცისაგან მზადდება, რისთვისაც ხორცი დაჭერით რაც შეიძლება წვრილ ნაჭრებად და მერე დანით დაკეპეთ. მიუმატეთ წმინდად დაკეპილი ხახვი, ნიორი, ზირა ან ხმელი ქონდარი, მარილი და შავი პილპილი. ყველაფერი ეს ერთმანეთში კარგად აურიეთ და ამრიგად შეზავებული ღორის ხორცის სართით გაავსეთ ღორის ან ცხვრის ახალი ან მშრალი დამბალი წვრილი ნაწლავი. თითოეული ცალი კუპატის თავი და ბოლო შეაერთეთ და თავი წვრილი კანაფით მოუკარით, რომ მიიღოთ ულუფაზე ორი ცალი მრგვალი ფორმის კუპატი.

იგერული კუპატი

ღორის ახალი ჭიგრისა და ხორცისაგან მზადდება, ამისათვის ჭიგარი წვრილ, ოთხკუთხედ ნაჭრებად დაჭერით, მას მსუქანი ღორის ხორცი (ჭიგრის ერთი მეოთხედი ნაწილის რაოდენობით) მიუმატეთ, ერთმანეთში აურიეთ და მდუღარე წყალში გათუთქეთ, გაწურვის შემდეგ 10 წუთის განმავლობაში თავის სიმსუქნეში შუშეთ, გადმოდგით და შეაზავეთ დაკეპილი უძი ძირძურებით, ხახვით,

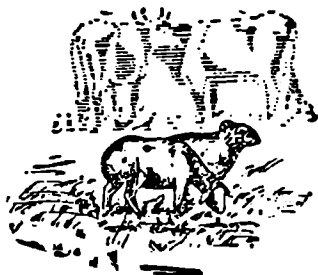
ნივრით, გარჩეული კოწახურით, ხმელი სუნელით, მარილით, დატ-
ქული შავი პილპილით და ბაპარით. ამნაირად შეზავებული ჩასარ-
თავი ღორის ნაწლავში მოათავსეთ, თავი და ბოლო წვრილი კანა-
ფით შეუქარით.

წვრილფეხა საქონლის ძვლები

ხბოს ძვლები გემოთი ბევრად უკეთესია, ვიდრე ცხვრის ან ღო-
რის ძვლები, რადგან ხბოს ძვლებს სპეციფიკური სუნი არა აქვს და
ამასთან ერთად დიდი კვებითი მნიშვნელობით ხასიათდება. ძვლები
შეიძლება იხმაროთ წითელი საწებლისა და წითელი წვენის მოსამ-
ზადებლად — შემწვარზე გადასაყვებად.

ცხვრის ძვლები დაჭრის შემდეგ შეიძლება იხმაროთ ცხვრის
ბოზბაშისათვის წვენის, აგრეთვე წითელი საწებლისა და წითელი
წვენის მოსამზადებლად.

ღორის ძვლები წვრილად დაჭრის შემდეგ ქონის გამოსადნობად
უმჯობესია ჰაერღუმელში შედგათ და შემდეგ მეორე ნახარშის მი-
საღებად ქვაბში ჩაუშვათ.





შინაური და გარეული ფრინველის დამუშავება და მომზადება

შინაურ ფრინველს მიეკუთვნება — ქათამი, წიწილა, ინდაური, ბატი და იხვი.

გარეულ ფრინველს მიეკუთვნება—მწყერი, ხოხობი, კაკაბი, როკო, შაშვი, ღურაჯი, გნოლი, ტყის ქათამი, გარეული ბატი, იხვი და სხვა.

შინაური და გარეული ფრინველი საზოგადოებრივი კვების საწარმოებში უმეტეს შემთხვევაში გაყინული შეაქვთ, მასთან შინაური ფრინველი გაპუტული (ბუმბულგაცლილი), ხოლო გარეული—გაუპუტავი (ბუმბულიანი).

პირველადი დამუშავებისას გაყინული შინაური და გარეული ფრინველი უნდა გააღლოთ, გაპუტოთ, გამოშიგნოთ, გარეცხოთ და შემდეგ ნახევარფაბრიკატები მოამზადოთ, რისთვისაც ფრინველი ნაჭრებად უნდა დაყოთ (ფორმის მიხედვით) ან სუკად დაანაწილოთ.

გალღობა, გააუტავა და გატრუსვა

გ ა ლ ღ ო ბ ა . გაყინული შინაური თუ გარეული ფრინველი მაგიდაზე ან ფიცარზე ერთ ფენად, ზურგით ქვევით, იმგვარად დააწყეთ, რომ ერთმანეთს შორის მანძილი 3-5 სანტიმეტრი ღარჩეს. ფრინველის გალღობა ოთახის ტემპერატურაზე 4-8 საათის განმავლობაში ხდება (იმისდა მიხედვით, თუ რა სიდიდისაა ფრინველი).

გ ა პ უ ტ ვ ა . გალღობილი შინაური და გარეული ფრინველი ბუმბულისაგან გაასუფთავეთ, რომლის პროცესი კისრიდან იწყება. ბუმბულის გაცლა სწრაფი მოძრაობით ხდება, ბუმბულის ბუნებრივი ზრდის საწინააღმდეგო მიმართულებით; ტყავი იმ ადგილას რომ

არ დაიგლიჯოს, სადაც ფრინველის ბუმბულისაგან გასუფთავება ხდება, თითებით გაჭიმეთ.

იმ შემთხვევაში, თუ ცოცხალი ფრინველია მიღებული, ბუმბულისაგან გასუფთავება დაკვლისა და ცხელ წყალში გაფუფქვის შემდეგ უნდა მოხდეს.

გ ა ტ რ უ ს ე ა. ბუმბულის გაცლის შემდეგ ტყავზე მაინც რჩება პატარა ბუსუსები, რომელიც უნდა მოაძალოთ. ამისათვის ფრინველი ტილოთი გაწმინდეთ, ქათოთი ან დაბალი ხარისხის ფქვილით დაზილეთ და უმჟვარტლო ალზე გატრუსეთ; ქათოთი ან ფქვილით დაზელების შემდეგ ბუსუსები ვერტიკალურ მდგომარეობას ღებულობს და ალზე უფრო კარგად იწეება.

გამოწევა და გამორაცხვა

გ ა მ ო წ ე ლ ე ა. ვიდრე გამოწელებას შეუდგებოდეთ, ფრინველს ფეხები, ფრთები და კისერი დააჭერით (ქათმებს და წიწილებს ფრთებს არ აჭრიან). ფეხები მუხლის სახსრის 1-1,5 სანტიმეტრის ქვემოთ მოაჭერით, ხოლო ფრთები — პირველ სახსართან.

კისრის მოჭრამდე ზურგის მხრიდან ტყავი სიგრძით გაჭერით, გაათავისუფლეთ კისერი ტყავისგან და შემდეგ ძირში მთაჭერით. კისრის ტყავის ნახევარი ისე ჩამოაჭერით, რომ თბური დამუშავებისათვის ფრინველის მომზადებისას კისრის მოჭრის ადგილი დარჩენილი ტყავის ნაწილით დაიფაროს; ამის შემდეგ ტყავი და რბილი გულის მკერდის ბოლოდან გაჭერით და მიღებული ჭრილიდან ფრინველი გამოწელეთ, ე . ი. მოაშორეთ შიგნეული: ნაწლავები, კუჭი, გული, ღვიძლი, ხოლო კისრის მხრიდან ჩიჩახვი და საყლაპავი ამოაძალოთ.

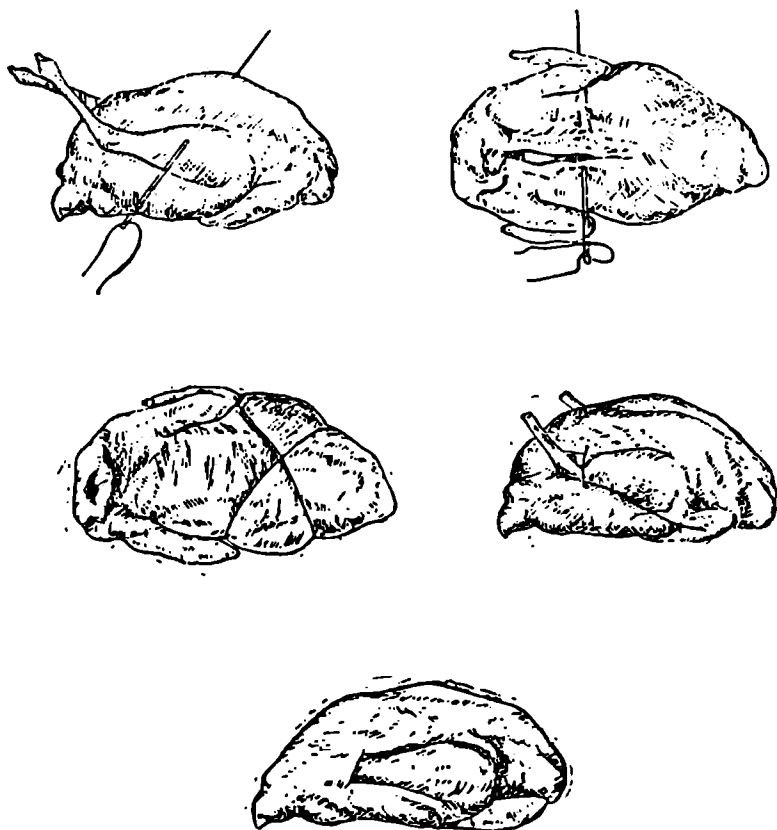
გ ა მ ო რ ე ც ხ ე ა. გამოწეილი ფრინველი ცივი წყლით (რამოდენიმეჯერ) კარგად გამორეცხეთ. გარეცხვის დროს ბუმბულის დარჩენილი ძირები დანით ააძალოთ. ფრინველის ხანგრძლივი გამორეცხვა მიზანშეწონილი არ არის, რადგან კვების ნივთიერებათა და ექსტრაქტების დაკარგვას იწვევს.

ნახმვარზაზრიატავი და მათი შენახვა

შინაური და გარეული ფრინველი, რომელიც მოსახარშად ან შესაწვავადაა მომზადებული, შეამზადეთ (ფორმის მიხედვით), რომ უზრუნველყოთ მისი თანაზომიერი თბური დამუშავება და გარდა ამისა, რომ უფრო მოსახერხებელი იყოს მისი ულუფებად დაჭრა.

ფრინველის შემზადება სამნაირად შეიძლება: „ჩიბისებურად“, ცალკეცა და ორკეცა ძაფით (სურ. 13). ამგვარად შემზადებული ფრინველი ნახევარფაბრიკატად ითვლება და იგი მოხარშული ან შემწვარი კერძების მოსამზადებლად გამოიყენება.

შემზადება „ჩიბისებურად“. მუცლის ქვედა ნაწილში ტყავი ორივე მხრიდან გაჭერით (ჩიბეები გაუყეთეთ). რომელშიაც ფეხები



ა-

სურ. 13.

შინაური ფრინველის დამუშავება

ა—ძაფის გატარება ტანსა და ფეხებში, ბ—ფრთებისა და კისრის ტყავის მიმაგრება ზურგის კუნთებთან, გ—ცალკეცა ძაფით შეკერილი ქათამი, დ—ორკეცა ძაფით შეკერილი ქათამი, ე—ქათამი შემზადებული „ჩიბისებურად“.

ჩაწყვეთ, ხოლო ფრთები ზურგისკენ შეუღრიხეთ. „ჩიბისებურად“, როგორც წესი; ის ფრინველი შეამზადეთ, რომელიც მოსახარშადაა განკუთვნილი.

ცალკეცა ძაფით შემზადება. ფრინველი ზურგით მაგიდაზე დადეთ და ფეხები ტანისაკენ მაგრად მისწიეთ. შემდეგ მზარეულის ნემსით ცალკეცა ძაფი ფეხის რბილ ნაწილში (ბარკალში) გაუყარეთ და მკერდის სუკის ქვეშ მეორე ბარკალში გაატარეთ. ამის შემდეგ ნემსი და ძაფი ფრინველის ქვეშ გაატარეთ და მეორე ადგილას, სუკის ნაწილის გამოწეული ბოლოს ქვეშ (მუცლისაკენ) გაუყარეთ, შემდეგ ძაფების ბოლოები ზურგის მხრიდან შეკარით.

ორჯეცა ძაფით შემზადება. ნემსი და ძაფი გაატარეთ ბარკლების სირბილეში და სხეულის შიგნით მკერდის სუკის ნაწილის ზემოდან. შემდეგ ნემსი ერთ ფრთაში გაუყარეთ, მერე კისრის ტყავში გაატარეთ და კისერი ზურგს მიაკარით. რითაც კისრის მოკრის ადგილი დაიფარება. ამის შემდეგ ნემსი მეორე ფრთაში გაატარეთ, ძაფის ერთი ბოლო ბარკალთან შეუერთეთ, ხოლო ძაფის მეორე ბოლო — ფრთასთან; მეორე ძაფით ფრინველის ფეხები ტანთან მიამაგრეთ.

ორჯეცა ძაფით ის ქათმები, წიწილები და ინდაურები შეამზადეთ, რომლებიც შესაწევადაა განკუთვნილი.

გარეული ფრინველიც, გარდა წვრილი ფრინველისა (მწყერი, შაშვი. ბეკასი და სხვა). ძაფით შეამზადეთ და შესაწევად გამოიყენეთ.

შინაური და გარეული ფრინველების ნახევარშაბრიკატები

ქათმის დაგავილი ხორცის კატლების მომზადება

ხორციან ქათამს მკერდის ორივე რბილი ამოაქვრით ისე, რომ თითო რბილს ფრთის ერთი მესამედი ძვალი გაყვეს; საბეგვით გააბრტყელეთ და ნაპირები ისე შეუკეცეთ, რომ შესაფერი ფორმის კატლეთი გამოვიდეს; შემდეგ მოაყარეთ მარილი, ამოავლეთ ლიეზონში და წმინდად დაფქულ თეთრი პურის ორცხობილაში.

ქათმის დაგავილი ხორცის შნიცალი

ქათმის მკერდის ხორციდან მოამზადეთ ულუფაზე ქათმის ნახევარი მკერდი, ძარღვებისაგან გაწმინდეთ, რძეში დაასველეთ, თხლად დაბეგვეთ და ნაპირები დანით შეუკეცეთ. ამრიგად შემზადებულ შნიცელს მარილი მოაყარეთ, ამოავლეთ ლიეზონში და წმინდად დაფქულ თეთრი პურის ორცხობილაში, შემდეგ მას შნიცელის ფორმა მიეცით.

ქათმის ან ინდაურის ხორცის დაკეპილი მასა უმჯობესია მოამზადოთ ბარკლის და სხვა რბილი ანაჭრებისაგან. ხორცის მთელი რაოდენობა წვრილ-წვრილ ნაჭრებად დაჭერით და ორჯერ გაატარეთ წმინდა საცრიან ხორცის საკებ მანქანაში, რძეში დამბალი თეთრი პური მიუმატეთ, აურიეთ და საკებ მანქანაში მესამედ გაატარეთ. უმი კვერცხის ცილით, ცივი რძითა და მარილით შეაზავეთ, კარაქი მიუმატეთ და კარგად დაზილეთ. ულუფაზე 3-4 ცალი კატლეტი ან ბიტკი გაეცით, რომლებიც წმინდად დაფქულ თეთრი პურის ორცხობილაში ამოავლეთ.

სურსათის ნორმა 1 კგ ფრინველის რბილეულზე: თეთრი პური 250 გ, რძე ან წყალი 300 გ, კარაქი 40-50 გ, მარილი 20 გ.

წიწილა თეთრი პურის ორცხობილაში

ძაფით შეკრული მთელი წიწილა ჩაუშვით მოსახარშად. როცა ნახევრად მოიხარშება, ძაფი გახსენით, მოაყარეთ მარილი, ამოვლეთ ხორბლის თეთრ ფქვილში, ლიეზონში და ბოლოს თეთრი პურის დაფქულ ორცხობილაში.

წიწილა ტაბაკად

აიღეთ მთელი წიწილა, მას მუხლს ზევით ფეხები მოაქერით და მუცლის კანში ჩააწყეთ, რის შემდეგ მკერდზე გაფატრეთ და ტაბაკის მსგავსად გაასწორეთ. ამის შემდეგ მარილი მოაყარეთ და გარეთა კანზე არაქანი წაუსვით, რათა შეწვის დროს უკეთ დაიბრაწოს.

წიწილა შამფურზე

აიღეთ მთელი წიწილა, ის კანაფით შეკარით და მარილი მოაყარეთ, ხოლო შეწვამდე გარედან არაქანი წაუსვით.

გუფთის (კნალის) მასა

გუფთის მასის მოსამზადებლად გამოიყენეთ ქათმის ან ინდაურის მკერდის ან ბარკლების რბილეული. ტყავმოშორებული რბილეული წვრილ ნაჭრებად დაჭერით და 2-3-ჯერ გაატარეთ ხორცის საკებ მანქანაში, შემდეგ მას რძეში დამბალი უქერქო თეთრი პური ან უმარილო ფენაცომი მიუმატეთ, ერთმანეთში აურიეთ და კიდევ 2-3-ჯერ გაატარეთ წვრილსაცრიან ხორცის საკებ მანქანაში. ამის შემდეგ მიღებული მასა ფილთაქვაში დაზილეთ, უმი კვერცხ-

ის ცილა ჩაუმატეთ და კარგად გათქვიფეთ, თანდათანობით დაასხით რძე ან ნალები (თუ ნალებს დაასხამთ, ის წინასწარ უნდა გათქვიფოთ და მარილით შეანელოთ); გუფთის კარგად აზელილი მასა წყალში არ იძირება. გუფთის მასას გამოუშვებთ საკონდიტრო ტომრიდან სხვადასხვა ფიგურების სახით, ან ორი კოვზის მეშვეობით დააგუნდავებთ.

სურსათის ნორმა 1 კგ ხორცის რბილელზე: უქერქო თეთრი პური ან ფენაცომი 100 გ, რძე 150 გ, ნალები 200 გ, 3 კვერცხის ცილა, მარილი 15 გ.

ნახევარფაბრიკატების შენახვა

შინაური და გარეული ფრინველის ნახევარფაბრიკატები $+5^{\circ}$ ტემპერატურის პირობებში ინახება. დამუშავებული ფრინველის მთელი ნაკლავი სახეობის მიხედვით ცალ-ცალკე დააწყეთ (შინაური ფრინველის ცალკე, გარეულისა ცალკე); ნახევარფაბრიკატები სუკის ჩანართით ცალკე დააწყეთ. საკატლეტე მასა და მისი ნაწარმი იმავე პირობებში შეინახეთ, რომელშიაც ხორცის ნახევარფაბრიკატებს ინახავთ.

შინაური ფრინველის სუბპროდუქტების გამოყენება

სუბპროდუქტები მხოლოდ შინაური ფრინველისა გამოიყენება, რადგან გარეულ ფრინველის სუბპროდუქტებს მწარე გემო აქვთ.

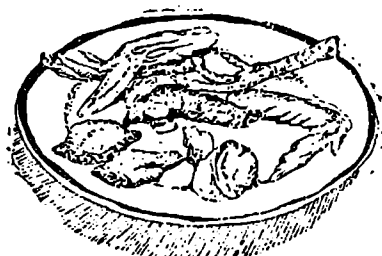
სუბპროდუქტებს მიეკუთვნება: თავი, კისერი, კუჭი, ღვიძლი, ბიბილო და ფეხები (სურ. 14).

კისერი და თავი ჭერ ცხელ წყალში ჩააწყეთ, მერე ბუმბული-საგან გაასუფთავეთ, ხოლო შემდეგ გატარუსეთ.

თავს ნისკარტი მოაჭერით, ქვედა ყბა ჩამოაცალეთ, თვალები ამოაცალეთ და გამორეცხეთ.

ფეხები ცხელ წყალში ჩაუშვით, ბუმბული მოაშორეთ, ბრჭყალები მოაჭერით და ზედა ტყავი გააცალეთ.

კუჭი შუაზე გაჭერით და შიგნითა მხრიდან გარსი მოაცილეთ.



სურ. 14. ფრინველის სუბპროდუქტები

ღვიძლის დამუშავება განსაკუთრებული ყურადღებით უნდა მოახდინოთ; ნაღვლის ბუშტი ისე უნდა ამოჰკრათ, რომ არ გასკდეს; ამის შემდეგ ღვიძლი გარეცხეთ.

ბიბილო ცხელ წყალში გათუთქეთ, ზედა ტყავი მოაშორეთ.

დამუშავებული კუჭ-მაჭი ცივ წყალში რამოდენიმეჯერ გარეცხეთ.

ამგვარი დამუშავების შემდეგ სუბპროდუქტები შეგიძლიათ გამოიყენოთ საკმელებში.

ქათმისა და ინდაურის ფრთა-კისერი და კუჭ-ღვიძლი უკეთესია გამოიყენოთ რაგუში, ჩახოხბილში, საცივში და სხვ. ხოლო ბატისა და იხვის ფრთა-კისერი, კუჭ-ღვიძლი და ფეხები მოხარშვის შემდეგ უმჯობესია გამოიყენოთ ხორცის მაგიერ სუპ რასოლნიკში, რაგუში, ჩახოხბილში.

თბური დამუშავება, კმარების მომზადება და ზაცემა

პროდუქტების თბური (სითბოთი) დამუშავების წესი

პროდუქტების თბური დამუშავება კულინარიაში ორი ძირითადი წესით წარმოებს — მოხარშვით და შეწვით. ამის გარდა შემოღებულია აგრეთვე კომბინირებული თბური დამუშავება, როდესაც პროდუქტს ჯერ მოხარშავთ და მერე შეწვავთ ან პირიქით.

მოხარშვა — პროდუქტები იხარშება უშუალოდ წყალში, ბულიონში ან წყლის ორთქლში.

ხორცეული, თევზეული და ბოსტნეული მეტწილად წყალში და ბულიონში იხარშება, ხოლო ზოგიერთი პროდუქტი კი — რძეში (ბრინჯი, ბურღული).

სითხეში მოხარშვა — პროდუქტების მეტი წილი სითხეში იხარშება. ოდნავ თავდახურულ ან თავლია ქვაბებში. თუ პროდუქტი ძნელი მოსახარშია, ან საჭიროა მისი მოხარშვის დაჩქარება, მაშინ შეგიძლიათ იხმაროთ მჭიდროდ თავდახურული ქვაბი.

ორთქლში მოხარშვა — ორთქლში იხარშება უფრო ფაქიზი პროდუქტები (რბილხორციანი თევზები). ორთქლში მოსახარში პროდუქტები ლითონის კოლოფებში ან ბადისებურ კალათებში ჩაალაგეთ და ისე ჩადგით ქვაბში, რომ წყალი პროდუქტებს არ ეხებოდეს; ქვაბს სახურავი დაახურეთ და ასადუღებლად დადგით. წყლის დუდილისაგან წარმოშობილი ორთქლი პროდუქტს მოხარშავს.

ხარშვის დროს საკვებ ნივთიერებათა ნაწილი (ცილა, ნახშირწყალი, მინერალური მარილები, ვიტამინები და სხვა) სითხეში გა-

დადის: რაც უფრო ხანგრძლივია ხარშვა. პროდუქტიდან მით უფრო მეტი ნივთიერებანი გამოიყოფა და სითხეში გადავა.

შეწვა — პროდუქტების სითხის გარეშე გაცხელებას ეწოდება, ხშირ შემთხვევაში ერბოს ან ზეთის დამატებით. წვის დროს მაღალი ტემპერატურა პროდუქტებიდან წყლის აორთქლებასა და მათი ზედაპირის შეხმობას (ქერქის გაჩენას) და შეწითლებას იწვევს. თუ ტემპერატურა 100 გრადუსს აღემატება, პროდუქტების შემადგენელი ორგანული ნივთიერებები დაშლას იწყებენ და სასიამოვნო გემოსა და სუნს წარმოშობენ. თუ პროდუქტი მაღალ ტემპერატურაზე დიდხანს იქნება გაჩერებული, იგი თავის გემოს, სუნსა და ღირსებას ჰკარგავს.

კულინარიაში შეწვის შემდეგი ძირითადი სახეებია მიღებული:

- 1) შეწვა ნაკლები რაოდენობის ცხიმში: ა) ღია ზედაპირზე;
- ბ) შესაწვავ კარადაში (ჰაერლუმელში).
- 2) შეწვა დიდი რაოდენობის ცხიმში (ფრიტიურში).
- 3) შეწვა ნაკვერჩხალზე (ღია ცეცხლზე).

ნაკლები რაოდენობის ცხიმში შეწვა

ა) შეწვა ფილაქურაზე ღია ჰურჭელში (ტაფაში) — პროდუქტების ამ წესით შეწვის დროს ცხიმის წონა შესაწვავი პროდუქტების წონის 5-10 პროცენტს უნდა შეადგენდეს. ცხიმი ძალიან გააცხელეთ, რომ პროდუქტის გარეკანი უცბად შეიკრას და ქერქი გაიკეთოს.

ბ) ელექტროკარადაში ან ჰაერლუმელში შეწვის პროცესი უფრო ნელი ტემპით მიმდინარეობს და ამიტომ კანს უფრო ნელა აკეთებს.

დიდი რაოდენობის ცხიმში პროდუქტების შეწვა (ფრიტიურაში)

შეწვის ამ ხერხის დროს პროდუქტები მთლიანად ჩაუშვით გაცხელებულ ცხიმში. ამ შემთხვევაში ცხიმისა და შესაწვავი პროდუქტის თანაფარდობა უნდა იყოს 4 : 1-დან 6 : 1-მდე. ჰურჭელში ცხიმი ნახევრამდე ჩაასხით, რადგან პროდუქტის ჩაშვებისას ცხიმი ძალიან ქაფდება და შეიძლება გადმოვიდეს.

შეწვა საშუალოდ 1-5 წუთამდე გააგრძელეთ. ხანგრძლივი გაცხელების შემთხვევაში (4-6 საათის შემდეგ) ცხიმი მუქ ფერს მი-

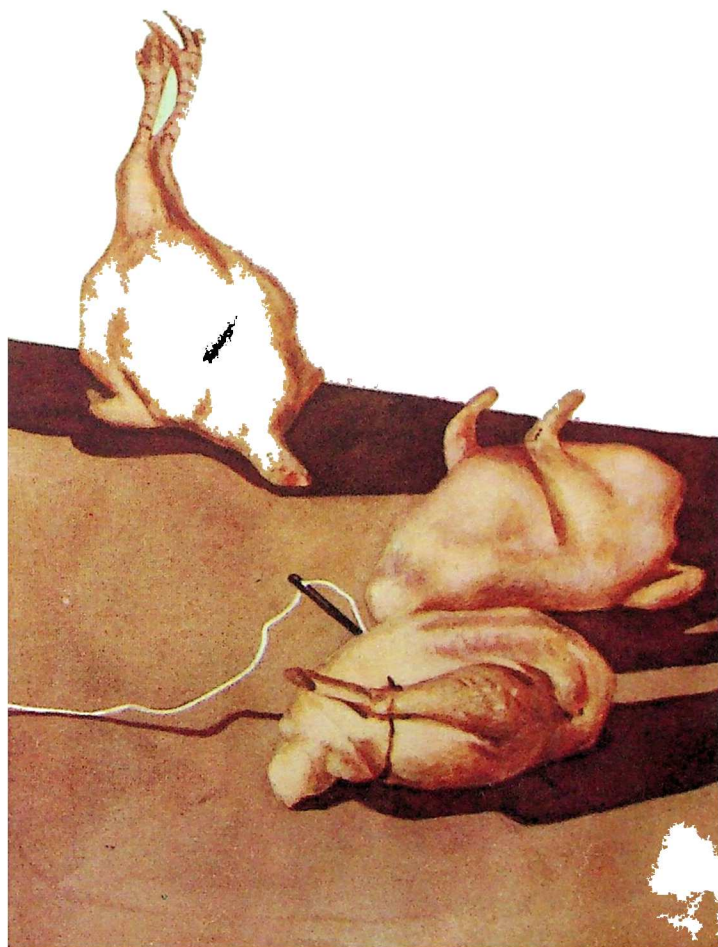
იღებს და გამწარდება. გარდა ამისა, ცხიმში პროდუქტების ნაწილი და სანელებელი ჩაყარეთ. ამ ნაწილების მოსაშორებლად ცხიმში პროდუქტის ყოველი 4-5 წყების შეწვის შემდეგ მავთულბანდში გადაწურეთ.

ნაკვერჩხალზე შეწვა

პროდუქტი შამფურზე ააგეთ და ნაკვერჩხლის ზემოდან მოათავსეთ. ნაკვერჩხალს ბოლი არ უნდა ჰქონდეს.

შეწვის დროს პროდუქტების გარეკანი მალე იკვრება, რაც ხელს უწყობს საკვებ ნივთიერებათა პროდუქტებში შენარჩუნებას.









წვნიანი კერძების მომზადება

წვნიანი ან ჰირველი თავი კერძების აირითად შემადგენლობას სითხე შეადგენს. გარდა სითხისა, წვნიან კერძებში გარნირები შედის, რომლებიც ერთი ან რამოდენიმე სახის პროდუქტისაგან შედ-

გება: კარტოფილი, ბოსტნეული. ბურლული, მაკარონის ნაწარმი, სოკო, თევზი და ხორცი.

წვნიანი კერძების მოსამზადებლად სითხისათვის წყალი, ბულიონი ან ბურლულის. ბოსტნეულისა და მაკარონის ნაწარმის ნახარშები, აგრეთვე რძე და პურის ბურაჩი შეგიძლიათ გამოიყენოთ. უფრო ხშირად კი წვნიანი კერძები ბულიონით მოამზადეთ.

ბულიონი ეწოდება იმ ნახარშს, რომელიც ძვლების, ხორცის, თევზისა და სოკოს მოხარშვის შემდეგ მიიღება და ისეთ სასარგებლო კვებით ნივთიერებებს შეიცავს, როგორიცაა: წებო, ექსტრაქტი, მინერალური მარილები. ცილები, ცხიმები და სხვა. მათგან ყველაზე უფრო ძვირფასია ექსტრაქტული ნივთიერებანი და წებო, რომლებიც ნახარშს პრომატსა და გემოს აძლევენ, ადამიანს მაღას უღვიძებენ და საჭმლის კარგ შეთვისებას იწვევენ.

ბულიონების მომზადება

ხორცის (თათრი) ბულიონი

ბულიონი ხორცისა და ძვლებისგან მზადდება. საქონლის ხერხემლის ძვლები სახსრებში წვრილ ნაჭრებად დაჩეხეთ, შაქროვან ძვლებს გასქელებული თავები დააჭერით ან მოახერხეთ ისე, რომ ძვალი მთელი დარჩეს. ამ წესით მომზადებული ძვლებისგან უფრო ადვილია იმ მეტად სასარგებლო ნივთიერებათა გახსნა, რომელიც

ძვლებში იმყოფება და ბულიონიც უფრო კარგი, გემრიელი და ნოყიერი გამოდის.

ბულიონის მოსახარმად გამოიყენეთ ხორცის რბილი ნაჭრები — წონით 0,5-2,5 კილოგრამამდე; უფრო უმჯობესია მკერდის (ხრტილით), წინა და უკანა ფეხებისა და შუაგვერდის რბილეული.

ზემოხსენებული წესით მომზადებული ძვლები ქვაბში ჩაუშვით. ზევიდან ხორცი დააწყეთ, ცივი წყალი დაასხით (ერთ კგ ძვალზე 1,25 ლიტრი წყალი); შემდეგ ჩაყარეთ დაჭრილი ბოსტნეული: თავიანი ხახვი, სტაფილო, ოხრახუში და სურნელოვანი მწვანილი. ქვაბს სახურავი დაახურეთ და ცეცხლზე დადგით; 30-40 წუთის განმავლობაში წყალი ადუღდება, რის შემდეგაც ბულიონს ქაფი მოხადეთ, სახურავი ოდნავ გადასწიეთ და კვლავ ნელ ცეცხლზე ადუღეთ. ხარშვის დროს თავზე მოყენებული ცხიმი 5-6-ჯერ მოხადეთ, რადგან ის ბულიონს ქონიან გემოს და მღვრიე ფერს აძლევს. მოხდილი ცხიმი ბოსტნეულის მოსაშუშად გამოიყენეთ.

საათნახევარ-ორ საათში ხორცი იხარშება. ხორცის მზადყოფნა შეამოწმეთ მასში მზარეულის ნემსის გატარებით (კარგად მოხარშულ ხორცში ნემსი თავისუფლად გადის). მოხარშული ხორცი ამოიღეთ, ხოლო ძვლების ხარშვა 2-4 საათს გააგრძელეთ. ხარშვის დამთავრებამდე ერთი საათით ადრე ბულიონი მარილით შეანელეთ; მომზადებული ბულიონი გადაწურეთ.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: მეორე ხარისხის ძვლიანი ხორცი 77 გ, თავიანი ხახვი 5 გ, სტაფილო 5 გ, ოხრახუში 5 გ.

შენიშვნა: ხორცის ბულიონი უმჯობესია კონცენტრირებული მაიონადოთ (ე. ი. ერთი კილოგრამი ძვლიანი ხორციდან ან ძვლიდან ერთი ლიტრი ბულიონი მიიღოთ). ერთი ლიტრი კონცენტრირებული ბულიონიდან, რომელსაც წყალი დაემატება, შეიძლება 4-5 ლიტრი ჩვეულებრივი ბულიონი მიიღოთ. მარტო ხორცისაგან ბულიონი ძალიან იშვიათად მზადდება.

ძვლის ბულიონი

მომზადების წესი ისეთივეა, როგორც ძვლიანი ხორცის ბულიონისა, იმ განსხვავებით, რომ ბულიონის თავზე მოყრილი ცხიმი, ძვლების ჩაწყობიდან 2-3 საათის შემდეგ მოხადეთ, ხოლო შემდეგ, მოხარშვის დამთავრებისას, ძვლის ბულიონი 6-7 საათის განმავლობაში ხარშეთ; მოხარშვის შემდეგ ბულიონი გადაწურეთ.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ხორცის ძვლები 150 გ, თავიანი ხახვი 5 გ, სტაფილო 5 გ, ოხრახუში 4 გ.

მოსახარშად გამოიყენეთ გამოშვებული მთელი თევზი (თუ წვრილი თევზია), ან ნაჭრებად დაჭრილი მსხვილი თევზი, აგრეთვე თევზის მონარჩენები (თავი, კუდი, ფარფლები, ძვლები, ტყავი), რომლებიც თევზის დამუშავების შემდეგ რჩება. გემრიელი ბულიონი გამოდის ფარფლისაგან, წითელი თევზის ჭიმისაგან, ქორჭილასაგან და სხვა.

უფრო ხშირად ბულიონი თევზის მონარჩენებისაგან მზადდება. მსხვილი თავები და ძვლები ნაწილებად დაჩეხეთ. თევზის მომზადებული მონარჩენები ქვაბში ჩაუშვით და ცივი წყალი დაასხით, შემდეგ უმი თავიანი ხახვი და ოხრახუში ჩაუმატეთ; ქვაბს სახურავი დაახურეთ და წყალი აადუღეთ; ადუღებიდან 30-40 წუთის შემდეგ ქაფი და ცხიმი მოხადეთ, შემდეგ ქვაბს სახურავი გადახადეთ და დუღილი ერთ საათამდე გააგრძელოთ.

მოხარშვის დაწყებიდან ერთი საათის შემდეგ ბულიონიდან თევზის თავები ამოიღეთ და რბილეული მოაცალეთ, ხოლო ძვლებისა და ხრტილების ხარშვა კვლავ გააგრძელოთ 3-4 საათის განმავლობაში, ამ უკანასკნელთა დარბილებამდე. მზა ბულიონი დაწმინდეთ და გადაწურეთ. ერთი ლიტრი ბულიონის მისაღებად ერთი კილოგრამი თევზის მონარჩენები აიღეთ.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: თევზის დამუშავებული მონარჩენები 150 გ ან მხოლოდ თავები 178 გ, თავიანი ხახვი 8 გ, ოხრახუში 8 გ.

სოკოს ბულიონი

ბულიონის მოსამზადებლად გამხმარი სოკო გამოიყენეთ. გადარჩეული და გაწმენდილი სოკო 2-4 საათით ცივ წყლიან ქვაბში ჩაუშვით (ერთ კგ გამხმარ სოკოზე შვიდი ლიტრი წყალი). ამის შემდეგ სოკო ერთი საათის განმავლობაში ამავე წყალში უმარილოდ ხარშეთ. მოხარშული სოკო ბულიონიდან ამოიღეთ და თბილ წყალში გაავლოთ, ბულიონი კი დაწმინდეთ და გადაწურეთ.

სოკოს კონცენტრირებული ბულიონის გამოსავლიანობა ერთ კილოგრამ სოკოზე ხუთი ლიტრი უნდა იყოს.

ხორცის გამჟღავნებელი ბულიონი

გამჟღავნებელი ბულიონის მოსამზადებლად არტალის რბილი ხორცი საკვებ მანქანაში გაატარეთ, ქვაბში ჩაუშვით და უმი კვერ-

ცხის ცილა დაუმატეთ, კარგად აურიეთ, ცივი წყლით გაათხელეთ; ამავე დროს ძროხის ცხიმოვან-შაქროვანი შემზადებული ძვლები დაუმატეთ და ულუფაზე 500 გრამი ცივი წყალი დაასხით, როდესაც ადუღდება, ჩაუმატეთ ბრტყლად დაჭრილი ხახვი, სტაფილო, თეთრი ძირები და დაფნის ფოთოლი; სამი საათის დუღილის შემდეგ მარილით შეანელეთ; სიმსუქნე მოხადეთ და ტილოს ხელსახოცში გაწურეთ. თბილად შესანახად ქვაბში მოათავსეთ.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ძვლები 200 გ, ხორცი 30 გ, კვერცხის ცილა 5 გ, თეთრი ძირები 5 გ, დაფნის ფოთოლი 0,02 გ, მარილი 3 გ.

თევზის გამგვირვალე ბულიონი

თევზის გამგვირვალე ბულიონი უმჯობესია ფარგის ან თავდი-დასაგან მომზადდეს. თევზი გაასუფთავეთ, რბილი ააჭერით, ხოლო ძვლები დაჭერით და ქვაბში ჩაუშვით. ერთ ულუფაზე 400 გრამი წყალი დაასხით, შეკაზმეთ ხახვით, სტაფილოთი, თეთრი ძირებით და დაფნის ფოთლით; ხარშეთ $1/2$ საათის განმავლობაში, შემდეგ გაწურეთ და გააგრილეთ. გაწურული ხიზილაა, ხახვი და უმი კვერცხის გათქვეფილი ცილა ერთად აურიეთ და მეორე ქვაბში ჩაუშვით; ჩაუმატეთ თევზის უმი ძვლები და ზემოხსენებულ შეგრილებულ თევზის ბულიონში გახსენით, შემდეგ ერთი საათის განმავლობაში ხარშეთ; ამის შემდეგ მარილით შეანელეთ, სუფთა ტილოში გაწურეთ, ქვაბში მოათავსეთ და ფილაქურის მარმიტში თბილად შეინახეთ. გამგვირვალე ბულიონი გაეცით თევზით ან ბოსტნეულის გარნირებით და კიბოს კისრებით, ცალკე გაეცით ლიმონი და დაჭრილი მოხარშული ბოსტნეული.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: თევზის დამუშავებული ნარჩენები 150 გ, თავიანი ხახვი 7 გ, ოხრახუში 7 გ, სტაფილო 7 გ, კვერცხის ცილა 5 გ, დაფნის ფოთოლი 0,02 გ, მარილი 3 გ.

ბოსტნეულისა და ბურღულის ნახარშის გამომუშავება

კერძებში

სოკოსა და ბოსტნეულის ნახარშის გარდა, ვეგეტარიანული პირველი კერძების მოსამზადებლად იხმარეთ ბრინჯის, კარტოფილის, ყვავილოვანი კომბოსტოს, თეთრი სატაცურის, სისირის (მუხუდო), ახალი ისპანახისა და სხვათა ნახარში. თითოეული მათგანი გამოიყენეთ განსაზღვრული დანიშნულებისათვის. მაგალითად,

ბრინჯისა და მაკარონის ნახარში გამოიყენეთ შეზავებული სუპების გასახსნელად; კარტოფილის, ყვავილოვანი კომბოსტოს, სატაცურის ნახარში — კომბოსტოს შჩის გასახსნელად; წითელი ჭარხლის ნახარში — ბორშჩის, ხოლო ახალი ისპანახის ნახარში — მჟაუნას და ისპანახის შჩის გასახსნელად.

ცხელი სუპები სამ ჯგუფად იყოფა: 1. შეზავებული, 2. გატარებული და 3. გამჟვირვალე. ამით შორის ყველაზე დიდი მოთხოვნილება შეზავებულ სუპებზეა.

შეზავებული სუპები მოამზადეთ ხორცის, თევზისა და სოკოს ბულიონით, ბოსტნეულისა და ბურღულის ნახარშით და აგრეთვე რძით ან წყალგარეული რძით.

ხორცისა და სოკოს ბულიონზე მოამზადეთ შეზავებული სუპები ბოსტნეულით, ბურღულით, ცერცვოვანი და მაკარონის ნაწარმით, ხოლო თევზის ბულიონზე — მარტო ბოსტნეულითა და ბურღულით.

შეზავებული სუპებისათვის ბოსტნეული უმეტესად ნამჭისებურად, კუბისებურად და მოგრძოდ დაჭერიო.

აღუღებულ ბულიონში ან ნახარშში პროდუქტები ზოგი უში, ზოგი მოხარშული და ზოგიც მოშუშული ჩააწყეთ. მაგალითად, ახალი კომბოსტო, კარტოფილი, ბურღული (გარდა უჩენჩო ქერის) და მაკარონის ნაწარმი უში ჩაუშვიო. მოშუშული ჩაუშვიო ჭარხალი და მჟავე კომბოსტო ბორშჩისათვის; მოხარშული — უჩენჩო ქერი, ხოლო კიტრის მწნილი — ნახევრად მოხარშული.

ზოგიერთ შეზავებულ სუპებს მოშუშული ფქვილი ან თეთრა საწებელი დაუმატეთ. შეზავებული სუპები, რომლებიც მზადდება კარტოფილის, ბრინჯის, უჩენჩო ქერისა და მაკარონის ნაწარმისაგან, ფქვილით არ შეკაზმოთ.

შეზავებული სუპები შეიძლება შემდეგ ჯგუფებად დაიყოს: ბორშჩი, შჩი, რასოლნიკი და სხვა წვნიანები.

ბორშჩი ეწოდება ისეთ შეზავებულ სუპს, რომლის შემადგენლობაშიც შედის ბუღში გამოყვანილი ჭარხალი, მოშუშული ბოსტნეული, ახალი ან დამწნილებული კომბოსტო; დანარჩენი პროდუქტები შეიძლება სხვადასხვანაირი იყოს. ბორშჩებთან შეიძლება ცალკე მიიტაროთ რუსული ხაჭაპური (ვატრუშკა), ლევზელი და სხვა.

შჩის შემადგენლობაში შედის მწვანე ბოსტნეული (კომბოსტო, მჟაუნა, ისპანახი, კინჟარი) და მოშუშული ძირძურები.

შჩი კარტოფილის გარეშე მზადდება. ამით განსხვავდება ის დანარჩენი მწვანე ბოსტნეულისაგან გაკეთებული სუპებისაგან, რომ-

ელთა შემადგენლობაშიც კარტოფილი შედის. შჩისტან შეიძლება ცალკე იქნას მიტანილი რუსული ხაჭაპური, წიწიბურის ფაფა.

რასოლნიკი ეწოდება ისეთი სახის შეზავებულ წვნიან კერძს, რომლის შემადგენლობაში აუცილებლად შედის მყავე კიტრი, მყავე კიტრის ხსნარი, მოშუშული ბოსტნეული; მისი შეკაზმვა შეიძლება თეთრი საწებლით ან ლიეზონით.

შეზავებული სუპების მომზადების წესი თითქმის ერთნაირია. ადულებულ ბულიონში ან ნახარშში გარკვეული თანმიმდევრობით (იმისდა მიხედვით, თუ რა დროა საჭირო მოსახარშად) ჩაუშვით შემზადებული პროდუქტები, მოშუშული ბოსტნეული და მზადყოფნამდე 10-15 წუთით ადრე სუპი შეანელეთ მარილით, პილპილით, დაფნის ფოთლით, ხოლო მოხარშვის დამთავრებისას, ის მოშუშული ფქვილით ან თეთრი საწებლით შეკაზმეთ.

შეზავებული სუპების მომზადება ხორცის (ძროხის, ღორის, ცხვრის) კონსერვიდან შემდეგნაირად ხდება. ხორცის კონსერვი, რომელიც რკინის კოლოფშია მოთავსებული, გახსენით და გასაცხელებლად ფილაქურის ნაპირზე დადგით, შემდეგ ქვაბში ჩადგმულ საწურავში გადმოაპირქვავეთ და ხორცი და წვენი ერთმანეთს დააშორეთ. შუშის ქილაში მოთავსებული კონსერვი გახსენით და ფილაქურის (წყლიან) მარმიტზე გააცხელეთ (რომ ქილა არ გასკდეს) და შემდეგ საწურავში გადაიღეთ.

ბულიონის ზედაპირს ცხიმი მოხადეთ, რასაც ბოსტნეულის მოსაშუშად გამოიყენებთ. კონსერვის ბულიონს შეზავებული სუპი გაურიეთ მის მომზადებამდე 5-10 წუთით ადრე, ხოლო ხორცი გაცემისას მათლაფაში ჩადეთ.

თევზის კონსერვის გამოყენებისას ქილა გახსენით და მისი შემადგენელი ნაწილი შეზავებულ სუპში ჩაურთეთ მოხარშვის დამთავრებამდე 10-15 წუთით ადრე.

შეზავებული სუპების მომზადების დროს განსაკუთრებული მნიშვნელობა ეძლევა: ა) ადულებულ ბულიონში ან ნახარშში პროდუქტებისა და მოშუშული ბოსტნეულის თანმიმდევრულ ჩაშვებას, ბ) სანელებლის — მარილის, პილპილის, დაფნის ფოთლის რაოდენობასა და მათ დროულ ჩაყრას.

მოუხარშავი ან გადახარშული პროდუქტები, სანელებლის სიკარბე ან სიმცირე — სუპების გემოს მკვეთრად აუარესებს.

სხვადასხვა პროდუქტების ხარშვა ბულიონში გრძელდება (წუთებში): თეთრი თავხვეული კომბოსტოსი — 20-30, ყვავილოვანი კომბოსტოსი — 30-50, მთელ-მთელი კარტოფილის — 25-30, ღაჭრი-

ლი კარტოფილის — 12-15. მოშუშული ძირძერების — 10-15. ის-
პანახის — 8-10, მყაუნასი — 5-7, ცერცოვანის (მწვანე პარკში) —
12, კიტრის მწნილის — 15-20, მაკარონის ნაწარმის — 12-15, ლაფ-
შის — 20-25, ბრინჯის — 30, წინასწარ დაღობილი უჩენჩო ქე-
რის — 40-50.

შეზავებული სუპები წინასწარ გაცხელებული ხორცის ან თევ-
ზის ნაჭრებით გაუშვით. გაცემის წინ ზოგიერთ სუპს არაუადრეს ან
ლიეზონი დაუმატეთ. ვიტამინებით გამდიდრების მიზნით სუპში
წვრილად დაჭრილი მწვანე ხახვი, კამა ან სხვა მწვანელი ჩაყარეთ.

შეზავებული სუპები მომხმარებელთან მათლაფით ან სპეცია-
ლური ულუფის ქურჭლით მიიტანეთ.

მოშუშული ბოსტნეულისა და ფჰვილის, აგრეთვე თეთრი საწაბლისა და ლიეზონის მომზადება

ბოსტნეულის მოშუშვა

ბოსტნეულიდან შეგიძლიათ მოშუშოთ სტაფილო, ოხრახუშის
ძირები, თაღამურა, ნიახური, ძირთეთრა, კამა, ახალი პამიდორი,
მწვანე და თავიანი ხახვი და აგრეთვე ტომატი-პიურე.

მოსაშუშად ბოსტნეული სხვადასხვა ფორმით დაჭერით და გაც-
ხელებულ ცხიმთან ქურქელში (ქვაბში, ტაფაში, სქელძირიან განიერ
ქვაბში და სხვა) ჩაუშვით. მოშუშვის დამთავრებამდე 5-10 წუთით
ადრე მას მიუმატეთ ტომატი-პიურე. მოშუშვის შემდეგ ბოსტნეუ-
ლი რბილდება და მას ნაზი, ოდნავ შემწვარი ქერქი უკეთდება, რის
გამოც არომატიც და ფერიც უკეთესი ეძლევა.

ფჰვილის მოშუშვა

გაცილი ხორბლის თეთრი ფქვილი სქელძირა დაბალ ქვაბში
ან ტაფაში მოათავსეთ ისე, რომ მისი სიმაღლე 2,5 სანტიმეტრს
არ აღემატებოდეს. მოშუშეთ შესაწვავ კარადაში ან ჰაერლუმელ-
ში. რომ არ დაიწვას, ხშირად ურიეთ. ფქვილი ღებულობს ოქროს
ფერს, სასიამოვნო გემოსა და სუნს. მოშუშული ფქვილი გაცივებულ
ბულიონში ან ნახარში ჩაუშვით და ურიეთ იქამდე, ვიდრე ერთ-
გვარი შენაერთი არ წარმოიშობა, შემდეგ გაღაწურეთ.

თეთრი საწაბალი

სქელძირიან განიერ ქურქელში ერბო ან კარაქი ჩადეთ და 40-
50°-მდე გააცხელეთ; შემდეგ ჩაუშვით ხორბლის გაცილი თეთრი
ფქვილი და მოშუშეთ, თან ურიეთ, ვიდრე ფქვილი ღია მოყვითა-

ლო ფერს არ მიიღებს. შემდეგ მასში თანდათანობით ცხელი ბუ-
ლიონი ან ნახარში ჩაასხით და განუწყვეტლივ ურიეთ; 5-10 წუთს
წამოაღულეთ, რის შემდეგ საცერში გაწურეთ.

ლიეზონი

მოუხარშავი კვერცხი მთლიანად ან მარტო გული სქელძირიან
განიერ ჭურჭელში ჩადეთ, თანდათანობით აღუღებულ რძეში ან
ნაღებში გახსენით და 60-70° ტემპერატურაზე გააცხელეთ, ვიდრე
არ შესქელდება და ერთგვარი მასა არ მიიღება. ლიეზონი, გასტუმ-
რების წინ, სუპებში შეურიეთ. ამის შემდეგ სუპის აღუღება აღარ
შეიძლება.

შეზავებული სუპების მომზადება და გასტუმრება

უკრაინული ბორში

გაფცქვნილი ძირძურები და კარხალი ნამჭისებურად დაჭერით.
კარხალი 20-30 წუთს შუშეთ, თან დაუმატეთ ცხიმი, ტომატი-პიუ-
რე, ძმარი, შაქარი და ბულიონი. დაჭრილი ძირძურები და თავიანი
ხახვი ოდნავ მოხრაკეთ ცხიმში, აურიეთ მოშუშულ ფქვილში, გახ-
სენით ბულიონში და აღულეთ.

ბორშიისათვის მომზადებულ ბულიონში ჩააწყეთ მსხვილ წილა-
კებად დაჭრილი კარტოფილი, დაჭრილი კომბოსტო, მოშუშული
სტაფილო, მარილი და 10-15 წუთი ხარშეთ, შემდეგ მას დაუმატეთ
ფქვილთან ერთად მოშუშული ძირძურები, დაფნის ფოთოლი, სურ-
ნელოვანი პილპილი, წიწაკა და ხარშეთ მანამდე, ვიდრე კომბოს-
ტო და კარტოფილი მზად არ იქნება.



სურ. 15. უკრაინული ბორში
დევ ბორშის არაქანი დაასხით და წვრილად დაჭრილი ოხრახუში
მოაყარეთ (სურ. 15).

მომზადებული ბორში
შეკაზმეთ ქონით, ნიორში
დანაყილი ოხრახუშით, მიუ-
მატეთ წილაკებად დაჭრი-
ლი პამიდორი, წამოაღუ-
ლეთ, რის შემდეგაც ბორ-
ში 10—15 წუთის განმავ-
ლობაში დაწმინდეთ.

მათლაფაში დასხმის შემ-

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ჭარხალი 100 გ, კომბოსტო 50 გ, კარტოფილი 80 გ, სტაფილო 15 გ, თეთრი ძირები 10 გ, თავიანი ხახვი 20 გ, ნიორი 2 გ, ტომატი-პიურე 15 გ, ხორბლის ფქვილი 5 გ, ცხიმი 5 გ, ღორის ქონი 5 გ, არაყანი 15 გ, შაქრის ფხვნილი 5 გ, ძმარი 6 გ, კამა-ოხრახუში 5 გ, მარილი 5 გ, წიწაკა 0,1 გ.

მოსაოვეარი ბორჴი

წითელი ჭარხალი გათალეთ, ასანთის მსგავსად დაჭერით და მთელი რაოდენობა დროებით მომინანქრებულ ჭურჭელში ჩაუშვით, მოაყარეთ შაქრის ფხვნილი და მოასხით ძმარი. ამავე დროს ჭარხლის ფორმის მსგავსად დაჭერით გაფცქვნილი და გასუფთავებული თავიანი ხახვი, სტაფილო და თეთრი ძირები, ყველაფერი ერთმანეთში აურიეთ და ქვაბში ჩაყარეთ; დააწურეთ ხორცის ნახარშის სიმსუქნე ან ცხიმი. სახურავი დაახურეთ და ათი წუთის განმავლობაში შუშეთ, რის შემდეგ დაუმატეთ ტომატი-პიურე და კიდევ შუშეთ, სანამ ცხიმი ტომატის ფერს არ მიიღებს; ამის შემდეგ ჩაუმატეთ დაჭრილი ჭარხლის მთელი რაოდენობა და კარგად მოურიეთ, სახურავი დაახურეთ და ბულში გამოიყვანეთ. ბულში გამოყვანის დროს ყოველ 10-15 წუთში ერთხელ ურიეთ. შემდეგ თანდათანობით დააწურეთ ნახარში და გახსნილი მოშუშული ფქვილი; როდესაც ადუღდება, ჩაუმატეთ კუთვნილი ნორმის ნახევარი დაჭრილი და გათუთქული ახალი კომბოსტო, ხოლო ხუთი წუთის შემდეგ დაჭრილი კარტოფილი, კამა-ოხრახუშის კონა და დაკეპილი ნიორი, შეანელოთ მარილითა და წიწაკით; შეზავების დროს ბორშის ღორის შაშხის ძვალი ჩაუმატეთ. გაშვებისას ხორცთან ერთად მიეცით სოსისი და ღორის შაშხი, ზევიდან დაასხით არაყანი და მოაყარეთ დაკეპილი ახალი კამა ან ოხრახუში. მოსკოვერ ბორშის მეტი სიწითლე და მოტკბო გემო უნდა ახასიათებდეს.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ძროხის ხორცი (მკერდი) 44 გ, ღორის შაშხი 25 გ, სოსისი 21 გ, ძვლები 100 გ, შაშხის ძვლები 25 გ, ჭარხალი 100 გ, ახალი კომბოსტო 100 გ, სტაფილო 25 გ, თავიანი ხახვი 24 გ, თეთრი ძირები 10 გ, კარაქი 10 გ, არაყანი 10 გ, ფქვილი 72 პროცენტის 5 გ, შაქრის ფხვნილი 5 გ, ძმარი 8 გ, ტომატი-პიურე 15 გ, ნიორი 2 გ, მწვანელი 5 გ, მარილი 5 გ და საწარმოები.

მოსკოვერ ბორშითან ცალკე შეიძლება გასცეთ არაყნის რუსული ხაჭაპური.

ნახევრად მოხარშული ქარხალი, სტაფილო, თეთრი ძირები და თავიანი ხახვი ასანთის მსგავსად დაჭერით. მისი მომზადების წესი ისეთივეა, როგორც უკრაინული ბორშჩის; მათ შორის განსხვავება ის არის, რომ ახალი კომბოსტოს ნაცვლად წვრილად დაჭრილი მკაუნა ან ისპანახი იხმარება, ხორცის ნაცვლად კი ხორცის ხინკლები (კალდუნი) და შემწვარი სარდელი.

სურსათის ნორმა და გასტუმრების წესი იგივეა, როგორც უკრაინული ბორშჩის, 20 გ სარდელის დამატებით.

აოლტავეური ბორშჩი

ნახევრად მოხარშული ქარხალი, კომბოსტო, სტაფილო. თეთრი ძირები და თავიანი ხახვი ასანთის მსგავსად დაჭერით; მისი მომზადების წესი ისეთივეა, როგორც უკრაინული ბორშჩის. განსხვავება მათ შორის ის არის, რომ მოხარშული ხორცის ნაცვლად ხორცის გუფთები ან ბატის ხორცი უნდა გასცეთ.

სურსათის ნორმა და გასტუმრების წესი იგივეა, როგორც უკრაინული ბორშჩის.

ბორშჩი სოკოთი ვეგეტარიანულად

ხმელ სოკოს ნახევარი ლიტრი ცივი წყალი დაასხით და ცეცხლზე დადგით. ნახევრად მოხარშული წითელი ქარხალი ასანთის მსგავსად დაჭერით, ჩაუშვით მომინანქრებულ კუთრებელში, მოაყარეთ შაქრის ფხვნილი და დაასხით ძმარი. შემდეგ დაჭერით თავიანი ხახვი, სტაფილო და თეთრი ძირები, ყველაფერი ეს ერთად ჩაყარეთ ქვაბში და დააწურეთ გამდნარი კარაქი, შუშით ათ წუთს, შემდეგ დაუმატეთ ტომატი-პიურე და კვლავ შუშით. როდესაც ცხინი ტომატის ფერს მიიღებს, ჩაუმატეთ დაჭრილი ქარხლის მთელი რაოდენობა, კარგად მოურიეთ და ბუღში მოიყვანეთ. 15-20 წუთის შემდეგ თანდათანობით დააწურეთ სოკოს ნახარში და გახსნილი მომზადებული ფქვილი, ალულების შემდეგ ჩაუმატეთ კამა-ოხრახუშის კონა, გათუთქული დაჭრილი ახალი კომბოსტო, ხოლო ხუთი წუთის შემდეგ ნივრისებურად დაჭრილი კარტოფილი და დაკეპილი ნიორი; შეანელეთ მარილით და წაწკით: როდესაც მზად იქნება, გადმოდგით და გაუშვით დაჭრილი ნახარშული სოკოთი. ზევიდან დაასხით არაქანი და მოაყარეთ დაკეპილი კამა ან ოხრახუში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ხმელი სოკო 15 გ. კარხალი 100 გ, ახალი კომბოსტო 100 გ, კარტოფილი 100 გ, თავიანი ხახვი 20 გ, სტაფილო 20 გ, თეთრი ძირები 10 გ, კარაქი 10 გ. არაყანი 20 გ, ნიორი 2 გ, მწვანილი 5 გ, ტომატი-პიურე 15 გ, ფქვილი 5 გ, მარილი 5 გ, წიწკა 0,1 გ, ძმარი 8 გ, შაქარი 5 გ.

ახალი კომბოსტოს შჩი

თეთრთავიანი კომბოსტო და დანარჩენი ბოსტნეული ნამჯისებურად დაჭერით. აღუღებულ ბულიონში ჩაუშვით შემზადებული კომბოსტო და აღუღეთ, შემდეგ ჩაყარეთ მოშუშული სტაფილო, ოხრახუში, თავიანი ხახვი, თაღამი. მოხარშვის შემდეგ დაუმატეთ დაუფქვავი პილპილი, დაფნის ფოთოლი და მარილი. შჩი შეანელეთ მოშუშული ფქვილით და კვლავ ხარშეთ 5-10 წუთს. შჩიში აგრეთვე შეიძლება ჩაუშვათ მოშუშული ტომატი-პიურე ან წითელი პამიდორი.

იმ მიზნით, რომ თავიდან აცილებული იქნას არასასიამოვნო გემო, რომელსაც ზოგიერთი თეთრთავა კომბოსტო იძლევა, მიზანშეწონილია, რომ ასეთი კომბოსტო ბულიონში ჩაშვებამდე 2-3 წუთით მდუღარე წყალში ჩადოთ.

გაშვების წინ შჩიში ჩაასხით არაყანი და მწვანილი ჩაყარეთ. შჩისტან ცალკე შეიძლება მიიტანოთ არაყნის რუსული ხაჭაპურა (ვატარუშკა).

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ახალი კომბოსტო 200 გ, თაღამი 20 გ, სტაფილო 25 გ, ოხრახუში 7 გ, თავიანი ხახვი 24 გ, პრასა 10 გ, ცხიმი 10 გ, არაყანი 10 გ, მწვანილი 5 გ, ფქვილი 5 გ, ტომატი-პიურე 10 გ, პილპილი და დაფნის ფოთოლი 0,1 გ.

ახალი კომბოსტოს შჩი ზარმაცულად

ახალი კომბოსტოს თავი დაჭერით ნივრისებურად, ოთხად ან ექვსად ისე, რომ თითოეული ნაჭერი დაკავშირებული იყოს კომბოსტოს ღეროზე; ამასთან სტაფილო, ხახვი, პრასა და თეთრი ძირები დაჭერით ნივრის კბილების მსგავსად; დაჭრილი ძირძურების მთელი რაოდენობა ჩაუშვით ქვაბში, დაასხით ხორცის ნახარშის სიმსუქნე, დაახურეთ სახურავი და შუშეთ 10 წუთის განმავლობაში; შემდეგ დაუმატეთ ტომატი-პიურე ან გატარებული მოხარშული ახალი პამიდორი და კვლავ შუშეთ ძირძურებთან ერთად, ვიდრე ცხიმი ტომატის ფერს არ მიიღებს; ამის შემდეგ ნახევრად გახ-

სენით ხორცის ნახარშით, მოხადეთ სიმსუქნე და გადაასხით მეორე ქვაბში, რაშიც დადუღების შემდეგ მოშუშეთ თეთრი პურის ფქვილი. შჩის ნახევრად გახსნილ შემადგენლობაში ჩაუშვით დაჭრილი და გათუთქული კომბოსტო, დაუმატეთ ნახარში, დააწურეთ მოშუშული ფქვილი და შეავსეთ ნორმამდე; როდესაც ადუღდება, ჩაუმატეთ კამა-ოხრაახუშის კონა, ნივრისებურად დაჭრილი კარტოფალი, დადუღებული არაჟანი, დაკეპილი ნიორი. შეანელებთ მარილითა და წიწაკით. ჩაუმატეთ თესლისაგან გასუფთავებული ნივრისებურად დაჭრილი პამიდორი, რის შემდეგ გადმოდგით ცეცხლიდან. გაშვებისას ზევით დაასხით არაჟანი და მოაყარეთ დაკეპილი კამა ან ოხრაახუში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ახალი კომბოსტო 200 გ, სტაფილო 20 გ, კარტოფილი 80 გ, წითელი პამიდორი 50 გ, პრასი 10 გ, თეთრი ძირები 10 გ, თავიანი ხახვი 20 გ, ტომატი 15 გ, ფქვილი 5 გ, ცხიმი 15 გ, არაჟანი 20 გ, მწვანელი 5 გ, ნიორი 2 გ, მარილი 5 გ, პილპილი 0,1 გ.

ახალი კომბოსტოს შჩი ბულგარულად

ბოსტნეული, თავიანი ხახვი, სტაფილო და თეთრი ძირები დაკერით სამკუთხედ ნაჭრებად, დაჭრილი ბოსტნეულის მთელი რაოდენობა ჩაუშვით ქვაბში, დააწურეთ ხორცის ნახარშის სიმსუქნე ან ცხიმი, დაახურეთ სახურავი და შუშეთ ათი წუთის განმავლობაში; შემდეგ ჩაუმატეთ ტომატი-პიურე, მოხარშული და გატარებული ახალი პამიდორი და შუშეთ მანამ, ვიდრე ცხიმი ტომატის ფერს არ მიიღებს. მერე ხორცის ნახარშით ნახევრად გახსენით, მოხადეთ სიმსუქნე და გადაასხით მეორე ქვაბში, რაშიც დადუღების შემდეგ მოშუშეთ თეთრი ფქვილი. შჩის გახსნილ მოშუშულში ჩაუშვით სამი სანტიმეტრის სიგრძე-სიგანის ოთხკუთხედი ფორმით დაჭრილი და გათუთქული ახალი კომბოსტო. 10 წუთის დუდილის შემდეგ დააწურეთ გახსნილი მოშუშული ფქვილი და ხორცის ნახარშით ნორმამდე შეავსეთ; 5 წუთის შემდეგ ჩაუმატეთ ოთხკუთხედად დაჭრილი კარტოფილი, დანაყილი ნიორი, კამა-ოხრაახუშის კონა და დაჭრილი ბულგარული წიწაკა; შეანელებთ მარილით და წიწაკით, რის შემდეგაც კიდევ ადუღეთ 10-15 წუთი. ცეცხლიდან გადმოდგმის წინ ჩაუმატეთ თესლგამოცლილი ნივრისებურად დაჭრილი წითელი პამიდორი, გადმოდგით და 10 წუთის დასვენების შემდეგ გაუშვით. გაეცით ბულგარულ წიწაკაში ჩართული ხორცის

ნაკები (ერთი ცალი). შჩის ზევიდან დაასხით არაქანი და მოაყარეთ დაკეპილი ახალი კამა ან ოხრახუში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ახალი კომბოსტო 200 გ, სტაფილო 20 გ, ბულგარული წიწყა 2 ცალი, კარტოფილი 100 გ, თეთრი ძირები 10 გ, თავიანი ხახვი 20 გ, ტომატი 20 გ, ახალი პამიდორი 50 გ, ნიორი 2 გ, ცხიმი 15 გ, არაქანი 20 გ, ფქვილი 5 გ, მწვანელი 5 გ, მარილი 5 გ, პილპილი 0,1 გ, ძროხის ხორცი 45 გ (ჩასართავად).

ახალი კომბოსტოს შჩი სალდათურად

ახალი კომბოსტოს შჩი სალდათურად მზადდება ისევე, როგორც ბულგარული შჩი, მხოლოდ გასტუმრების დროს შჩის დაუმატეთ წვრილად (ოთხკუთხედად) დაჭრილი მოხარშული ხორცი. შჩის ზევიდან დაასხით არაქანი და მოაყარეთ დაკეპილი კამა ან ოხრა-ხუში. ცალკე გაეცით ქვავის პურის ოთხკუთხედად დაჭრილი ორ-ცხობილა.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ძროხის ხორცი 45 გ, ახალი კომბოსტო 200 გ, სტაფილო 20 გ, კარტოფილი 100 გ, თეთრი ძირები 10 გ, თავიანი ხახვი 20 გ, ხორბლის თეთრი ფქვილი 5 გ, არაქანი 20 გ, ტომატი 20 გ, ნიორი 2 გ, ცხიმი 15 გ, მწვანელი 5 გ, მარილი 5 გ, პილპილი 0,1 გ, ქვავის პური 50 გ.

დაკეპილი ახალი კომბოსტოს შჩი

თავიანი ხახვი, სტაფილო და თეთრი ძირები წვრილად დაჭე-რით. დაჭრილი ძირძურების მთელი რაოდენობა ქვაბში ჩაუშვით; დააწურეთ ხორცის ნახარშის სიმსუქნე, დაახურეთ სახურავი და შუშეთ; 10 წუთის შემდეგ დაუმატეთ ტომატი და კვლავ შუშეთ; როცა ცხიმი ტომატის ფერს მიიღებს, ჩაუმატეთ წმინდად დაკეპი-ლი, მარილმოყრილი, დაზეღილი და ხელით გაწურული ახალი თეთრთავა კომბოსტო, აურიეთ მოშუშულში და ოცი წუთის გან-მავლობაში კიდევ შუშეთ; დროგამოშვებით მოურიეთ, შემდეგ თან-დათან დააწურეთ ხორცის ნახარში და გახსნილი მოშუშული ფქვი-ლი; როდესაც ადუღდება, ჩაუმატეთ კამა-ოხრახუშის კონა, ოთხ-კუთხედად დაჭრილი კარტოფილი და დაკეპილი ნიორი; შეანელებთ მარილით, პილპილით და ღიმონის სიმკვებით; შეზავების შემდეგ 15 წუთი კიდევ ადუღეთ; როდესაც მზად იქნება, გადმოდგით და 10 წუთის შესვენების შემდეგ გაუშვით. ზევიდან დაასხით არაქანი

და მოაყარეთ დაკეპილი კამა ან ოხრახუში. ცალკე გაეცით ფხვიერი წიწიბურის ფაფა.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ახალი კომბოსტო 200 გ, სტაფილო 20 გ, კარტოფილი 100 გ, თეთრი ძირები 10 გ, თავიანი ხახვი 20 გ, ხორბლის თეთრი ფქვილი 5 გ, არაყანი 20 გ, ცხიმი 15 გ, ტომატი 20 გ, ნიორი 2 გ, მწვანილი 5 გ, მარილი 5 გ, პილპილი 0,1 გ.

დაკემსილი ახალი კომბოსტოს შიი

თავიანი ხახვი და თეთრი ძირები ასანთის მსგავსად დაჭერით, ერთად ჩაუშვით ქვაბში, დააწურეთ ხორცის ნახარშის სიმსუქნე ან ცხიმი და თავდახურული შუშეთ. ერთხელ-ორჯერ მოურიეთ, 10 წუთის შემდეგ ჩაუმატეთ ტომატი და კვლავ შუშეთ, მანამ ცხიმო ტომატის ფერს არ მიიღებს. ამ დროს თანდათანობით ნახევრამდე დააწურეთ ნახარში; როდესაც ზევიდან ცხიმს მოივდებს, მოხადეთ და გადასხით მეორე ქვაბში, რაშიც გახსენით მოშუშული ფქვილი.

გახსნილ წვენში ერთდროულად ჩაუშვით დაკემსილი და გათუთქული ახალი კომბოსტო; 10 წუთის დუღილის შემდეგ დააწურეთ გახსნილი მოშუშული ფქვილი და ნახარშით ნორმამდე შეავსეთ; როდესაც ადუღდება, ჩაუმატეთ კამა-ოხრახუშის კონა, ნივრისებურად დაჭრილი კარტოფილი, დაკეპილი ნიორი, დაკემსილი ბულგარული წიწაკა და შეანელებ მარილითა და პილპილით. მზადყოფნის შემდეგ ჩაუმატეთ თესლგაცილი ნივრისებურად დაჭრილი ახალი პამიდორი და 10 წუთის დასვენების შემდეგ გაეცით. ზევიდან დაასხით არაყანი და მოაყარეთ დაკეპილი კამა ან ოხრახუში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ახალი კომბოსტო 200 გ, ცხიმი 15 გ, სტაფილო 20 გ, კარტოფილი 100 გ, პამიდორი 50 გ, ხახვი 25 გ, თეთრი ძირები 10 გ, ნიორი 3 გ, ტომატი 15 გ, არაყანი 25 გ, ფქვილი 5 გ, მარილი 4 გ, პილპილი 0,1 გ, მწვანილი 5 გ, ბულგარული წიწაკა 3 გ.

მჟავე კომბოსტოს შიი

მჟავე კომბოსტოს შიი მზადდება ორი სახის: დაკემსილი ან დაჭრილი. მჟავე კომბოსტო გარეცხეთ და გაწურეთ (თუ კომბოსტო ძალიან მჟავეა, (ივე წყალში დაალბეთ და შემდეგ გაწურეთ), მაგიდაზე გაშალეთ და გაასუფთავეთ დაფნის ფოთლის, სტა-

ფილოსა და ღეროებისაგან. გარჩეული კომბოსტო დაჭერით ან დაკემსეთ. მოამზადეთ ხახვი, სტაფილო, თეთრი ძირები (ისინი იმავე ფორმით დაჭერით, როგორც კომბოსტო), ჩაუშვით ქვაბში, დაასხით ცხიმი და მოშუშეთ 10 წუთის განმავლობაში; შემდეგ ჩაუმატეთ ტომატი და კიდევ შუშეთ მანამ, სანამ ცხიმი ტომატის ფერს არ მიიღებს. ამის შემდეგ ჩაუშვით კომბოსტო და თავდახურული შუშეთ 20-30 წუთი, მას დროგამოშვებით ურიეთ; დასასრულს გახსენით ბულიონის წვენი და მოშუშული თეთრი ფქვილით. ადუღების შემდეგ ჩაუმატეთ კამა-ოხრახუშის კონა და ნივრისებურად დაჭრილი კარტოფილი; შეანელეთ გემოზე და როდესაც მზად იქნება, 10 წუთის შემდეგ გაუშვით. გაშვებისას დაასხით არაყანი და მოაყარეთ წვრილად დაკეპილი კამა ან ოხრახუში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: მყავე კომბოსტო 200 გ. თავიანი ხახვი 25 გ, კარტოფილი 150 გ, სტაფილო 15 გ, თეთრი ძირები 10 გ, თეთრი ფქვილი 5 გ, ცხიმი 15 გ, მწვანელი 5 გ, ტომატი 15 გ, არაყანი 20 გ, მარილი 3 გ, პილპილი 0,1 გ.

მეხუთე კომბოსტოს შჩი სოკოთი

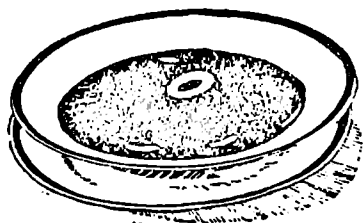
მოხარშული ხმელი სოკო გადაწურეთ საცერში და კუბიკებად დაჭერით. მყავე კომბოსტო წვრილად დაკეპეთ (თუ ის არ არის დაკეპილი), ქვაბში მოათავსეთ, ჩაუმატეთ ცხიმი, ტომატი, ცოტა ბულიონი და მოშუშეთ, დროგამოშვებით მოურიეთ, რომ არ მიიწვას; შემდეგ ჩაუმატეთ წინასწარ მოშუშული ძირძურები, ხახვი და კვლავ განაგრძეთ შუშვა; 10 წუთის შემდეგ დააწურეთ სოკოს გამზადებული ბულიონი, ჩაუშვით კუბიკებად დაჭრილი სოკო, წამოადუღეთ, შეაზავეთ მოშუშული და ბულიონში გახსნილი ფქვილით, შავი პილპილით, ნივრით, დაფნის ფოთლით და 5-10 წუთის კიდევ წამოადუღეთ. გაეცით არაყნით და დაკეპილი მწვანელით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ხმელი თეთრი სოკო 10 გ, მყავე კომბოსტო 200 გ, თავიანი ხახვი 25 გ, სტაფილო 25 გ, თეთრი ძირები 10 გ, მწვანელი 7 გ, არაყანი 10 გ, ცხიმი 10 გ, ხორბლის თეთრი ფქვილი 5 გ, ტომატი 20 გ, მარილი 3 გ, პილპილი 0,1 გ.

ახალი მუშუნისა და ისპანახის შჩი (მწვანე შჩი)

მწვანე შჩის (სურ. 16) მოსამზადებლად ცივ წყალში გარეცხილი და გაწურული მყაუნა ჩაუშვით ქვაბში, დაახურეთ სახურავი და ორთქლში მოხარშეთ. ისპანახი მდულარე წყალში მოხარშეთ (მწვანე ფერი რომ შეინარჩუნოს); როდესაც ერთი და მეორეც

საქმარისად მოიხარშება, ისპანახი გაწურეთ და მაგიდაზე გაშალეთ, მჟაუნას კი გადაეწურება საკუთარი სითხე; შეგრილებული ისპანახი გაატარეთ ხორცის საკვებ მანქანაში და შემდეგ მჟაუნა. ამასთან შეამზადეთ წმინდად დაკეპილი მწვანე და თავიანი ხახვი, ჩაუშვით ქვაბში, ცხიმში 10-15 წუთის შემდეგ ჩაუმატეთ ხორბლის თეთრი ფქვილი და კიდევ შემეთ 10 წუთს, შემდეგ გახსენით ბუ-



სურ. 16. ახალი მჟაუნისა და ისპანახის შჩი

ლიონით, ჩაუშვით გატარებული მჟაუნა და ისპანახი, კარგად მოურიეთ; შემდეგ თანდათანობით გახსენით საჭირო რაოდენობის მღუღარე ბულიონით, თან რამდენიმეჯერ მოურიეთ და თავისივე სიმეფე ჩაუმატეთ. 5 წუთის დუღილის შემდეგ ჩაუმატეთ დაკეპილი ახალი კამა-ოხრა-ხუში, შეანელოთ მარილით და მწვანე წიწაკით.

შეზავების შემდეგ წამოაღულეთ, გადმოდგით და 10 წუთის შემდეგ გაუშვით ერთი მეოთხედი ან ნახევარი მაგრად მოხარშული კვერცხით. ზევიდან არაყანი მოასხით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: მჟაუნა 75 გ. ისპანახი 125 გ, მწვანე ხახვი 20 გ, თავიანი ხახვი 15 გ, ცხიმი 10 გ, ხორბლის თეთრი ფქვილი 10 გ, მთელი კვერცხის 0,5, არაყანი 15 გ, კამა და ოხრა-ხუში 20 გ, მარილი 5 გ, წიწაკა 0,1.

რასოლნიკი (წათხის სუპი)

კანმოშორებული და თესლგამოცლილი კიტრის მწნილი რომბისებურად დაჭერით და ჩაუშვით ბულიონში. მღუღარე ბულიონში ჩაყარეთ ძელაკებად დაჭრილი კარტოფილი, მოშუშული ოხრა-ხუშის და ნიახურის ძირები, თავიანი ხახვი, კლაკვი და 10-15 წუთის განმავლობაში ხარშეთ. შემდეგ დაუმატეთ კიტრის მწნილი, დაუფქვავი პილპილი, დაფნის ფოთოლი, მარილი და კიდევ 10 წუთს ადუღეთ.

ამის შემდეგ ჩაასხით ადუღებული და გაწურული კიტრის წათხი, ჩაუშვით მჟაუნა ან ისპანახის დაჭრილი ფოთლები და დუღილად მიიყვანეთ.

გაშვებისას მათლაფაში დაასხით წათხი, შეკაზმეთ არაყნითა და

წერილად დაკეპილი მწვანელით (თევზის წაოხის სუპს არაყანი არ დაუმატოთ).

წათხის სუპი შეიძლება მოამზადოთ ძროხის, ღორის, ცხვრის და ქათმის ხორცი, შინაური ფრინველის შიგნეულით, საქონლის თირკმელით, აგრეთვე თართით, ახალი და გამხმარი თეთრი სოკოთი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ხორცი 100 გ, კარტოფილი 160 გ, ოხრაზუმი 40 გ, ნიახური 7 გ, თავიანი ხახვი 24 გ, ქლაკვი 26 გ, კიტრის მწნილი 50 გ, მჟაუნა 26 გ ან ისპანახი 27 გ, ცხიმი 10 გ, არაყანი 10 გ, მწვანელი 3 გ და სხვა სანელებელი.

მანვანის სუპი ბრინჯით

გასუფთავებული თავიანი ხახვი დაკეპეთ და კარაქში მოშუშეთ; 10 წუთის შემდეგ მას მიუმატეთ მანვანით გახსნილი და გაწურული თევზის პურის ფქვილი; როდესაც გასქელდება, თანდათანობით დაასხით და შეავსეთ მღუღარე ცხელი წყლით. ამავე ღროს ჩაუმატეთ მოხარშული ბრინჯი და შეანელოთ მარილითა და შაქრით. შეზავების შემდეგ სუპი კიდევ ადუღეთ 10 წუთს, რის შემდეგ გადმოდგით და თბილად შენახვის მიზნით ცხელ წყლიან ჭურჭელში ჩადგით; თბილი სუპი გაუშვით არაყნისა და კვერცხის ლიეზონით, ზევიდან მოაყარეთ დაკეპილი ახალი ტარხუნა ან კამა.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე; კარაქი 15 გ, მანვანი 200 გ, თავიანი ხახვი 25 გ, ბრინჯი 20 გ, არაყანი 15 გ, კვერცხი 10 გ, ტარხუნა 5 გ, მარილი 4 გ, შაქარი 2 გ.

ძროხის ხორცის ხარჩო

ხარჩოსათვის შეარჩიეთ ძროხის ხორცის მკერდის ნაწილი, ცური ან პურტები; დაჭრილი ხორცი ქვაბში ჩაუშვით, დაასხით 0,5 ლიტრი ცივი წყალი და მოსახარშად დადგით. ადუღებამდე ქაფი მოხადეთ და დაფნის ფოთოლი და ბაპარი ჩაუმატეთ; როდესაც ხორცი ნახევრად მოიხარშება, მიუმატეთ ბრინჯი და ტომატ-პიურეში მოშუშული დაკემილი ხახვი; ცალკე სანაყში დანაყეთ ნიორი, ქინძი, კამა, ოხრაზუმი, წიწაკა, მას მიუმატეთ ხმელი სუნელი, ყვითელი კოჭა და ეს ყველაფერი ხარჩოში აურიეთ. 5 წუთის დუღილის შემდეგ გადმოდგით და შეანელოთ. გასტუმრებისას 3-4 ნაჭერი ხორცი გაეცით. ზემოდან მოაყარეთ ქინძი ან ოხრაზუმი.

საერთოდ ხარჩო ზომიერად სქელი, ოდნავ მჟავე და მწვავე გემოსი უნდა იყოს.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ძროხის ხორცი 164 გ, ბრინჯი 35 გ, ცხიმი 15 გ. ტომატი-პიურე 15 გ. თავიანი ხახვი 36 გ. ხორბი 3 გ, ახალი ტყემალი 20 გ ან ტყემლის ტყლაპი 5 გ. ზემოთ აღნიშნული მწვანილეული 20 გ, ხმელი სუნელი 0,5 გ, მარილი 5 გ, წიწაკა 0,2 გ.

ქათმის ხორცის ხარისხი ნივთიერებით

ქათმის ხორცი წინასწარ ულუფებად დაჭერით და ქვაბში ჩაუშვით. ერთ ულუფაზე 0,5 ლიტრი ცივი წყალი დაასხით და დადგით მოსახარშად; როდესაც აღუღდება, ჩაუმატეთ დაფნის ფოთოლი, ბაპარი და მიხაკ-დარიჩინი; წვრილად დაკეპეთ თავიანი ხახვი და ჩაუშვით ქვაბში, დააწურეთ მას ქათმის ნახარშის სიმსუქნე, გამდნარი კარაქი და შუშეთ 10 წუთის განმავლობაში; შემდეგ ნახარშიდან ამოალაგეთ ნახევრად მოხარშული ქათმის ხორცი და ჩაუშვით მოშუშულ ხახვში. დაახურეთ სახურავი და ნელ ცეცხლზე ბულში მოიყვანეთ, 10-15 წუთის შემდეგ დაუმატეთ თეთრი პურის ფქვილი. დროგამოშვებით, ყოველ 5 წუთში, მოურჩეთ და თანდათანობით უმატეთ ქათმის ხორცის გაწურული ნახარში; როდესაც აღუღდება, შეაზავეთ მოხარშული და საცერში გატარებული ახალი ტყემალით, დაკეპილი და მერე დანაყილი ნივრით, წიწაკით, ქინძით, კამა-ოხრახუშით, ზაფრანის ყვავილით, ომბალოთი ან ხმელი სუნელით და მარილით; როდესაც მზად იქნება, გადმოდგით და მიუმატეთ ხარისხი 'წვენიტ გახსნილი წმინდად დანაყილი ნიგოზი (ნიგოზის დამატების შემდეგ აღარ გააცხელოთ, რადგან გაშავდება). გაშვებისას ზევიდან მოაყარეთ დაკეპილი ახალი მწვანილი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ქათმის ხორცი 100 გ, კარაქი 10 გ, პურის ფქვილი 5 გ, თავიანი ხახვი 30 გ, ნიგოზი 20 გ, ხორბი 2 გ. ტყემალი 30 გ. ყოველგვარი მწვანილეული 5 გ. მარილი 4 გ, წიწაკა 0,1 გ, ხმელი სუნელი 0,02 გ, დაფნის ფოთოლი 0,02 გ.

ქათმის ან პარის ჩიხრით

ხორცი დაჭერით ულუფაზე 3-4 ნაჭერი. მოხარშვისას ერთ ულუფაზე 0,5 ლიტრი წყალი დაასხით. ამავე დროს დაკეპეთ თავიანი ხახვი, მოათავსეთ ქვაბში და ჩაუმატეთ კარაქი ან ერბო და შუშეთ ისე, რომ ხახვმა თეთრი ფერი არ შეიცვალოს. მას ხორბლის თეთრი ფქვილი დაუმატეთ და კიდევ შუშეთ. 10 წუთის შემდეგ დაასხით ქათმის ნახარში; როდესაც აღუღდება, შეანელეთ მა-

რილით. მოხარშული ჩიხირთმის ხორცი მოათავსეთ ცალკე ქვაბში თბილად.

ცალკე შეამზადეთ უმი კვერცხის გული, დაკეპილი ქინძი, თეთრი ღვინის ძმარი. ზაფრანის წვენი და კარაქი. ისინი ერთმანეთში აურიეთ და გახსენით ღუღილშეჩერებული ჩიხირთმის წვენი. შემდეგ ჩიხირთმაში ჩაუშვით და კარგად მოურიეთ, მხოლოდ გასათბობად აღარ დადგათ, რომ არ აგეჰკრათ. გაუშვით მათლაფით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ქათამი ან ვარია 150 გ, ხახვი 35 გ, კარაქი 10 გ, კვერცხი 50 გ, ფქვილი 5 გ, ღვინის ძმარი 10 გ, ზაფრანა 1 გ, ქინძი 10 გ, მარილი 4 გ.

ბატკნის ხორცის ჩიხირთმა

ბატკნის ხორცი დაჭერით ერთ ულუფაზე ოთხი ნაჭერი. ჩაუშვით ქვაბში. ერთ ულუფაზე 0,5 ლიტრი წყალი დაასხით და დადგით ცეცხლზე. წმინდად დაკეპეთ თავიანი ხახვი, კარაქში მოშუშეთ, 10 წუთის შემდეგ ჩაუმატეთ თეთრი პურის ფქვილი, მერე თანდათანობით დაასხით ბატკნის ხორცის ნახარში; როდესაც ადუღდება, შეანელეთ მარილით. ამავე დროს ცალკე ქვაბში მოამზადეთ უმი კვერცხის გული, დაკეპილი ახალი ქინძი, ღვინის ძმარი და ზაფრანის წვენი. გადმოდგით ჩიხირთმის წვენი. ამ წვენი თანდათანობით გახსენით კვერცხის გული. გახსნილი კვერცხის გული შეუერთეთ ჩიხირთმის წვენს და მიუმატეთ კარაქი. როდესაც მზად იქნება. გაუშვით მოხარშული ბატკნის ხორცით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ბატკნის ხორცი 150 გ, კარაქი 15 გ, თავიანი ხახვი 35 გ, ხორბლის თეთრი ფქვილი 5 გ, კვერცხი 50 გ, ღვინის ძმარი 10 გ, ზაფრანა 1 გ, ახალი ქინძი 10 გ, მარილი 4 გ.

ქათმის ხორცის წვენი ბრინჯით — ქართულად

ქათმის წვენის მოსამზადებლად მთელი ქათამი გარუჯეთ სპირტის ალზე, მოაჭერით თავ-ფეხი, გამოწელეთ და გარეცხეთ ცივ წყალში. ფეხები ჩაუწყეთ მუცელში და ჩადეთ ქვაბში; ერთ ულუფაზე 0,5 ლიტრი ცივი წყალი დაასხით, სახურავი დააფარეთ და მოსახარშად დადგით; როდესაც ადუღდება, მოხადეთ სახურავი და 10-15 წუთის დუღილის შემდეგ ქათამი ჩადეთ მეორე ქვაბში და დააწურეთ თავისი ნახარში. ჩაუმატეთ წვრილად დაკეპილი თეთრი ძირები, ხახვი და ნიორი, 10 წუთის შემდეგ დამბალი ბრინჯი. შე-

ანელეთ მარილით და ზაფრანის წვენი; როდესაც მზად იქნება, წვენი გაუშვით ქათმის ხორციით, ზევიდან მოაყარეთ დაკეპილი ახალი კამა.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ქათმის ხორცი 150 გ, თავიანი ხახვი 25 გ, ნიორი 5 გ, ბრინჯი 25 გ, ახალი კამა 5 გ, მარილი 4 გ, ზაფრანა 1 გ.

ძროხის ხაში თბილისურად

კარგად გასუფთავებული ძროხის ფაშვი, კუჭი, შილდრები და ფეხები ოთხი სანტიმეტრის სიგრძე-სიგანის ოთხკუთხედ ნაჭრებად დაჭერით, ქვაბში ჩადეთ წვრილად დაჭრილი ძროხის თირკმელების ქონი ან კარაქი, შემდეგ მასზე მოათავსეთ ჯერ დაჭრილი ფეხები და ჩლიქები და მერე გაშალეთ ფაშვები და შილდრები; დაახურეთ სახურავი და ხარშეთ თავისივე წვენის ორთქლში ცხელ ცეცხლზე. როდესაც წყალს თითქმის დაიშრობს, ჩაუმატეთ ერთ ულუფაზე რძეში დამბალი კანმოცლილი თეთრი პური და კიდევ ხარშეთ თავდახურულ მდგომარეობაში. პურის გახსნის შემდეგ, თანდათანობით დაუმატეთ ცხელი წყალი და ადუღეთ თავდახურულად, რომ ხაშის წვენი თეთრი გამოვიდეს. როდესაც ხაში მზად იქნება, ხორცის ყველა ნაწილების თანაბარი შეფარდებით გაუშვით. ხაშს ცალკე მიეცით ცივ წყალში გახსნილი დანაყილი ნიორი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ფეხები, ფაშვები და შილდრები 390 გ, ნიორი 10 გ, თირკმელების ქონი 20 გ, რძე 50 გ, თეთრი პური 20 გ.

გლეხური სუპი

თეთრთავიანი კომბოსტო მრგვლად დაჭერით, კარტოფილი კუბიკისებურად, ხოლო თავიანი ხახვი, სტაფილო და თეთრი ძირები — წრისებურად. ადუღებულ ბულიონში ჩაუშვით კომბოსტო და როდესაც ბულიონი ხელმეორედ ადუღდება, ჩაუმატეთ კარტოფილი, ცხიმში მოშუშული სტაფილო, ხახვი, ოხრახუში, ტომატი-პიურე და ყველაფერი ეს 15-20 წუთს ხარშეთ.

მოხარშვის დამთავრებ-სას შეანელეთ დაუფქვავი შავი პილპილით, დაფნის ფოთლით და მარილით, შეიძლება ჩაუმატოთ 30 გ მოგრძოდ დაჭრილი ახალი პამიდორი, რის შემდეგაც სუპი კვლავ წამოადუღეთ.

გაშვებისას მათლაფაში არაყანი ჩაუმატეთ და მწვანილი მოაყარეთ.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: თეთრთავიანი კომბოსტო 100 გ, კარტოფილი 147 გ, სტაფილო 25 გ, ოხრახუში 7 გ, თავიანი ხახვი 24 გ, ტომატი-პიურე 10 გ, ცხიმი ან ღორის ქონი 10 გ, არაქანი 10 გ, მწვანილი 3 გ და სანელებელი.

კარტოფილის სუპი გურღულით

სუპის მოსამზადებლად სხვადასხვა ბურღული შეგიძლიათ გამოიყენოთ (ბრინჯის, თავნაფქვის, ფეტვის, ქერის, შვრიის, უჩენჩო ქერის და სხვ.). უჩენჩო ქერის და შვრიის ბურღულები ცალკე იხარშება, რისთვისაც ისინი 30-40 წუთის განმავლობაში მდულარე წყალში უნდა ხარშოთ ნახევრად მზადყოფნამდე, რის შემდეგ წყალს გადაღვრით.

ადუღებულ ბულიონში ჩაუშვით უმი ბურღულები (ბრინჯი, ფეტვი) ან ნახევრად მოხარშული შვრია, ან უჩენჩო ქერი და 10-15 წუთის განმავლობაში ხარშეთ. შემდეგ ჩაუშვით კუბიკისებურად დაჭრილი კარტოფილი, წვრილად დაჭრილი და მოშუშული სტაფილო, ოხრახუში, თავიანი ხახვი ან კლაკი, შეანელოთ დაუფქვავი შავი პილპილით, დაფნის ფოთლით, მარილით და ხარშეთ 20-25 წუთს.

თუ სუპი თავნაფქვი ბურღულით მზადდება, მაშინ ბულიონში ჯერ კარტოფილი და მოშუშული ბოსტნეულად ჩაუშვით, ხოლო ბულიონის ადუღების შემდეგ — თავნაფქვი ბურღული.

გაშვებისას სუპს მოაყარეთ დაკეპილი მწვანილი. ასეთი სუპის მომზადება შეიძლება ხორცით, ქათმით, ქათმის კუქმაჭით და სოკოთი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: კარტოფილი 187 გ, სტაფილო 25 გ, ოხრახუში 7 გ, თავიანი ხახვი 24 გ ან პრასა 13 გ, ბურღული (უჩენჩო ქერი, შვრია, ფეტვი, ქერი, ბრინჯი) 30 გ, თავნაფქვი ბურღული 25 გ, ცხიმი 5 გ, მწვანილი 3 გ და სანელებელი.

შეიძლება სუპი დამზადდეს მხოლოდ ბურღულით; ეს კერძი იმავე წესით მზადდება, როგორც კარტოფილის სუპი ბურღულით, მხოლოდ უკარტოფილოდ.

სუპი სოფის გუფით (კლიოსკი)

ხორცის ნახარშ წვეწმში თავნაფქვი ბურღულის სქელი ცომი ნახევრად მოხარშეთ, შემდეგ გადმოღვით და შეაზავეთ უმი კვერცხით, დაკეპილი კამითა და მარილით. ასანთის მსგავსად დაჭერით

სტაფილო, ხახვი და თეთრი ძირები, რომლის მთელი რაოდენობა ჩაუშვით ქვაბში და ცხიმში მოშუშეთ; 10 წუთის შემდეგ მოშუშული მასა ბულიონით გახსენით; როდესაც ადუღდება, ჩაუმატეთ კამა-ოხრახუშის კონა და შეანელეთ მარილით. შემდეგ ჩაის კოვზით ამოღებული გუფთა ცომი ჩაუშვით სუპის შემადგენლობაში და მოხარშეთ; როდესაც მზად იქნება, გადმოდგით და 10 წუთის შემდეგ გაეცით. ზევიდან მოაყარეთ დაკეპილი ახალი კამა ან ოხრა-ხუში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ცხიმი 10 გ, თავნაფქვი ბურ-ლული 40 გ, კვერცხი 15 გ, სტაფილო, ხახვი და თეთრი ძირები 50 გ, მწვანილი 5 გ, მარილი 5 გ.

სუპი მაკარონის ნაწარმით

ადუღებულ ბულიონში ჩაუშვით 3-5 სანტიმეტრის ნაჭრებად დამტვრეული მაკარონი (ან სხვა მისი ნაწარმი) და 15-20 წუთის განმავლობაში ხარშეთ ნელ ცეცხლზე. შემდეგ ჩაუმატეთ დაკრილი და ტომატ-პიურეში მოშუშული სტაფილო, ოხრახუში, თავიანი ხახვი, აგრეთვე დაუფქვავი პილპილი, დაფნის ფოთოლი, მარილი და გააგრძელეთ ხარშვა კიდევ 15-20 წუთს.

თუ სუპი მზადდება ვერმიშელით, „უშეკებით“ ან მაკარონის სხვა ნაწარმით, მაშინ ადუღებულ ბულიონს დაუმატეთ მოშუშული ბოსტნეული და 5-8 წუთს ხარშეთ. ამის შემდეგ ჩაუშვით ვერმი-შელი, „უშკა“ ან სხვა ნაწარმი და 5-10 წუთს გააგრძელეთ ხარშვა.

თუ სუპი სოკოს ბულიონზეა მომზადებული, სუპში ჩადეთ დაკ-რილი და მოხარშული გამხმარი სოკო.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: მაკარონის ნაწარმი 40 გ, სტა-ფილო 5 გ, ოხრახუში 7 გ, თავიანი ხახვი 24 გ, ტომატი-პიურე 10 გ, ცხიმი 5 გ, მწვანილი 5 გ და სანელებელი.

თუ სუპი კარტოფილით იხარშება, დაუმატეთ 133 გ კარტოფი-ლი და მოაყელით 10 გ მაკარონის ნაწარმი.

სუპი გოცნეულითა და მჟაუნით

ბოსტნეულისა და მჟაუნის სუპის მოსამზადებლად თავიანი ხახ-ვი, სტაფილო და თეთრი ძირები ასანთის მსგავსად დაჭერით; დაჭ-რილი ძირძურების მთელი რაოდენობა ქვაბში მოათავსეთ და ცხიმ-ში მოშუშეთ. 10 წუთის შემდეგ ჩაუმატეთ თეთრი პურის ფქვილი და კიდევ შუშეთ 5 წუთის განმავლობაში, მერე დაასხით ხორცის ნახარში; როდესაც ადუღდება, ჩაუმატეთ კამა-ოხრახუშის კონა. და

ნივრისებურად დაჭრილი კარტოფილი. შეანელებ მარილით და მწვანე წიწკით. მოხარშვის დამთავრებამდე 5-8 წუთით ადრე ჩაუმატეთ დაკემსილი მყაუნა. კამა, ოხრახუში და თესლისგან გასუფთავებული ნივრისებურად დაჭრილი პამიდორი, გადმოდგმის შემდეგ 10 წუთი დაასვენეთ და მერე გაეცით არაყნის ლიეზონით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ცხიმი 10 გ, არაყანი 20 გ, ფქვილი 2 გ, მყაუნა 100 გ, მწვანელები 10 გ, პამიდორი 50 გ, კარტოფილი 100 გ, მარილი 5 გ, კვერცხი 10 გ, წიწკა 0,1 გ.

სუპი აბრიათი (ლაფშით) — ქათმის ხორცი

თავიანი ხახვი, სტაფილო და თეთრი ძირები ასანთის მსგავსად დაჭერით. ჩაუშვით ქვაბში, დაასხით ქათმის ხორცის ნახარშიდან მოხდილი სიმსუქნე ან კარაქი და შუშეთ 10 წუთის განმავლობაში, რის შემდეგ დააწურეთ ქათმის ხორცის ბულიონი და წამოადუღეთ. ამის შემდეგ ბულიონში ჩაუშვით მღუღარეში გათუთქული ატრია. 15 წუთის დუღილის შემდეგ შეანელებ მარილითა და 10-15 წუთის დუღილის შემდეგ გადმოდგით ფილაქურის ნაპირზე. შესვენების შემდეგ გაეცით მოხარშული ქათმის ხორცი. ზევიდან მოაყარეთ დაკეპილი კამა ან ოხრახუში.

სუპი შეგიძლიათ მოხარშოთ კარტოფილით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: მზა ატრია (ლაფშა) 30 გ, სტაფილო 25 გ, თეთრი ძირები 10 გ, თავიანი ხახვი 24 გ, ცხიმი 10 გ, კამა ან ოხრახუში 5 გ, ქათმის ხორცი 100 გ.

სუპი ბრინჯით და ხველი სოკოთი ვეგეტარიანულად

დამბალი სოკო მოსახარშად დადგით. ვიდრე სოკო მოხარშება, ასანთის მსგავსად დაჭერით გაფუჭნილი და გარეცხილი სტაფილო. თეთრი ძირები და თავიანი ხახვი. დაჭრილი ძირძურები ჩაუშვით ქვაბში, დააწურეთ ცხიმი და შუშეთ; 10 წუთის შემდეგ ჩაუმატეთ ტომატი და კიდევ შუშეთ. მერე დაასხით სოკოს ნახარში; როდესაც აღუღდება, ჩაუმატეთ კამა-ოხრახუშის კონა, ბრინჯი, თხლად დაჭრილი სოკო, ნივრისებურად დაჭრილი კარტოფილი, შეანელებ მარილით და პილპილით და ადუღეთ; როდესაც სუპი მზად იქნება, გადმოდგით და 10 წუთის შემდეგ გაეცით, ზევიდან მოაყარეთ დაკეპილი კამა ან ოხრახუში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: სოკო 10 გ, ცხიმი 10 გ, ბრინჯი 20 გ, ტომატი 20 გ, სტაფილო 20 გ, ხახვი 20 გ, თეთრი ძირები 10 გ, კარტოფილი 100 გ, მწვანელები 5 გ, მარილი 5 გ, პილპილი 0,1 გ.

ხახვი, სტაფილო და თეთრი ძირები ასანთის მსგავსად დაჭერით, ქვაბში ჩაუშვით, დაასხით ცხიმი ან ხორცის ნახარშის სიმსუქნე და შუშეთ 10 წუთის განმავლობაში, მერე დაუმატეთ ტომატი და კიდევ შუშეთ, მანამ ცხიმი ტომატის ფერს არ მიიღებს. შემდეგ დაასხით ხორცის ნახარში წვენი; როდესაც ადუღდება, ჩაუმატეთ დაშლილი ვერმიშელი, ნივრისებურად დაჭრილი კარტოფილი და კამა-ობრაზუშის კონა. შეანელეთ მარილით და პილპილით; როდესაც მზად იქნება, სუბი გადმოდგით და გაეცით ხორცი ან უხორცოდ; ზევიდან მოაყარეთ დაკეპილი ახალი კამა ან ოხრაზუში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ცხიმი 10 გ, ვერმიშელი 30 გ, კარტოფილი 150 გ, ტომატი 15 გ, სტაფილო 15 გ, თავიანი ხახვი 15 გ, თეთრი ძირები 10 გ, მწვანელი 5 გ, მარილი 5 გ, პილპილი 0,1 გ.

შენიშვნა: ვერმიშელის სუბი შეიძლება მომზადდეს უტომატოთ.

კარტოფილის სუპი თავნაფკვი ბურღულით

ხახვი, სტაფილო და თეთრი ძირები ოთხკუთხედებად დაჭერით, ჩაუშვით ქვაბში, დაასხით ცხიმი და შუშეთ 15 წუთის განმავლობაში, შემდეგ გახსენით ხორცის ნახარშით. ადუღების შემდეგ ქვაბში ჩაუშვით თავნაფკვი ბურღული, ოთხკუთხედად დაჭრილი კარტოფილი და შეანელეთ მარილით; როდესაც მზად იქნება, სუბი გაეცით რძე-კვერცხის ლიეზონით. ხოლო ზევიდან მოაყარეთ დაკეპილი კამა ან ოხრაზუში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ცხიმი 10 გ, ბურღული 20 გ, სტაფილო 30 გ, თავიანი ხახვი 25 გ, თეთრი ძირები 15 გ, რძე 50 გ, კვერცხი 10 გ, კარტოფილი 200 გ, კამა ან ოხრაზუში 5 გ, მარილი 4 გ.

კარტოფილის სუპი ცერცვით

ცერცვი ცალკე მოხარშეთ. წერილ ოთხკუთხედებად დაჭერით ხახვი, სტაფილო, ძირები და ცხიმში მოშუშეთ, შემდეგ ჩაუშვით მოხარშულ ცერცვში, მას დაუმატეთ კუბიკებად დაჭრილი კარტოფილი და 20-25 წუთის ხარშვის შემდეგ მარილი მოაყარეთ.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ცერცვი 50 გ, სტაფილო 20 გ, ნიახურის ძირები 5 გ, თავიანი ხახვი 20 გ, ცხიმი 10 გ, კარტოფილი 100 გ.

თავიანი ხახვი, პრასა, სტაფილო და თეთრი ძირები ასანთის მსგავსად დაჭერით, ჩაუშვით ქვაბში, დააწურეთ ცხიმო და შუშეთ. 10 წუთის შემდეგ დაუმატეთ ტომატი-პიურე და კიდევ შუშეთ, მანამ ცხიმო ტომატის ფერს არ მიიღებს, შემდეგ დაასხით ხორცის ნახარში წვენი; როდესაც ადუღდება, ჩაუმატეთ გარჩეული, გარეცხილი და დამბალი ბრინჯი, ამასთან ერთად კამა-ოხრახუშის კონა, ხოლო ხუთი წუთის შემდეგ ნივრისებურად დაჭრილი კარტოფილი და შეანელებთ მარილითა და შავი პილპილით; ამრიგად შეზავების შემდეგ ჩაუმატეთ თავიან ხახვთან ერთად ხორცის საკვებ მანქანაში 2-ჯერ გატარებული, კამა-ოხრახუშით და მარილით შეზავებული ხორცის რბილი ამოგორებული გუფთები; როდესაც მზად იქნება, გადმოდგით და ათი წუთის შემდეგ გაუშვით. ერთ ულუფაზე 4 ცალი გუფთა მიეცით, მოაყარეთ დაკეპილი ახალი კამა ან ოხრა-ხუში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ძროხის ხორცი 60 გ, ცხიმო 10 გ, ბრინჯი 20 გ, ტომატი 15 გ, სტაფილო 20 გ, თავიანი ხახვი 25 გ, მწვანელი 5 გ, კარტოფილი 120 გ, მარილი 5 გ, პილპილი 0,1 გ, ფქვილი 3 გ.

რძის სუპი ბრინჯით

წყლით შეზავებული რძე ცეცხლზე დადგით. როდესაც ადუღდება, ჩაუმატეთ დამბალი ბრინჯი, 10 წუთის დუღილის შემდეგ შეანელებთ მარილით და შაქრის ფხვნილით, მოურიეთ, ჩაუშვით კარაქი და ადუღეთ მზადყოფნამდე. გაშვების დროს დაუმატეთ კარაქი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: რძე 300 გ, წყალი 200 გ, კარაქი 20 გ, ბრინჯი 20 გ, მარილი 3 გ, შაქრის ფხვნილი 5 გ.

რძის სუპი ვერმიშელით

ასადუღებლად დადგით წყლით შეზავებული რძე. როდესაც ადუღდება, ჩაუმატეთ ვერმიშელი და მოურიეთ. შეანელებთ მარილით, შაქრის ფხვნილით, მიუმატეთ კარაქი; როდესაც მზად იქნება, გადმოდგით და გაეცით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: რძე 300 გ, წყალი 200 გ, კარაქი 20 გ, ვერმიშელი 25 გ, შაქარი 5 გ, მარილი 3 გ.

ლობიოს ერთ ულუფაზე 0,5 ლიტრი ცივი წყალი დაასხით და სახურავი დაახურეთ, დუდილის დროს სახურავი მოხადეთ. საკმარისად მოხარშვის შემდეგ ნახარში გადაწურეთ და ჩაუმატეთ ცხიმში მოშუშული წმინდად დაკეპილი ხახვი. ყოველივე ეს კარგად ამოზილეთ, რის შემდეგ გახსენით თავისი ნახარშით, შეანელეთ მარილით, პილპილით, დაკეპილი ახალი მწვანელით და ჩაუმატეთ დანაყილი ნიგოზი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: წითელი ლობიო 100 გ. თავიანი ხახვი 30 გ, კარაქი 10 გ, ნიგოზი 20 გ, ქინძი და ოხრაახუში 10 გ, მარილი 5 გ, პილპილი 0,1 გ.

წითელი ლობიოს მომზადება შეიძლება ერბოკვერცხითაც, ნიგოზის გარეშე.

თეთრი ლობიოს სუპი კარტოფილით

თეთრი ლობიო დადგით ცეცხლზე მოსახარშად. დაჭერით თავიანი ხახვი, სტაფილო, თეთრი ძირები და ცალკე მოშუშეთ ცხიმში. 10 წუთის შემდეგ ჩაუმატეთ ტომატი და შეუერთეთ მოხარშული თეთრი ლობიო თავისი წვენი, შეავსეთ ხორცის ნახარშით, ჩაუმატეთ ნივრისებურად დაჭრილი კარტოფილი, კამა-ოხრაახუშის კონა, შეანელეთ მარილით და პილპილით. გაშვებისას ზევიდან მოაყარეთ დაკეპილი კამა ან ოხრაახუში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: თეთრი ლობიო 40 გ, ცხიმი 10 გ, ტომატი 15 გ, კარტოფილი 150 გ, ხახვი 20 გ, სტაფილო 15 გ, თეთრი ძირები 10 გ, მარილი 5 გ, პილპილი 0,1 გ.

კარტოფილის სუპი ოსპით

ხახვი, სტაფილო და თეთრი ძირები ასანთის მსგავსად დაჭერით და კარაქში მოშუშეთ. 10 წუთის შემდეგ დააახით ნახარში საკმარის ნორმამდე; როდესაც ადუღდება, ჩაუმატეთ კანისაგან გაფცქვნილი დამბალი ოსპი, ადუღეთ დაახლოებით 20 წუთი. შემდეგ ჩაუმატეთ ნივრისებურად დაჭრილი კარტოფილი, შეანელეთ მარილით და პილპილით; გაშვებისას ზევიდან მოაყარეთ დაკეპილი კამა ან ოხრაახუში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: კარაქი 10 გ, ოსპი 25 გ, თავიანი ხახვი 15 გ, სტაფილო 15 გ, თეთრი ძირები 10 გ, კარტოფილი 100 გ, მწვანელი 5 გ, მარილი 5 გ, პილპილი 0,1 გ.

ნაკრები ხორცის წვნიანი „სალიანკა“ შეგიძლიათ მოამზადოთ მოხარშული ან შემწვარი 3-4 სახის ხორცის პროდუქტებისაგან (ძროხის, ხბოს, ცხვრის, ღორის შაშხის, ენის, სოსისისა და სხვ.), რომელსაც წვრილ ნაჭრებად დაჭრით. დაკემსილი ხახვი 10 წუთის განმავლობაში შუშეთ, შემდეგ ჩაუმატეთ ტომატი და კიდევ შუშეთ, ამის შემდეგ მოშუშულს დაასხით გამკვირვალე ბულიონი, ჩაუმატეთ მოხარშული ენა, ღორის შაშხი, ძროხის ხორცი, სოსისი (ან სხვა ხორცეული), კანგაფცქნილი, თესლგამოცლილი და დაჭრილი მყავე კიტრი და ხარშეთ 4-5 წუთს, შემდეგ ჩაუმატეთ კაპარი და შეანელეთ მარილით და დაუფქვავი პილპილით.

გაეცით კურკაგამოცლილი ზეთის ხილით, არაენით, კანგაცილი ორი ნაჭერი ლიმონით და დაკეპილი კამით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ხორცის ძელები 125 გ, ხორცი 52 გ. მოხარშული ღორის შაშხი 27 გ, თირკმელები 20 გ, სოსისი 21 გ, ენა 20 გ, თავიანი ხახვი 50 გ, მყავე კიტრი 50 გ, კაპარი 20 გ, ზეთის ხილი 20 გ, ტომატი 20 გ, კარაქი 10 გ, არაენი 25 გ, ლიმონი მთელის 1/2 ნაწილი, მწვანილი 5 გ, მარილი 4 გ, პილპილი 0,1 გ.

თევზის წვნიანი „სალიანკა“

თევზის „სალიანკისათვის“ უკეთესია ხრტილოვანი (წითელი) თევზი. იგი ტყავმოშორებული დაჭერით, ულუფაზე 3-4 ნაჭერი. გათუთქეთ და ცივ წყალში გარეცხეთ. ამის შემდეგ დაკემსილი ხახვი 10 წუთის განმავლობაში კარაქში შუშეთ, მას ჩაუმატეთ ტომატი და კიდევ შუშეთ, სანამ ცხიმი ტომატის ფერს არ მიიღებს. დაასხით თევზის გამკვირვალე ბულიონი, მასში ჩაუშვით გათუთქული და გარეცხილი თევზი; როდესაც ადუღდება, ჩაუმატეთ გათლილი და თესლგამოცლილი დაკემსილი მყავე კიტრი, კაპარი, აგრეთვე თხლად დაჭრილი მოხარშული თევზის ხრტილები. შეანელეთ მარილით, დაუფქვავი პილპილით, დაფნის ფოთლით და 2-3 წუთს ადუღეთ. გაცემისას „სალიანკაში“ ჩაუშვით კურკაგამოცლილი ზეთის ხილი, კანგაცილი ლიმონი და წვრილად დაკეპილი მწვანილი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: სვია 136 გ ან თარითი 161 გ, ან ფარგა 178 გ, თევზის ხრტილები 70 გ, კარაქი 10 გ, ტომატი 20 გ, თავიანი ხახვი 50 გ, მყავე კიტრი 50 გ, კაპარი 20 გ, ზეთის ხილი 20 გ, ლიმონი მთელის 1/2, მარილი 5 გ, პილპილი 0,1 გ, კამა ან ოხრაბუში 5 გ.

ვარშაველად თევზის „სალიანკის“ მოსამზადებლად შეარჩიეთ რომელიმე ჯიშის ხრტილოვანი თევზი ან ფარგა. კანგაცლილი თევზი, ულუფაზე 3-4 ნაჭერის ოდენობით, ოთხკუთხედ ნაჭრებად დაჭერით. მდლუარე წყალში გათუთქეთ და შემდეგ ცივ წყალში გარეცხეთ. დაჭრილი ხახვი, სტაფილო, თეთრი ძირები ქვაბში ჩაუშვით და კარაქში მოშუშეთ. 10 წუთის შემდეგ ჩაუმატეთ ტომატი და კიდევ შუშეთ; შემდეგ თევზის ბულიონით გახსენით და როდესაც აღუღდება, ჩაუმატეთ დაჭრილი გათუთქული თევზი, კანისა და თესლისაგან გაცლილი დაჭრილი მჟავე კიტრი, კაპარი და მოხარშული თევზის თავის ხრტილები, შეანელეთ მარილით და პილპილით და ბოლოს ჩაუმატეთ არაჟანი. გაშვებისას სუპს ზევიდან დაადეთ გაფუცქენილი და კამამოყრილი ლიმონის თხელი ნაჭერი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ხრტილოვანი თევზი 160 გ ან ფარგა 178 გ, მოხარშული ხრტილები 70 გ, სტაფილო 30 გ, ხახვი 40 გ, თეთრი ძირები 10 გ, მჟავე კიტრი 50 გ, კაპარი 20 გ, ტომატი 20 გ, კარაქი 10 გ, ლიმონი მთელის 1/10, მარილი 5 გ, პილპილი 0,02 გ, კამა 5 გ.

უხა მეთევზისებურად

მეთევზისებურად უხას მოსამზადებლად უმჯობესია ფარგა, ჩიქვი, ქორჭილა. რომელიმე აღნიშნული თევზი დაჭერით ულუფაზე 3-4 რბილი ნაჭერის ოდენობით. თევზის ძვლებისაგან მოხარშეთ მაგარი ბულიონი; ხახვი, სტაფილო და თეთრი ძირები დაჭერით ასანთის მსგავსად, ჩაუშვით ქვაბში და კარაქში მოშუშეთ. 10 წუთის შემდეგ დაასხით თევზის ძვლების ბულიონი. ჩაუმატეთ მდლუარეში გათუთქული დაჭრილი თევზი და ნივრისებურად დაჭრილი კარტოფილი, შეანელეთ დაფნის ფოთლით, სურნელოვანი პილპილით. მარილით და ხარშეთ 15 წუთს. მოხარშვის დამთავრების შემდეგ კარაქი მიუმატეთ. გასტუმრებისას მოაყარეთ დაკეპილი კამა.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: რბილი თევზი 109 გ, თევზის თავი 72 გ, კარაქი 10 გ, სტაფილო 30 გ, ხახვი 30 გ, თეთრი ძირები 10 გ, კარტოფილი 20 გ, კამა ან ოხრაბუში 5 გ, მარილი 5 გ, დაფნის ფოთოლი 0,02 გ, სურნელოვანი პილპილი 0,02 გ.

გატარებული სუპეზი (პიურე)

სტაფილოს სუპი-პიურე

სტაფილო დაჭერით, ჩაუშვით ქვაბში და დაასხით იმდენი ბულიონი, რომ სტაფილო ორთქლში მოიხარშოს. ჩაუქატეთ კარაქი, თეთრი ძირები, თავიანი ხახვი და ქვაბს სახურავი დაახურეთ. ამის შემდეგ კარაქში მოშუშეთ თეთრი პურის ფქვილი, 10 წუთის შემდეგ ხორცის ნახარშით გახსენით თხელი ფაფის სისქემდე. შემდეგ მოხარშული სტაფილო საცერში გაატარეთ და ფაფაში ჩაუშვით, რის შემდეგ კიდევ გახსენით სუპი ზომიერ სითხემდე და დადგით ფილაქურაზე; როდესაც ადუღდება, მოხადეთ ქაფი და ცხიმი. შეანელეთ მარილითა და პილპილით, ბოლოს გაწურეთ საცერში და მოათავსეთ ქვაბში, ჩაუშვით სუპში კარაქი, თბილად შესანახად ჩადგით მარმიტში. გავცით რძე-კვერცხის ლიეზონით და მოხარშული ბრინჯით; გარნირად ცალკე შეიძლება გასცეთ წვრილ კუბიკებად დაჭრილი ხმიალი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: სტაფილო 200 გ, ოხრახუშის ძირები 10 გ, თავიანი ხახვი 10 გ, ბრინჯი 10 გ, ფქვილი 10 გ, კარაქი 10 გ, რძე 75 გ, კვერცხი 10 გ, მარილი 5 გ, ხმიალი 20 გ.

ყვავილოვანი კომბოსტოს სუპი-პიურე

ყვავილოვანი კომბოსტო დაჭერით წვრილ ნაქრებად და ჩაუშვით ქვაბში, ჩაუმატეთ თავიანი ხახვი, თეთრი ძირები და კარაქი, დააწურეთ იმდენი ბულიონი, რომ კომბოსტოს ფარავდეს, დაახურეთ სახურავი და ხარშეთ, ვიდრე სუპის შემადგენლობა მოიხარშება; კარაქში მოშუშეთ ხორბლის თეთრი ფქვილი და ბულიონით გახსენით თხელი ფაფის სისქემდე. საკმარისად მოხარშული ყვავილოვანი კომბოსტო წმინდა საცერში გაატარეთ, შეურიეთ გახსნილ ფაფას, მოურიეთ და კიდევ გახსენით ნახარშის გათხელებამდე, დადგით ფილაქურაზე და წამოადუღეთ. დუღილისას მოხადეთ ქაფი და ცხიმი, შეანელეთ მარილით და სურნელოვანი პილპილით, რის შემდეგაც გაწურეთ საცერში და მოათავსეთ ქვაბში, კარაქი ჩაუმატეთ და თბილად შენახვის მიზნით ჩადგით წყლიან მარმიტში. გაცემის დროს მიეცით წვრილად დაჭრილი მოხარშული ყვავილოვანი კომბოსტო რძე-კვერცხის ლიეზონით.

ხურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ყვავილოვანი კომბოსტო 200 გ, კარაქი 10 გ, ხორბლის თეთრი ფქვილი 10 გ, მზა კნელი 10 გ, თავიანი ხახვი 10 გ, თეთრი ძირები 10 გ, რძე 50 გ, კვერცხი 10 გ, მარილი 5 გ, სურნელოვანი პილპილი 0,01 გ, ხმიალი 20 გ.

ნაკრები ზოსტნეულის სუპი-პიურა

სტაფილო, თეთრი ძირები, თავიანი ხახვი, გოგრუჭა, ყვავილოვანი კომბოსტო და კარტოფილი დაჭერით, ჩაუშვით ქვაბში, ჩაუმატეთ ცხიმი და დააწურეთ ბულიონი იმდენი, რომ ბოსტნეულს ფარავდეს. დაახურეთ სახურავი და მოხარშეთ. ცხიმში მოშუშეთ ხორბლის თეთრი ფქვილი, 10 წუთის შემდეგ ფქვილი გახსენით ბულიონში. მოხარშული ბოსტნეული გაატარეთ საცერში, მთელი რაოდენობა შეუერთეთ გახსნილ ფქვილის ფაფას, მოურიეთ კარგად და შეანელეთ მარილით და წითელი პილპილით. ადუღებისას მოხადეთ ქაფი და ცხიმი, რის შემდეგ გაწურეთ საცერში და მოათავსეთ ქვაბში, გაუკეთეთ კარაქის ლიეზონი და ჩადგით წყლიან მარმიტში. გასტუმრების დროს მიეცით რძე-კვერცხის ლიეზონი, მოხარშული ბარდა ცერცვი (მარცვლებით) და ცალკე ოთხკუთხედად დაჭრილი თეთრი პურის ხმიალი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ყვავილოვანი კომბოსტო 50 გ, კარტოფილი 60 გ, სტაფილო 50 გ, გოგრუჭა 50 გ, ხახვი 30 გ, ცერცვი 15 გ, ხორბლის თეთრი ფქვილი 10 გ, ცხიმი 10 გ, რძე 50 გ, კვერცხი 10 გ, ხმიალი 25 გ, მარილი 5 გ, პილპილი 0,1 გ.

უჩენაო (აერლოვის) გურღულის სუპი-პიურა

თბილ წყალში დამბალი ბურღული გათუთქეთ მდულარე წყალში და გაწურეთ, რის შემდეგ ჩაუშვით ქვაბში, ჩაუმატეთ ცხიმი და ძირძურები, დააწურეთ იმდენი ნახარში, რომ ბურღულს ფარავდეს. ხარშეთ თავდახურულად, მხოლოდ ხშირად ურიეთ, რომ არ მიიწვას. შემდეგ თანდათანობით დააწურეთ ნახარში წვენი; როდესაც მოიხარშება, გაწურეთ და გაატარეთ საცერში, შემდეგ ქვაბში მოათავსეთ და ზომიერ სითხემდე გახსენით; შეანელეთ მარილით და წამოადუღეთ. ხელმეორედ გაწურეთ და ისევ მოათავსეთ ქვაბში, გაუკეთეთ კარაქის ლიეზონი და ჩადგით წყლიან მარმიტში. გაეცით რძე-კვერცხის ლიეზონით; ცალკე გაეცით ოთხკუთხედად დაჭრილი თეთრი პურის ხმიალი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: უჩენაო ბურღული 40 გ, კარაქი 10 გ, რძე 50 გ, კვერცხი 10 გ, ხმიალი 25 გ, სტაფილო 10 გ, თეთრი ძირები 10 გ, თავიანი ხახვი 10 გ, მარილი 5 გ.

ახალი პარკი ბარდა ცერცვი მოსახარშად დადგით, დაასხით ბუ-ლიონი იმდენი, რომ ორთქლში მოიხარშოს, დაუმატეთ კარაქი და დაახურეთ სახურავი. ვიდრე ცერცვი მოიხარშება, კარაქში მოშუ-შეთ ხორბლის თეთრი ფქვილი და 10 წუთის შემდეგ გახსენით ხორცის ნახარშით თხელი ფაფის სისქემდე; მოხარშული მწვანე ცერცვი საცერში გაატარეთ და გატარებული მასა შეუერთეთ ფა-ფას, მოურიეთ კარგად და თანდათანობით გახსენით ზომიერი სუ-პის სითხემდე, დადგით ფილაქურზე და როდესაც ადუღდება, მო-ხადეთ ქაფი და ცხიმი, შეანელეთ მარილით და პილპილით. მეო-რედ გაწურეთ საცერში და მოათავსეთ ქვაბში, ჩაუმატეთ კარაქი და თბილად შენახვის მიზნით ჩადგით წყლიან მარმიტში. 10 წუთის დასვენების შემდეგ გაეცით. გარნირად მიეცით მოხარშული ცერც-ვის მარცვლები და მზა წერილი კნელი, დაუმატეთ რძე-კვერცხის ლიეზონი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: კარაქი 15 გ, ცერცვი 100 გ, ფქვილი 10 გ, რძე 50 გ, კვერცხი 10 გ, კნელი 10 გ, მარილი 4 გ, პილპილი 0,02 გ.

ხმელი ან დაკონსერვებული ბარდა ცერცვის სუპი-პიურა

გამხმარი ბარდა ცერცვი თბილ წყალში დაალბეთ და მოხარშეთ (დაკონსერვებული თავის წვეწვივე გათბება), შემდეგ საცერში გა-ატარეთ და მთელი მასა შეუერთეთ ზემოთ აღნიშნული წესით მომ-ზადებულ ფქვილის ფაფას, ერთმანეთში აურიეთ და გახსენით თხელ მდგომარეობამდე, შეანელეთ მარილით და პილპილით და წამოადუ-ლეთ, რის შემდეგაც მოხადეთ ქაფი და ცხიმი. ხელმეორედ გაწუ-რეთ საცერში და მოათავსეთ ქვაბში, კარაქი ჩაუმატეთ და ჩადგით წყლიან მარმიტში.

გაეცით რძე-კვერცხის ლიეზონით და მოხარშული ბარდა ცერ-ცვით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ბარდა ცერცვი 70 გ, თავიანი ხახვი, სტაფილო, თეთრი ძირები 45 გ, კარაქი 10 გ, ხორბლის თეთ-რი ფქვილი 10 გ, კვერცხი 10 გ, მარილი 4 გ, პილპილი 0,1 გ, ძვლე-ბი 125 გ.

დაჭრილი კარტოფილი ჩაუშვით ქვაბში, ჩაუმატეთ ხახვი და თეთრი ძირები, დააწურეთ ხორცის ნახარში წვენი ისე, რომ კარტოფილს ფარავდეს და ხარშეთ. კარტოფილის ხარშვის დროს კარაქში მოშუშეთ ხორბლის თეთრი ფქვილი, 10 წუთის შემდეგ იგი გახსენით ხორცის ბულიონით ფაფის სისქემდე; მოხარშული კარტოფილი გაატარეთ სცერში და გატარებული მთელი მასა შეუერეთ ფქვილის მზა ფაფას (ბეშამელს), კარგად აურიეთ და ხორცის ნახარში დაასხით, შემდეგ მეორედ ააღუღეთ, ქაფი და ცხიმი მოხადეთ, მარილითა და პილპილით შეანელეთ და კიდევ გაწურეთ საცერში. მოათავსეთ ქვაბში, რის შემდეგაც მას კარაქი მიუმატეთ და წყლიან მარმიტში ჩაღვით; გაეცით რძე-კვერცხის ლიეზონით. ცალკე გაეცით ოთხკუთხედად დაჭრილი თეთრი პურის ხმიადი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: მზა ბულიონი—კონსომე 400 გ, ძირები 10 გ, ხახვი 24 გ, ხორბლის ფქვილი 10 გ, კარაქი 10 გ, რძე 75 გ, კვერცხი 10 გ, მარილი 5 გ, ხმიადი 25 გ, ხორცის ძვლები 125 გ.

გამჭვირვალე სუპი გარდა ცერცვით და გონსონით

გამჭვირვალე სუპი მრავალნაირი სახისა და სახელწოდებების მზადდება, მაგრამ ყველა სუპი ძირითადად გამჭვირვალე ბულიონ კონსომესაგან (კონსომე არის სხვადასხვა ხორცისა და ძვლის ხელოვნურად დაწმენდილი ნახარში) შედგება. განსხვავება მათ შორის ის არის, რომ სხვადასხვა გარნირები აქვთ.

დაჭრილი სტაფილო, ყვავილოვანი კომბოსტო და მწვანე ლობიო ცალ-ცალკე მოხარშეთ და ერთ ჭურჭელში ჩააწყეთ, მიუმატეთ დაკონსერვებული ბარდა ცერცვის მარცვალი, რომგებად ოთხკუთხედად დაჭრილი ომლეტი და მოხარშული წვრილი კნელი. გაშვების დროს ჯერ გარნირი ჩაუშვით ჭურჭელში და შემდეგ დაასხით ცხელი კონსომე.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: მზა ბულიონი—კონსომე 400 გ, ყოველგვარი აღნიშნული გარნირები ერთად 100 გ, დაკონსერვებული ბარდა ცერცვი 77 გ, ფქვილი 20 გ, კვერცხი 10 გ.

ცხელი კონსომე გაეცით სპეციალური ჭურჭლით (ფინჯნით). ამასთან მას ცალკე მიაყოლეთ საფხეკში გატარებული და ყველმოყრილი ბრტყლად დაჭრილი საბჭოთა ბულკის ან თეთრი პურის 4 ნაჭერი ხმიადი, რომელიც წინასწარ ჰაერლუმელში უნდა შეწითლდეს.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: მზა ბულიონი—კონსომე 400 გ, პური 50 გ, ყველი 10 გ, კარაქი 4 გ.

ხმიადის მომზადება

ორი-სამი დღის რუსული თეთრი პური 1 სანტიმეტრის სისქის ნაჭრებად დაჭერით, ზევიდან დაფხენილი ყველი მოაყარეთ, გამდნარი ერბო ან კარაქი მოაშხეფეთ და ელექტროსაცხობ კარადაში ან ჰაერლუმელში მოათავსეთ, ვიდრე შებრაწული ქერქი არ გაუჩნდება.

ბულიონი მოხარშული ატრიათი

ასანთის მსგავსად დაჭრილი და მოხარშული ატრია (ლაფშა) მათლაფაში გადმოიღეთ და დაასხით ცხელი გამქვირვალე ბულიონი—კონსომე. ამასთან ერთად გაეცით მოხარშული ქათმის ხორცი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: მზა გამქვირვალე ბულიონი 400 გ, მოხარშული ატრია 40 გ, მოხარშული ქათმის ხორცი 50 გ.

ბულიონი მოხარშული ვერმიშელით

ზომიერად მოხარშული ვერმიშელი მათლაფაზე გადმოიღეთ და ცხელი გამქვირვალე ბულიონი—კონსომე დაასხით. ზევიდან მოაყარეთ დაკეპილი ახალი კამა ან ოხრახუმი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: მზა ბულიონი—კონსომე 400 გ, მოხარშული ვერმიშელი 40 გ, ახალი კამა 5 გ.

ბულიონი გამოცხვარი კვარცხით

ერთი ულუფისათვის ერთ უმ კვერცხს მიუმატეთ 20 გ ცივი რძე და გათქვიფეთ, მერე ჩაასხით ქალალღაფენილ კარაქწასმულ ქვაბ-

ში, დაახურეთ სახურავი. ჩადგით წყლიან ტაფაში და გამოსაცხობად შედგით ჰაერლუმელში; როდესაც მზად იქნება, ულუფებად დაკერიოთ. გასტუმრების დროს მათლაფაში დაასხით ცხელი ბულიონი—კონსომე, ცალკე გაეცით ყველიანი ხმიალი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: მზა ბულიონი—კონსომე 400 გ, გამომცხვარი რძე-კვერცხი 50 გ, ხმიალი 50 გ, ყველი 5 გ, კარაქი 4 გ.

ბულიონი „პელმენით“

მოსახარმად დადგით გამჟღავნებელ ბულიონი. მანამ ბულიონი მოიხარშება, ძროხის დაჭრილი რბილი ხორცი ხახვით ორჯერ გაატარეთ წვრილსაცრიან ხორცის საკებ მანქანაში, დაკეპილი მასა დასველეთ ცივი წყლით და შეანელეთ მარილით, შავი პილპილით, დაკეპილი კამით, ხმელი მწვანელით და კარგად აურიეთ; როდესაც პელმენის ჩასართავი მზად იქნება, მარდანი 2-3 მილიმეტრამდე გაათხელეთ ზემოაღნიშნული წესით მომზადებული პელმენის ცომი. ცომზე დააწყეთ ერთმანეთისგან 2-3 სანტიმეტრის დაშორებით დაკეპილი მასა — თითო 10 გრამი წონის. ცომის ნაპირზე და აგრეთვე ფარშის შუა ადგილებში წაუსვით ლიეზონი, შემდეგ ცომის ნაპირები ასწიეთ და ფარშს გადააფარეთ. მოჭერით ნახევარმთვარის მსგავსი ფორმის ნაჭრები. მოჭრილი უმი პელმენი დადგით მოსახარმად; როცა ამოტივტივდება, გადმოდგით და თბილად შეინახეთ. გასტუმრების დროს რვა ცალი პელმენი ჩადეთ მათლაფაში, დაასხით გაწურული გამჟღავნებელ ცხელი ბულიონი, მოაყარეთ დაკეპილი კამა ან ოხრახუში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ბულიონი 300 გ, ძროხის ხორცი 40 გ, ღორის ხორცი 35 გ, ხახვი 10 გ, ფქვილი 40 გ, კარაქი 4 გ, კვერცხი მთელის $1/4$, მარილი 1,5 გ, პილპილი 0,02 გ, კამა 2 გ.

ბულიონი გაუმცხვარი ბრინჯით და ზოსტანულით

მოსახარმად დადგით გამჟღავნებელ ბულიონი. მანამ ბულიონი მოიხარშება, მარილწყალში მოხარშული ბრინჯი ჩაუშვით დაბალ ფართო ქვაბში, ჩაუმატეთ გამდნარი კარაქი, უმი კვერცხი, ტომატა

და კარტოფილის ფქვილი, აურიეთ ბრინჯში. შემდეგ მრგვლად გამოჭერით თეთრი ქაღალდი და ჩააფინეთ ტაფაში, წაუსვით კარაქი და მოაყარეთ თეთრი პურის წმინდად დაფქული ორცხობილა; ამის შემდეგ მომზადებულ კურკელში ჩაუშვით ბრინჯის ნახევარი რაოდენობა და მოასწორეთ, ბრინჯზე გაშალეთ ასანთის მსგავსად დაჭრილი მოხარშული სტაფილო, ახალი ლობიო, თეთრი ძირები, ბარდა ცერცი, შემდეგ გადააფარეთ ამას ბრინჯის მეორე ნახევარი, კარგად მოასწორეთ, მოაყარეთ გაფხეილი შვეიცარული ყველი და გამოსაცხობად ჰაერლუმელში შედგით; როდესაც მზად იქნება, დაჭერით ირიბული ფორმით. გამომცხვარი ბრინჯის ერთი ნაპერი მოათავსეთ მათლაფაში და დაასხით გამჟღავნებელი ცხელი ბულიონი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ბულიონი 400 გ, ბრინჯი 35 გ, კარაქი 10 გ, კარტოფილის ფქვილი 3 გ, კვერცხი 1/3, ტომატი 10 გ, ყველი 5 გ, სტაფილო 20 გ, თეთრი ძირები 10 გ, მწვანე ლობიო 20 გ, ბარდა ცერცი 10 გ, მარილი 5 გ, ორცხობილა 3 გ.

ბულიონი პარხლით (პარჟოკი) და ყველიანი ხშიადით

ქვაბში ჩადეთ ხორცის საკვებ მანქანაში ერთხელ გატარებული ძროხის არტალების მკლე-რბილი ხორცი, ჩაუმატეთ უმი კვერცხის ცილა და გამომცხვარი და დაჭრილი წითელი ჭარხალი, კარგად მოურიეთ, რომ დაიზილოს. შემდეგ თანდათანობით გახსენით ხუთასი გრამი ხორცის ცივი ნახარშით ან ცივი წყლით, ჩაუმატეთ ძროხის შაქროვანი ძვლები, დაჭრილი ხახვი, სტაფილო, თეთრი ძირები, დაფნის ფოთოლი და დადგით მოსახარშად; როდესაც ადუღდება, ჩაუმატეთ ღვინო მადერა, ღვინის ძმარი და წითელი პილპილი; ადუღეთ 2-2½ საათის განმავლობაში, შემდეგ შეანელებთ მარილით, მოხადეთ სიმსუქნე და ქაფი, რის შემდეგაც გაწურეთ ტილოს ხელსახოცში, მოათავსეთ ქვაბში და შეინახეთ თბილ მდგომარეობაში. გაისტუმრეთ სპეციალური ფინჯნებით. ცალკე მიეცით გაფხეილი შვეიცარული ყველით, კარაქით, კვერცხის გულითა და ტომატით შეზავებული ოთხი სანტიმეტრის მრგვალი მოცულობის გამომცხვარი ხშიადით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ხორცი 60 გ, აღნიშნული ძვლები 200 გ, კვერცხის ცილა 10 გ, ჭარხალი 125 გ, სტაფილო 6 გ, თავიანი ხახვი 5 გ, თეთრი ძირები 14 გ, ძმარი 5 გ, შვეიცარული ყველი 22 გ, კარაქი 5 გ, ტომატი-პასტა 4 გ, მადერა 5 გ, თეთრი პური 50 გ, მარილი 5 გ, პილპილი 0,01 გ.

ქათამს მუცლის ღრუში ჩაუწყეთ ფეხები, ჩადეთ ქვაბში, დაასხით სამწახეცარი ლიტრი ცივი წყალი და თავდაუხურავი დადგით ფილაქურაზე მოსახარშად. ადუღებამდე მოხადეთ ქაფი. იდუღოს იმ ზომამდე, რომ მიიღოთ სუფთა ბულიონი; როდესაც ქათამი მოიხარშება, შეანელეთ მარილით. შემდეგ ქათამი ამოიღეთ, ბულიონი გაწურეთ ტილოს ხელსახოცში, მოათავსეთ ქვაბში და შეინახეთ თბილ მდგომარეობაში. გასტუმრების დროს გაეცით სპეციალური ფინჯნით ან მათლაფით — თოხლო კვერცხით, გამომცხვარი ღვეზელით, ატრიათი და ხმიადით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ქათამი 200 გ ან ქათმის ძვლები 300 გ, მარილი 4 გ, ბულიონი 400 გ, კვერცხი 1 ც, პური ხმიადისათვის 50 გ, ყველი 15 გ, კარაქი 5 გ და ღვეზელა.

თევზის გამომცხვარე უხა კალმებით

გამკვირვალე უხას მოსამზადებლად უმჯობესია შეარჩიოთ ფარგა. ჩიქვი ან „ნალომი“. აღნიშნულიდან რომელიმე თევზს დაჰქერიოთ ხერხემლის ძვალზე რბილები, რის შემდეგ დაჰქერიოთ ძვლები ერთ ულუფაზე ორასი გრამი, ერთად ჩააწყეთ გაწურული ხიზილალა და ხახვი; გათქეფილი უმი კვერცხის ცილა, ჩაუშვით ქვაბში და გახსენით ხუთასი გრამი ცივი წყლით, ჩაუმატეთ დაჰრილი თევზის ძვლების მთელი რაოდენობა, სტაფილო, თეთრი ძირები, დაფნის ფოთოლი და სურნელოვანი პილპილი. დადგით ფილაქურაზე და ადუღეთ. ერთი-ერთნახევარი საათის შემდეგ შეანელეთ მარილით და გაწურეთ ტილოს ხელსახოცში. მათლაფაში პირველად ჩადეთ მოხარშული განსაზღვრული წონის თევზი, ჩაუშვით ასანთის მსგავსად დაჰრილი და მოხარშული სტაფილო, თეთრი ძირები და პრასი, ამის შემდეგ დაასხით ცხელი ბულიონი. ცალკე შეიძლება მისცეთ თხლად დაჰრილი ლიმონი და თევზის გამომცხვარი ღვეზელი (რასტეგაი).

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: თევზი 100 გ, ხიზილალა 15 გ, კვერცხის ცილა 10 გ, ხახვი 15 გ, სტაფილო 15 გ, თეთრი ძირები 15 გ, დაფნის ფოთოლი 0,02 გ, პრასი 10 გ, მარილი 3 გ.

შენიშვნა: თუ შავი ხიზილალა არ არის, დასაწმენდად შეიძლება იხმარონ რომელიმე თევზის ახალი ქვირითი ორმოცი გრამის ნორმით.

მარილით შეზავებულ მდუღარე წყალში მოაარშეთ კიბოები, შემდეგ კიბოს კისრები, ჩონჩხები და თათები ცალ-ცალკე გაასუფთავეთ. გასუფთავებული ჩონჩხები გაავსეთ თევზის უმი კნელით. კნელით სავსე კიბოს ჩონჩხებზე დააკარით გასუფთავებული კიბოს კისრები და მოხარშეთ მარილიან მდუღარე წყალში; როდესაც მზად იქნება, მათლაფაში ჩააწყეთ ორ ცალად კიბოს ჩონჩხში მოხარშული კნელი, ზევიდან დააყარეთ ასანთის მსგავსად დაქრილი მოხარშული სტაფილო, თეთრი ძირები, პრასა და თაღამი, მერე დაასხით ცხელი გამჟვარივალე თევზის უხა, ზევიდან რვა-ათი წვეთი კიბოს კარაქი მოასხით და ცალკე მიეცით ორი ნაჭერი თხელი ლიმონი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: თევზის მზა კნელი 50 გ, კიბო 2 ცალი, აღნიშნული ძირძურები სულ 50 გ, ლიმონი 15 გ, თევზის გამჟვარივალე ბულიონი 500 გ.

რ ძ ი ს ს უ პ ე ზ ი

რძის სუპი ბრინჯით

ქებაში ჩაასხით მოუხდელი რძე, დადგით ცეცხლზე და როდესაც აღუღდება, ჩაუმატეთ ოდნავ მოხარშული ბრინჯი, შაქარი და მარილი. 30 წუთის დუღილის შემდეგ სუპი მზად იქნება. გასტუმრების წინ სუპში კარაქი ჩადეთ.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: რძე 350 გ, წყალი 110 გ, ბრინჯი 35 გ, კარაქი 5 გ, მარილი 3 გ, შაქრის ფხვნილი 5 გ, თავნაფქვი ბურღული 30 გ.

რძის სუპი თავნაფქვი ბურღულით

ქებაში ჩაასხით მოუხდელი რძე და დადგით ცეცხლზე. როდესაც აღუღდება, თანდათანობით ჩაუმატეთ გაცრილი თავნაფქვი ბურღული, თან ურიეთ, რომ ბურღული გაიხსნას. დუღილის პროცესში შეანელეთ მარილით და შაქრის ფხვნილით; როდესაც მზად იქნება, გაისტუმრეთ კარაქითა და რძე-კვერცხის ლიეზონით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: რძე 350 გ, წყალი 110 გ, კარაქი 5 გ, კვერცხი 10 გ, თავნაფქვი ბურღული 30 გ, შაქარი 5 გ, მარილი 3 გ.

ქვაბში ჩაასხით მოუხდელი რძე და დადგით ცეცხლზე; როდესაც ადუღდება, მასში ჩაუშვით წინასწარ გათუთქული მზა ატრია. ადუღების შემდეგ შეანელეთ მარილით და შაქრის ფხვნილით. ხარშვის დროს ორჯერ ან სამჯერ მოურიეთ. იხარშოს დაახლოებით 30 წუთს, რის შემდეგ გადმოდგით და 5 წუთის შემდეგ გაისტუმრეთ კარაქით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: მზა ატრია 40 გ, რძე 350 გ, წყალი 100 გ, კარაქი 5 გ, მარილი 5 გ, შაქრის ფხვნილი 5 გ.

შენიშვნა: იგივე წესით შეიძლება მომზადდეს რძის სუპი ვერმიშელით, მარკონით და სხვ.

ც ი ვ ი ს უ პ ე ბ ი

ხორცის „პაროშაკი“

„აკროშისათვის“ წვრილად, კუბიკებად დაჭერით ძროხის მოხარშული ხორცი. დაჭრილი ხორცის მთელი რაოდენობა ჩაუშვით ღრმა ჭურჭელში; მას ჩაუმატეთ წვრილად დაჭრილი მწვანე ხახვი, ახალი კამა, გაფცქვნილი კუბიკებად დაჭრილი ახალი კიტრი, მაგრად მოხარშული და დაკეპილი კვერცხი; არაუანო, მარილი, შაქარი, კვერცხი, მომზადებული მდოგვი ერთმანეთში კარგად აურიეთ და გახსენით შავი პურის ბურაბით. გაშვებისას „აკროშაკში“ ჩაუშვით შემზადებული ხორცის პროდუქტები, შეზავებულ მასას ზემოდან მოაყარეთ დაკეპილი კამა. მათლაფაში ჩადეთ სუფთა ყინული (ან ის ცალკე მიიტანეთ როზეტით). „აკროშის“ ტემპერატურა 7-14° უნდა იყოს.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ხორცი 100 გ, კვერცხი 0.5 ცალი, ახალი კიტრი 75 გ, მწვანე ხახვი 38 გ, კამა 5 გ, ბურაბი 300 გ, არაუანი 20 გ, მდოგვი 2გ, მარილი 5 გ.

გოსტინულის „პაროშაკი“

მოხარშული კარტოფილი, სტაფილო, თაღამი, მწვანე ხახვი, მოხარშული კვერცხი, ახალი კიტრი და კამა წვრილად დაჭერით, მოათავსეთ ქვაბში, შემდეგ ჩაუმატეთ არაუანი, მზა მდოგვი, მარილი, შაქრის ფხვნილი და შავი პილპილი, კარგად მოურიეთ და თანდათანობით გახსენით შავი პურის ბურაბით. გასტუმრების დროს ცალკე მიეცით დაჭრილი სუფთა ყინული.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ბურახი 300 გ, კარტოფილი 100 გ, სტაფილო 25 გ, ახალი კიტრი 80 გ, თაღამი 32 გ, მწვანე ხახვი 38 გ, კამა 5 გ, კვერცხი 0,5 ცალი, არაჟანი 30 გ. მზა მდოგვი 2 გ, მარილი 5 გ, შაქრის ფხვნილი 5 გ, პილპილი 0,1 გ.

„გობვინია“ თევზით

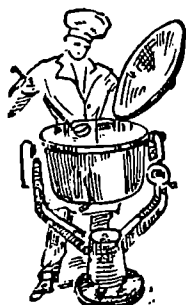
ქვაბში ჩაუშვით მოხარშული და საცერში გატარებული ისპანახი და მქაუნა, მორევის შემდეგ დაუმატეთ წვრილად დაჭრილი მწვანე ხახვი, კამა. გაფუცქვნილი და ოთხკუთხედებად დაჭრილი ახალი კიტრი, საფხეკში გატარებული გათლილი პირშუშხა, შეანელებთ მარილით. შაქრის ფხვნილით. გახსენით შავი პურის შუშხუნა ბურახით და გაეცით მათლაფით — წვრილად დაკეპილი მწვანელით. ცალკე მიეცით მოხარშული ცივი თარტის ან ზუთხის ორი ნაჭერი. შესაძლებელია აგრეთვე გასცეთ სვია, ფარგა, დოში ან დაკონსერვებული კიბო, რასაც გარნირად უნდა შემოუწყყოთ ოთხკუთხედად წვრილად დაჭრილი გაფუცქვნილი ახალი კიტრი, დაკეპილი ახალი კამა, წვრილად დაჭრილი მწვანე ხახვი და გაფხეკილი პირშუშხა. მოსართავად მოუწყეთ სალათის ფოთლები.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ისპანახი 95 გ, მქაუნა 53 გ, კიტრი 81 გ, მწვანე ხახვი 25 გ, კამა 5 გ, ბურახი 350 გ, შაქარი 5 გ, კვერცხი 20 გ, ლიმონი 5 გ, მარილი 5 გ, თევზი 100 გ, პირშუშხა 20 გ, ახალი სალათა 35 გ, სვია 136 გ ან თართი 161 გ, ან ზუთხი 161 გ, ან ფარგას სუკი 171 გ.

ბარხლის ცივი სუპი (სვეპოლნიკი)

ახალი ჭარხალი ქვაბში ჩააწყეთ და ძმრიან წყალში ოდნავ მოხარშეთ, შემდეგ გადმოდგით, გადაწურეთ და კუბიკების მსგავსად დაჭერით; იმავე ფორმით დაჭერით მოხარშული სტაფილო, აგრეთვე ახალი კიტრი, მწვანე ხახვი, მოხარშული კვერცხი, ახალი კამა და ჩაუშვით ქვაბში; ჩაუმატეთ არაჟანი. მზა მდოგვი, შაქრის ფხვნილი, მარილი, ძმარი და შავი პილპილი. კარგად მოურიეთ და ბურახით გახსენით. გასტუმრების დროს ჩაასხით ულუფის ჭურჭელში, ცალკე მიეცით ყინული.

სურსათის ნორმა ერთ უღუფაზე: ბურაბი 300 გ, ჭარხალი 100 გ, სტაფილო 25 გ, მწვანე ხახვი 35 გ, ახალი კიტრი 65 გ, კაშა 5 გ, არაყანი 40 გ. კვერცხი მთელის $1/2$, შაქარი 5 გ, მარილი 5 გ, ძმარი 5 გ, პილპილი 0,01 გ, მდოგვი 2 გ.





ს ა წ ე ბ ლ ე ბ ი

საწებლები კერძების ასორტი-
მენტის დიდ რაოდენობაში შე-
დის, როგორც მათი შემადგენე-
ლი ნაწილი.

ისინი შეიცავენ მრავალნაირ
გემოს, არომატულ და საღებავ

ნივთიერებებს, ამის გამო შესაძლებლობას იძლევიან, გაუმჯობეს-
დეს საკმლის გემო და გარეგნული შესახედაობა. საწებლები, რომ-
ლის შემადგენლობაშიც შედის კარაქი, არაჟანი, კვერცხი, საგუ-
ლისხმოდ ამალავენ კულინარული ნაწარმის კალორიანობას.

საწებლების არომატული ნივთიერებანი ხელს უწყობენ საკმლის
მოსანელებელი წვეწის გამოყოფას და ადამიანის ორგანიზმს ეხმა-
რებიან საკმლის უკეთ ათვისების საქმეში.

საწებლების მნიშვნელობა კერძების მომზადებაში დიდია. ისინი
გამოიყენება ძირითადი პროდუქტის გადასავლებად, სუპების და
გარნირების შესაზავებლად ან კერძთან ერთად ცალკე მიიტანება
სპეციალური ჭურჭლით.

საწებლები ორ ღიდ ჯგუფად იყოფა — ცხელი და ცივი. ცალკე
ჯგუფს შეადგენს ტკბილი საწებლები.

ყველაზე ძირითადია საწებლის თხევადი ნაწილი, ის შეიძლება
შედგებოდეს ბულიონისაგან, ბოსტნეულის ნახარშისაგან, რძის,
არაჟნის, ცხიმისა და ძმრისაგან. საწებლების უმრავლესობაში შე-
დის მოშუშული ხორბლის ფქვილი, რომელიც მხოლოდ ცხლად გა-
მოიყენება. ასეთი საწებლები სქელძირიან ქვაბებში მზადდება.

მიტანისას ცხელი საწებლების ტემპერატურა 65-70° უნდა იყოს,
ხოლო ცივისა 10-12°.

ყველა სახის საწებელი შემდეგ ჯგუფებად იყოფა: 1) ბულიონის
(ხორცის, თევზის, სოკოს); 2) რძისა და არაჟნის; 3) კარაქის; 4)
საკმლის ზეთის და 5) ძმრის საწებელი.

საწებლები — „იუენი“, ცხარე ტომატი, ტყემალი, ნაშარაბი და

მაიონეზი — ძირითადად კვების მრეწველობის საწარმოების მიერ მზადდება, ისე რომ საზოგადოებრივი კვების საწარმოები მათ მომზადებულს ღებულობენ.

საწებელი „იუენი“ გამოიყენება სხვადასხვა კერძებისა და საწებლების მოსამზადებლად.

ცხარე ტომატი მიიტანება ხორცის ცხელ კერძებთან.

ტყემალი და ნაშარაბი ცალკე საწებლის ჭურჭლით მიიტანება მწვადთან, კუბატთან და სხვა ქართულ კერძებთან, აგრეთვე ისინი გამოიყენება ზოგიერთი კერძის მოსამზადებლად.

მაიონეზის საწებლის გამოყენება ხდება სხვადასხვა ცივი კერძების და საუზმეულისათვის, აგრეთვე ცალკე მიიტანება საწებლის სპეციალური ჭურჭლით ზოგიერთ ცივ და ცხელ კერძებთან.

საწვანოსათვის მომუშაული ბოსტნეულისა და ფქვილის მომზადება

ბოსტნეულის მომუშევა იმავე წესით ხდება, როგორც სუპებისათვის.

ფქვილის მომუშევა შეიძლება მშრალად — უცხიმოდ და ცხიმით (თეთრად, წითლად და ცივად). მოსამუშად შეიძლება გამოიყენოთ პირველი ხარისხის ხორბლის ფქვილი.

თეთრად და წითლად მომუშევისათვის ფქვილი აიღეთ ცხიმის წონასთან შეფარდებით 100-150 პროცენტი.

მშრალად მომუშევისათვის ხორბლის გაცრილი ფქვილი ჩაყარეთ გაციერ ტაფაში 2,5 სანტიმეტრის სისქეზე და თანდათანობით მორევით მომუშეთ. წითელი საწებლისათვის ფქვილი ოქროსფერამდე მომუშეთ, ხოლო თეთრისათვის — ღია მოყვითალომდე.

თეთრად მომუშევისათვის აიღეთ სქელძირიანი დაბალი ქვაბი, ჩადეთ შიგ კარაქი, ერბო ან მარგარინი და 40-50° გააცხელეთ, მიუმატეთ ხორბლის გაცრილი ფქვილი და ხანგამოშვებითი მორევით თანაბრად შუშეთ, ვიდრე ფქვილი ღია მოყვითალო ფერს არ მიიღებს. ასეთნაირად მომუშეული ფქვილი გამოიყენეთ თეთრი საწებლის მოსამზადებლად. თეთრად მომუშეული მოამზადეთ ბულიონში ჩაშვების წინ.

წითლად მომუშევა უმეტეს შემთხვევაში უცხიმოდ აწარმოეთ; ცხიმით მომზადებისას კი ტაფაზე დადეთ ცხიმი და 40-45°-მდე გააცხელეთ. შემდეგ ჩაყარეთ პურის გაცრილი ფქვილი და ხანგამოშვებით მოურიეთ. შუშეთ ფილაქურაზე ან შესაწვავ კარადაში, ვიდრე ფქვილი ოქროს ფერს არ მიიღებს.

ცივად მომუშევისას ხორბლის გაცრილი ფქვილი აურიეთ კარაქ-

ში. ამ შემთხვევაში ფქვილი კარაქის წონასთან შეფარდებით 20-25 პროცენტი უნდა იყოს.

მომავლის მონაცემები

ხორცის ძვლები წვრილად დაჩეხეთ, ცივ წყალში გარეცხეთ. განიერ ტაფაში ჩააწყეთ და დაკრილი უმი სტაფილო, ოხრახუში, ნიახური და თავიანი ხახვი ჩაუმატეთ. ერთი საათის განმავლობაში მალალ ტემპერატურაზე შუშეთ; როდესაც ძვლები ყავისფერს მიიღებს, ქვაბში გადაიღეთ, ცხელი წყალი დაასხით და თავდაუხურავად 10-12 საათის განმავლობაში ხარშეთ, თან პერიოდულად ცხიმი მოხადეთ. მოხარშვის დამთავრების შემდეგ ბულიონი გადაწურეთ, გამოიყენეთ წითელი საწებლის მოსამზადებლად და აგრეთვე მეორე კერძების მოსახარშად. ერთ ლიტრ ბულიონს 0,5 კგ ძვალი სჭირდება.

წითელი საწებელი (ძირითადი)

დაბალ სქელძირიან ქვაბში ძროხის დაკრილი ძვლები ჩაუშვით, ხორცის სიმსუქნე დაასხით, დაკრილი ხახვი, სტაფილო, თეთრი ძირები, ნიახური და დაფნის ფოთოლი მოაყარეთ, სახურავი და ახურეთ და ბულში გამოიყვანეთ; როცა ხორცი და ძვლები შეწვას დაიწყებს და შეწითლდება, ცოტა წყალი დაასხით, შეშრობის შემდეგ კიდევ დაუმატეთ; როდესაც ძვლები და ანაკრები კარგად გაწითლდება, ტომატი-პიურე ჩაუმატეთ და ისევ შუშეთ. 15 წუთის შემდეგ მას მიუმატეთ ხორბლის თეთრი ფქვილი და შუშეთ კიდევ დაახლოებით 10 წუთს, რის შემდეგაც გახსენით ხორცის ნახარშით. დუღილის დროს ქაფი და სიმსუქნე მოხადეთ, მზადყოფნამდე 10 წუთით ადრე შეანელეთ მარილით, დაფნის ფოთლით, დაუფქვავი შავი პილპილით. საკმარისად დადუღებული საწებელი საცერში გაწურეთ. თუ თხელი გამოვიდა, კარტოფილის ფქვილი დაუმატეთ. საწებელს რომ მოწითალო ფერი ჰქონდეს, დამწვარი შაქრით შეაფერადეთ.

სურსათის ნორმა 1 კგ საწებელზე: ხორცის ძვლები 750 გ, ცხიმი 25 გ, ხორბლის ფქვილი 50 გ, ტომატი-პიურე 150 გ, სტაფილო 100 გ, თავიანი ხახვი 36 გ, ოხრახუშის ძირები 20 გ, შაქარი 20 გ, კარაქი ან მარგარინი 50 გ.

ტომატის საწებელი

დაბალ სქელძირა ქვაბში ჩაუშვით დაკრილი სტაფილო, ხახვი, დაფნის ფოთოლი და თეთრი ძირები. კარაქი ჩადეთ და 10 წუთი შუშეთ. ჩაუმატეთ ხორბლის თეთრი ფქვილი და კიდევ შუშეთ. ამის

შემდეგ დაუმატეთ ტომატი-პიურე და მოურიეთ. როდესაც კარგად აიზილება, გახსენით ხორცის ბულიონით, შეანელეთ მარილით და წითელი პილპილით, 15 წუთის დუღილის შემდეგ გაწურეთ საცერში, მოათავსეთ ქვაბში და ზევიდან მოაწვეთეთ გამდნარი კარაქი.

სურსათის ნორმა 1 კგ საწებელზე: თეთრი ბულიონი 700 გ, ხორბლის ფქვილი 35 გ, ცხიმი 35 გ, თავიანი ხახვი 36 გ, სტაფილო 63 გ, ოხრახუში 27 გ, ტომატი-პიურე 350 გ, კარაქი 50 გ, შაქარი 10 გ, ლიმონის სიმჟავე 0,5 გ, თეთრი ღვინო 75 გ, სუფრის მარგარინი 20 გ.

ორთქლში მოხარშული ხორცის თეთრი საწებელი

სუფრის მარგარინში მოშუშეთ თეთრი ფქვილი, ჩაუმატეთ დაჭრილი ხახვი, სტაფილო, ნიახური და თეთრი ძირები; როდესაც საკმარისად მოიშუშება, ორთქლში მოხარშული ქათმის ან სხვა ხორცის ნახარშით ზომიერ სისქემდე გახსენით. შემდეგ შეანელეთ მარილით, ლიმონის წვენი (ან ლიმონის სიმჟავით), თეთრი ღვინით, დანაყილი პილპილით. 10 წუთის დუღილის შემდეგ გაწურეთ სუფთა ტილოს ხელსახოცში და მოათავსეთ ქვაბში, მასში კარგად გათქვიფეთ კარაქი და თბილად შეინახეთ.

სურსათის ნორმა 1 კგ საწებელზე: ხორციულის ნახარში 1050 გ, ხორბლის თეთრი ფქვილი 48 გ, სუფრის მარგარინი 48 გ, თავიანი ხახვი 36 გ, თეთრი ღვინო 50 გ, კარაქი 50 გ, ქონდარი ან ოხრახუში 28 გ, ლიმონის წვენი 15 გ ან ლიმონის სიმჟავე 1 გ, მარილი 5 გ.

პარაჟისა და კვერცხის საწებელი

კარაქისა და კვერცხის საწებლის მოსამზადებლად ქვაბში ჩაუშვით კვერცხის გული და კარაქი, დააწურეთ ლიმონის სიმჟავე. ქვაბი ჩადგით ფილაქურაზე დადგმულ თბილ წყალში და განუწყვეტლივ ურიეთ; როდესაც გათბება და შესქელდება, გაღმოდგით და მოასხით წყალი. შეინახეთ თბილ მდგომარეობაში.

სურსათის ნორმა ერთ კგ საწებელზე: კვერცხი 3 ცალი, კარაქი 75 გ, ლიმონის სიმჟავე 1 გ, წყალი 10 გ.

ორცხოვილას საწებელი პარაჟით

თეთრი პურის ორცხოვილა მოხალეთ ტაფაზე; როდესაც შეწითლდება, მასში ჩაუშვით კარაქი და მუდმივი მორევით გააღნეთ, ჩაუმატეთ ლიმონის წვენი და როდესაც აქაფდება, მოათავსეთ ქვაბში.

სურსათის ნორმა 100 გრამ საწებელზე: კარაქი 35 გ, თეთრი პურის ორცხობილა 25 გ, ლიმონის წვენი 5 გ.

ხახვის საწებელი

დაკემსილი ხახვი ცხიმში ოდნავ მოშუშეთ, შემდეგ შეანელებთ დაფქული პილპილით, დაფნის ფოთლით, ღვინის ძმრით დაზარ-შეთ. მიღებულ მასას შეურიეთ მზა წითელი საწებელი და 10-15 წუთს ადუღეთ. შეიძლება დაუმატოთ შაქარი.

სურსათის ნორმა ერთ კგ საწებელზე: მზა წითელი საწებელი 850 გ, თავიანი ხახვი 298 გ, ცხიმი 58 გ, ძმარი 70 გ, შაქარი 15 გ.

თევზის თეთრი საწებელი (ძირითადი)

თეთრად მოშუშულ თევზის ცხელ ბულიონს ხორბლის ფქვი-ლი შეურიეთ და ვიდრე ერთნაირ მასას არ მიიღებთ, ურიეთ. დაუ-მატეთ ბოსტნეული და 25-30 წუთს ხარშეთ; დროგამოშვებით ქათვი მოხადეთ. მზა საწებელი გადაწურეთ და კარაქით შეაზავეთ.

სურსათის ნორმა ერთ კგ საწებელზე: თევზის ბულიონი 1100 გ, ხორბლის ფქვილი 50 გ, კარაქი 150 გ, თავიანი ხახვი 36 გ, ოხრახუ-შის ძირები 2 გ, ლიმონის სიმეყვე 1 გ.

კვერცხის თეთრი საწებელი

მოხარშული კვერცხი თხლად დაჭერით და დაკეპეთ. დაკეპილი კვერცხი სქელძირიან დაბალ ქვაბში ჩაუშვით, დაასხით გამდნარი კარაქი და მცირე რაოდენობით ხორცის თეთრი საწებელი, შეანე-ლეთ მარილით და ლიმონის სიმეყვეთ, დაუმატეთ ახალი კამა ან ოხ-რახუში.

სურსათის ნორმა ერთ კგ საწებელზე: თეთრი ბულიონი 100 გ, ერბო 45 გ, თავიანი ხახვი 32 გ, ოხრახუშის ძირი 36 გ, კვერცხი 3 ც., კარაქი 75 გ, ლიმონის სიმეყვე 1 გ.

არაჟნის საწებელი

ხორცის თეთრ საწებელს დაუმატეთ არაჟანი, მარილი, დაფქუ-ლი პილპილი, სამ წუთს ხარშეთ და შემდეგ გადაწურეთ, მოათავ-სეთ ქვაბში, ზევიდან მოაწვეთეთ გამდნარი კარაქი და თბილად შე-ინახეთ. საწებელი თეთრი ფერისა უნდა იყოს.

სურსათის ნორმა ერთ კგ საწებლისათვის: ხორცის თეთრი ბუ-ლიონი 500 გ, ხორბლის ფქვილი 50 გ, კარაქი 50 გ, არაჟანი 500 გ.

თავიანი ხახვი წვრილად დაკეპეთ, ჩაუშვით ქვაბში და კარაქში მოშუშეთ; ხუთი წუთის შემდეგ დაუმატეთ ხორბლის თეთრი ფქვილი; როდესაც საკმარისად მოიშუშება, თანდათანობით გახსენით ცხელი რძით ზომიერ სისქემდე, შეანელეთ მარილით და ჩაუმატეთ ცოტა რაოდენობით მაგარი ბულიონი (ფიუჟე). მერე გაატარეთ საცერში ან გაწურეთ ტილოს ხელსახოცში. მოათავსეთ ქვაბში და შეინახეთ თბილ მდგომარეობაში. ხახვიანი რძის საწებელი უმეტესად ეძლევა ბატენის, ცხერის ან ხბოს ნატურალურ კატლეტზე.

სურსათის ნორმა ერთ კგ-ზე: არაჟნის მზა საწებელი 800 გ, თავიანი ხახვი 300 გ, კარაქი 300 გ. საწებელი „იუჟენი“ 40 გ.

არაჟნის კომბინირებული ვარდისფერი საწებელი

აიღეთ ორი წილი ზემოთ აღნიშნული წესით მომზადებული მზა არაჟნის თეთრი საწებელი და ერთი წილი ტომატის წითელი საწებელი, ერთმანეთში აურიეთ და მიიღებთ არაჟნის კომბინირებულ საწებელს, რომელიც შეგიძლიათ იხმაროთ ტოლმის და გოგრაუქას გადასავლებად. არაჟნის კომბინირებული ვარდისფერი საწებელი, დაკეპილი მოშუშული ხახვის დამატებით, გამოიყენეთ უკრაინული და ყაზახური საწებლის მოსამზადებლად.

არაჟნის ცხელი საწებელი პირშუშხათი.

მომზადებულ მზა არაჟნის საწებელში აურიეთ წმინდა საფხეკელში გატარებული და კარაქში ოდნავ მოშუშული პირშუშხა; შეანელეთ მარილით და ლიმონის წვენი. ასეთი საწებელი გაცივით მოხარშულ ხორცზე, ენასა და სალანინაზე.

სურსათის ნორმა: მზა არაჟნის საწებელი 1 კგ, პირშუშხა 200 გ, ლიმონის წვენი 10 გ.

შავფარი ხორცეულის წვანი

შემწვარ ხორცეულზე გადასავლებ/წვენს მიიღებთ ხბოს, ბატენის, ცხერის ან ღორის ხორცის შეწვის შედეგად. ამ მიზნით გა-

მონაქონი ცხიმოვანი სითხე დაადუღეთ, შემდეგ მას ცხიმი გადააწურეთ. რაც დარჩება, მას მიუმატეთ სხვა ხორცის ნახარში, ხუთი წუთის დუღილის შემდეგ ტილოს ხელსახოცში გაწურეთ და ქვაბში მოათავსეთ.

ც ი ვ ი ს ა წ ე ბ ლ ე ბ ი

ახალი ბუფლის საწებელი

მოხარშული ახალი ტყემალი გაატარეთ საცერში (მისივე ნახარშით), მოათავსეთ თიხის ან მომინანქრებულ ჭურჭელში და შეეჯამეთ წმინდად დაკეპილი მწვანე ხახვით, ქინძით, ნივრით, კამით, წიწაკით, ომბალოთი და მარილით.

სურსათის ნორმა 1 კგ საწებელზე: ახალი ტყემალი 500 გ, ნიორი 25 გ, მწვანილი (ქინძი ან კამა) 30 გ, წითელი წიწაკა 1 გ, მწვანე ხახვი 100 გ, მარილი 10 გ.

ნიგვზის ცივი საწებელი თევზაულისათვის

გარჩეული ნიგოზი წმინდად დანაყეთ. დანაყილი ცივი წყლით დაასველეთ და საცერში გაატარეთ, მოათავსეთ თიხის ან სხვა ღრმა ჭურჭელში. შეანელეთ მარილით და გახსენით ცივი წყლით მაწვნის სისქემდე. ამრიგად მომზადებული ნიგვზის საწებელი გაეცით მოხარშულ კალმანზე და სხვა თევზზე.

სურსათის ნორმა 1 კგ საწებელზე: ნიგოზი 444 გ, მარილი 20 გ.

ისერიშის (გავანა ხურძნის) საწებელი

ისერიში დაჩეჩქეთ და გაწურეთ ტილოში, მოათავსეთ მომინანქრებულ ჭურჭელში და ჩაუმატეთ დაკეპილი ან დანაყილი ნიორი, ახალი ქინძი და კამა, შეანელეთ მარილით. ასეთი საწებელი გაეცით უმეტეს შემთხვევაში შემწვარ წიწილაზე.

ახალი პამიდორის საწებელი

წითელი მწიფე პამიდორი დაჰყლიტეთ და გაატარეთ საცერში. გატარებული პამიდორის მთელი რაოდენობა ჩაუშვით ქვაბში და შეაზავეთ წმინდად დაკეპილი მწვანე ხახვით, ნივრით, წიწაკით, ქინ-

ძით, კამა-ოხრახუშით და შეანელეთ მარილით. პამიდვრის საწებელი გემოთი შესამჩნევად ცხარე უნდა იყოს.

მაიონეზის საწებელი

უმი კვერცხის გული, მზა მდოგვი, შაქარი, მარილი, ისპანახის პიურე, ქინძი, ოხრახუში და ტარხუნა ჩაუშვით თიხის ან მოპინანქრებულ ჭურჭელში და მოურიეთ ხის სარევიტო. მას წვეთ-წვეთად დაუმატეთ ზეთის ხილის ან მზესუმზირას ზეთი, შესქელების შემდეგ თანდათან დააწურეთ ძმარი და კიდევ ურიეთ. როდესაც ცომის მსგავსად გასქელდება, დააწურეთ ლიმონის წვენი. იხმარეთ მრავალნაირ ცივ კერძში; როგორც ცივი საწებელი.

სურსათის ნორმა 1 კგ საწებელზე: კვერცხი 5 ცალი, მზა მდოგვი 20 გ, შაქარი 16 გ, მარილი 6 გ, ისპანახის პიურე 100 გ, ქინძი 14 გ, ოხრახუში 20 გ, ტარხუნა 100 გ, ზეთის ხილის ან მზესუმზირას ზეთი 600 გ, ძმარი 120 გ.

კაპარის საწებელი

კაპარის ცივი საწებლის მოსამზადებლად აიღეთ ორი წილი მაიონეზი და ერთი მესამედი საწებელი „იუჟნი“, დაუმატეთ დაკეპილი მჟავე კაპარი და აურიეთ ერთმანეთში. ასეთი საწებელი უმეტესად გაეცით ცივ სათბილოზე, ცივ მოხარშულ ენაზე, ცხვრის ან ხბოს შემწვარ ხორცზე.

სურსათის ნორმა ერთ კგ-ზე: მაიონეზი 600 გ, საწებელი „იუჟნი“ 300 გ, კაპარი (გადაწურული) 200 გ.

ტყემლის ტყლაპის საწებელი

ტყემლის ტყლაპი დაჭერით, გარეცხეთ და დაალებეთ ადუღებულ თბილ წყალში. როდესაც საკმარისად დალებება, დაჰყლიტეთ და გაატარეთ წმინდა საცერში. გატარებული ტყლაპის მთელი რაოდენობა მოათავსეთ თიხის ან სხვა შესაფერის ჭურჭელში, გახსენით ზომიერ სისქემდე ტყლაპის ნალბობი ადუღებული წყლით. შეაზავეთ ტყლაპის საწებელი ჯერ დაკეპილი და მერე დანაყილი ნივრით, პილპილით, მარილით, ქინძით, კამით და ხმელი სუნელით.

სურსათის ნორმა ერთ კგ-ზე: ტყლაპი 250 გ, ნიორი 25 გ, ზემოაღნიშნული მწვანილი 30 გ, წითელი წიწაკა 1 გ, მარილი 10 გ, ხმელი სუნელი 1 გ.

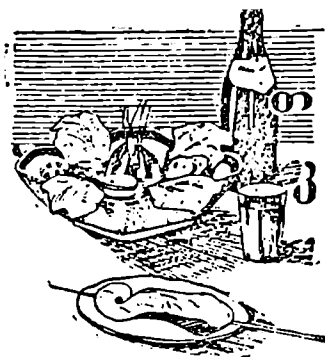




წმინდა საცრიან ბორცის საკეპ მანქანაში ერთად გაატარეთ გარეული ნიგოზი, ხახვი, ნიორი, ქინძი, კამა, მარილი, პილპილი. ტარებული ნიგოზის შემადგენლობა მოათავსეთ ღრმა შესაფერის ჭურჭელში გახსენით ზომიერ სისქემდე ბროწეულის წვენი და აღუღებული ცივი წყლით.

სურსათის ნორმა 1 კგ საწებელზე: ნიგოზი 50 გ, ხახვი 50 გ, ნიორი 10 გ, ქინძი 10 გ, კამა 10 გ, მარილი 5 გ, პილპილი 1 გ, ბროწეულის წვენი 500 გ.





თევზეულის და ცივების კერძები

მოხარშული თევზი

თევზი, რომელი ოჯახისაც არ უნდა იყოს ის, როგორც ზევით აღნიშნეთ, მოხარშვის წინ აუცი-

ლებლად გაასუფთავეთ და ნახევრად შეამზალეთ.

თართი, ზუთხი, თორეჯი, სვია და ზრტილოვანი ოჯახის სხვა თევზები მოხარშეთ მთელის, ნახევრის ან მეოთხედის სახით. ზედმეტი დანაკარგების თავიდან ასაცილებლად მოხარშვის წინ თევზი კანაფით შეკარით, შემდეგ ჩააწყეთ საცრიან ქვაბში, მოაყარეთ მარილი, ჩაუშვით დაჭრილი ხახვი, სტაფილო, თეთრი ძირები და დაუნის ფოთოლი, დაასხით ცივი წყალი იმდენი, რომ დაფაროს, სახურავი დაახურეთ და დადგით მოსახარშად; როდესაც აღუღდება, 10-15 წუთის ხარშვის შემდეგ, გასინჯეთ სამზარეულო ნემსით. თუ ნემსი ადვილად შევა თევზის ხორცში, მაშინ მოხარშულია.

გარსფურცლიანი თევზის მოსახარშად, პირველ ყოვლისა, წყალი ააღუღეთ შესაფერის ჭურჭელში და შეანეღეთ მარილით; წყალში ჩაუშვით დაჭრილი ხახვი, სტაფილო და თეთრი ძირები. ამის შემდეგ ძვლებისაგან განთავისუფლებული თევზი ულუფებად დაჭერით და ადუღებულ წყალში ჩაუშვით. 10 წუთის ხარშვის შემდეგ გადმოღვით და შეანეღეთ თავისი ნახარშით.

ლოქოს ან ჭანარის მოსახარშად წყალი ქვემარლით შეანეღეთ (ქვემარლი სუფთა ტილოში შეახვიეთ და ჩაუშვით ადუღებულ წყალში). როდესაც წყალი საკმაოდ დამარილდება, მარილი ამოიღეთ და წყალში შაბი გახსენით. ამნაირად შეზავებულ ადუღებულ წყალში ჩაუშვით თევზი. თუ კალმახს ან ცოცხალს თვალები გაუთეთრდება, ხოლო ლოქო ან ჭანარი ზევით ამოიწვეს, იმის ნიშანია, რომ თევზი მზად არის. ამის შემდეგ თევზი ამოალაგეთ, მაგიდაზე გაშალეთ და გასაგრალებლად ცივი წყალი მოასხით.

ორთქლში მეტწილად თარით, ზუთხი, ცქერინი, ახალი ფარგა და სხვა ამგვარი თევზი იხარშება. თევზი, გარდა ცქერინისა, დაჭრის დროს გაათავისუფლეთ კანისა და ძვლებისაგან. დაჭრილი თარით ან ზუთხი მოხარშვამდე გათუთქეთ და გარეცხეთ, ჩამოაქერით ზედმეტი ნაწილები, შემდეგ ჩაალაგეთ ქვაბში მწყობრად, მოაყარეთ მარილი, დაჭრილი ძირძურები და დაფნის ფოთოლი. ამის შემდეგ დააწურეთ ლიმონი, თევზის ნახარში, ჩაუმატეთ კარაქი და თავდახურული ხარშეთ ორთქლში; როდესაც თევზი მზად იქნება, გადმოდგით და ჩაალაგეთ მეორე კუთრკელში, ხოლო ნახარში ჩაასხით თევზისათვის მომზადებულ სქელ საწებელში. ორთქლში მოხარშული თევზი, როგორც წესი, საწებლით გაეცით.

მარილიანი თევზის მოხარშვის წესი

მარილიანი თევზი, როგორც ზემოთ უკვე აღვნიშნეთ, მოხარშვამდე ცივ წყალში გარეცხეთ, შემდეგ კანისგან გასუფთავეთ, მერე გამდინარე ცივ წყალში დაალბეთ რვა-ათი საათის განმავლობაში და მხოლოდ ამის შემდეგ მოხარშეთ ხახვით, სტაფილოთი, თეთრი ძირებით და დაფნის ფოთლით შეზავებულ მდუღარე უმარილო წყალში. ფარგა, კობრი, ლოქო და სხვა წინასწარ ულუფებად დაჭერით.

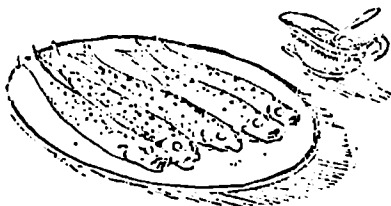
რაც შეეხება დოშს, აღნიშნული წესით დალბობის შემდეგ, ცხელ წყალში გათუთქეთ, სუფთად გაფხიკეთ და მერე ცხელ წყალში მოხარშეთ. როდესაც დოში მზად იქნება, თავის ნახარშ წყალშივე გააგრილეთ.

მოხარშული ორაგული ნიგვზის საწებლით

გასუფთავებული ორაგული ულუფაზე ერთი ნაჭერი მოჭერით თავისი ტყავით ისე, რომ ძვალი არ გაყვეს. ამის შემდეგ მოხარშეთ მარილითა და ბოსტნეულ-ძირძურებით შეზავებულ წყალში; როდესაც მზად იქნება, დააწყეთ ლანგარზე და გაეცით 4 ცალი მოხარშული კარტოფილით და ოხრაბუშის ფოთლებით. ცალკე გაეცით დანაყილი და საცერში გატარებული ნიგვზის შეზავებული საწებელი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ორაგული 226 გ, კარტოფილი 150 გ, ნიგოზი 35 გ, მარილი 5 გ, კარაქი 5 გ, ოხრაბუში 5 გ.

ზემოთ აღნიშნული წესით შემზადებული და მოხარშული თბილი ან შეგრილებული კალმახი (სურ. 17) ლანგარზე მწვანელით დააწყეთ. ცალკე მიეცით დანაყილი და საცერში გატარებული ნიგეზის შეზავებული საწებელი.



სურ. 17. მოხარშული კალმახი ნიგეზის საწებლით

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: კალმახი 226 გ, ნიგოზი 30 გ, ოხრახუში 10 გ, მარილი 10 გ.

მომზადებული ახალი კეფალი პირშუშას საწებლით

შემზადებული კეფალი მარილით, სტაფილოთი, ხახვით და თეთრი ძირებით შეზავებულ მდუღარე წყალში მოხარშეთ; როდესაც მზად იქნება, გადმოდგით ფილაქურის ნაპირზე თბილად შესანახად. გაშვებისას გარნირად გაეცით ოთხი-ხუთი ცალი მრგვლად მოხარშული, კარაქში ამოვლებული კარტოფილი ოხრახუშის ფოთლებით. ცალკე გაეცით გაფხეკილი და შეზავებული პირშუშა.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: კეფალი 226 გ, კარტოფილი 150 გ, მწვანელი 5 გ, ხახვი, სტაფილო და თეთრი ძირები 10 გ, კარაქი 5 გ, მზა პირშუშა 30 გ, მარილი 5 გ.

მომზადებული ფარგა პირშუშას საწებლით

ზემოთ აღნიშნული წესით მოხარშული ახალი ფარგა ლანგარზე დააწყეთ, გარშემო შემოუწყეთ 4-5 ცალი მოხარშული კარტოფილი, ოხრახუშის ფოთლები და თბილ მდგომარეობაში გაუშვით პირშუშას საწებლით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ფარგა 240 გ, კარტოფილი 150 გ, მარილი 5 გ, მზა პირშუშა 50 გ, ოხრახუში 5 გ.

მოხარშული კახალი თევზის თეთრი საწვავლით

შემზადებული ქამბალა ერთ ულუფაზე ორ ბრტყელ ნაჭრად დაჭერით და მოხარშეთ მარილით, დაჭრილი ხახვით, სტაფილოთი, თეთრი ძირებითა და დაფნის ფოთლით შეზავებულ მდუღარე წყალში; როდესაც მზად იქნება, გადმოდგით და მოათავსეთ ლანგარზე. გარნირად შემოუწყეთ მოხარშული კარტოფილი და ახალი ოხრაბუშის ფოთლები. ცალკე გაეცით მოხარშული კვერცხის და კარაქის საწებელი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ქამბალა 188 გ. კარაქი 10 გ. კვერცხი 0,5, ბოსტნეული 15 გ. კარტოფილი 200 გ. მწვანილი 5 გ. ლიმონი 10 გ. მარილი 5 გ.

მოხარშული თართი, ზუთხი ან სვია პირშუშას საწვავლით

მოხარშული თართი, ზუთხი ან სვია ირიბად დაჭერით (ულუფა შედგება ერთი ან ორი ნაჭრისაგან) და ლანგარზე დააწყეთ, მას გარნირად მიეცით კარაქში ამოვლებული და კამამოყრილი მოხარშული ოთხი ცალი კარტოფილი ოხრაბუშის ფოთლებით და გაუშვით თბილ მდგომარეობაში; ცალკე გაეცით გაფხეკილი შეზავებული პირშუშა.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: თართი 231 გ. ზუთხი 235 გ. ან სვია 200 გ. კარტოფილი 200 გ. მზა პირშუშა 40 გ. მარილი 5 გ. ოხრაბუში 5 გ.

მოხარშული ფარგა კვერცხის საწვავლით

მოხარშული თბილი ფარგა ლანგარზე დააწყეთ, გარშემო შემოუწყეთ მოხარშული კარტოფილი, ოხრაბუშის ფოთლები და გაეცით მოხარშული კვერცხით, კარაქით და ლიმონით შეზავებული საწებლით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ფარგა 240 გ. კარაქი 20 გ. კვერცხი 50 გ. ლიმონი 10 გ. კარტოფილი 150 გ. ოხრაბუში 10 გ. მარილი 5 გ.

მოხარშული კახალი ნიგვზის თეთრი საწვავლით

წინასწარი შემზადების შემდეგ კეფალი დაჭერით ულუფაზე ორი-სამი ნაჭერი და მოხარშეთ მარილით, ხახვით, სტაფილოთი და თეთრი ძირებით შეზავებულ მდუღარე წყალში; როდესაც მზად იქნება, დააწყეთ ლანგარზე, გარშემო შემოუწყეთ ოთხი ცალი მო-

ხარშული კარტოფილი და ოხრაბუშის ფოთლები. ცალკე მიეცით თევზის თეთრი საწებელი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: კეფალი 240 გ, კარტოფილი 150 გ, თევზის მზა თეთრი საწებელი 50 გ, მარილი 5 გ, ძირძურები 5 გ, ოხრაბუში 5 გ.

ორთაღში მოხარშული ორაგული თეთრი საწებლით

ორაგულს გამოჭერით (ძვლისა და ტყავის გარეშე) ერთი ბრტყელი ნაჭერი, მოაყარეთ მარილი და ჩადეთ კარაქწასმულ დაბალ ფართო ქვაბში, დაასხით თევზის ნახარში და დააწურეთ ლიმონის წვენი, დაასხით გამდნარი კარაქი, მოაყარეთ წვრილად დაჭრილი თეთრი ძირები და ხახვი, დაახურეთ სახურავი და ხარშეთ ზომიერ ცეცხლზე; როდესაც მზად იქნება, ნახარში გადაწურეთ და ჩაასხით შიგ თევზის სქელი თეთრი საწებელი და მოურიეთ.

ორაგული ჩადეთ ულუფის ღრმა ჭურჭელში, გარნირად შემოუწყეთ ოთხი ცალი მრგვლად მოხარშული კარტოფილი, ზევიდან დააწყეთ მოხარშული ქამა სოკო და კნელი, გადაავლეთ თევზის თეთრი საწებელი, დაადეთ გაფცქნილი ლიმონის ერთი ნაჭერი, მწვანელი და ცხლად გაუშვით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ორაგული 226 გ, თევზის ნახარში 25 გ, კნელი 20 გ, ქამა სოკო 20 გ, ლიმონი 10 გ, კარტოფილი 125 გ, თევზის მზა თეთრი საწებელი 75 გ, ძირძურები 5 გ, კარაქი 10 გ, მარილი 5 გ, ახალი ქამა 5 გ.

ორაგული სოკოთი და ტომატით გამომცხვარი

ორაგულს მოაჭერით ერთი ბრტყელი ნაჭერი, მასზე დააწყეთ დაჭრილი მოხარშული ქამა სოკო, შემდეგ მოაყარეთ მარილი და ჩაუშვით კარაქწასმულ დაბალ ფართო ქვაბში, დაასხით თევზის ახალი ნახარში, დაახურეთ სახურავი და ხარშეთ ორთქლში; როდესაც მზად იქნება, დადეთ ლანგარზე, გარშემო შემოუწყეთ მოხარშული კარტოფილი, ზევიდან გადაავლეთ თევზის ნახარშით შეზავებული ტომატის იმდენი საწებელი, რომ თევზი დაფაროს, მოაყარეთ დაფხვნილი შვეიცარული ყველი, გამოაცხეთ ჰაერლუმელში; როდესაც მზად იქნება, გადაავლეთ კარაქი და დადეთ ლიმონის ორი თხელი ნაჭერი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ორაგული 226 გ, თევზის ნახარში 25 გ, კარტოფილი 125 გ, მზა ტომატის საწებელი 75 გ, ქამა სოკო 25 გ, ყველი 10 გ, კარაქი 10 გ, მარილი 5 გ, ლიმონი 10 გ, კამა 5 გ.

ცაქვრინი ბოვების საწებლით

წინასწარ შემზადებულ ცქვრინს შიგნით და გარეთ მოაყარეთ მარილი და ჩადეთ კარაქწასმულ დაბალ ფართო ქვაბში. დააწურეთ ლიმონის წვენი, დაასხით 50 გრამი თევზის ან ხორცის ახალი ნახარში, დაუმატეთ გასუფთავებული და დაჭრილი სტაფილო, ხახვი, თეთრი ძირები, კარაქი, დაახურეთ სახურავი და მოხარშეთ ორთქლში; როდესაც მზად იქნება, მოაშორეთ ზურგის კორხლები და ჩაასხით მზა ტომატის საწებელი. გაშვებისას მოხარშულ ცქვრინს შემოუწყეთ მოხარშული ჯარტოფილი და ორი ცალი მოხარშული კნელი, შემდეგ გაწურეთ ტომატის საწებელი და ცქვრინს ზევიდან გადაავლეთ, დაადეთ კანგაცლილი ლიმონის ერთი ნაჭერი და ცხლად გაუშვიტ.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ცქვრინი 269 გ, კარაქი 15 გ, კარტოფილი 140 გ, აღნიშნული ძირძურები 10 გ, ლიმონი 10 გ, მზა ტომატის საწებელი 100 გ, მწვანელი, კამა ან ოხრაზუში 10 გ, მარილი 5 გ.

ცაქვრინი ორთქლის თეთრი საწებლით

შემოთ აღნიშნული წესით ორთქლში მოხარშული ცქვრინი შეიძლება მეორენაირად მოამზადოთ — ორთქლის თეთრი საწებლით. იგი გასტუმრების დროს შესაფერის ჭურჭელში ჩადეთ, მოხარშული კარტოფილი გარნირად შემოუწყეთ, შემდეგ ზურგზე მრგვლად და თხლად დაჭრილი მოხარშული ქამა სოკო და მოხარშული კნელი დააწყეთ, ზევიდან ორთქლის თეთრი საწებელი გადაავლეთ, ერთი ნაჭერი ლიმონი დაადეთ და თბილ მდგომარეობაში გაუშვიტ.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ცქვრინი 250 გ, კარაქი 15 გ, სოკო 15 გ, ლიმონი 15 გ, თეთრი საწებელი 75 გ, მზა კნელი 10 გ, ჯარტოფილი 150 გ, სტაფილო 5 გ, თეთრი ძირები 5 გ, მარილი 5 გ, ხახვი 5 გ.

**თართი, ზუთხი, სვია ან ფარგა ორთქლის თეთრი
საწვავლით**

ზემოაღნიშნული წესით ორთქლში მოხარშული რომელიმე თევზის ერთი ან ორი ნაჭერი ულუფის ჭურჭელში ჩადეთ, გვერდით შემოუწყეთ მოხარშული კარტოფილი, ზევიდან დააწყეთ თხლად დაჭრილი მოხარშული თევზის თავის ხრტილები, თხლად დაჭრილი მოხარშული ქამა სოკო, კნელი, გადაავლეთ ორთქლის თეთრი საწებელი, დაადეთ ერთი ნაჭერი ლიმონი და გაუშვით თბილ მდგომარეობაში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: თართი 231 გ, ზუთხი 235 გ, სვია 196 გ ან ფარგა 240 გ, მოხარშული ხრტილები 20 გ, ქამა სოკო 20 გ, მზა კნელი 20 გ, კარტოფილი 150 გ, ლიმონი 10 გ, თევზის თეთრი საწებელი 100 გ, მწვანილი 5 გ, მარილი 4 გ.

თართი, ზუთხი და სვია ბომატის საწვავლით

ზემოთ აღნიშნული წესით ორთქლში მოხარშული რომელიმე თევზის ერთი ან ორი ნაჭერი ულუფის ჭურჭელში ჩადეთ, გვერდით შემოუწყეთ მოხარშული კარტოფილი, ზევიდან გადაავლეთ ბომატის საწებელი, დაადეთ ერთი ნაჭერი ლიმონი და ცხლად გაუშვით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ზუთხი 235 გ, თართი 231 გ ან სვია 196 გ, სტაფილო 5 გ, თეთრი ძირები 3 გ, ხახვი 3 გ, კარაქი 10 გ, კარტოფილი 200 გ, ბომატის საწებელი 75 გ, ლიმონი 10 გ, ოხრახუში 5 გ, მარილი 5 გ.

**ორთქლში მოხარშული თართი, ზუთხი ან სვია მჟავა კიტრის
თეთრი საწვავლით**

ზემოთ აღნიშნული წესით ორთქლში მოხარშული რომელიმე თევზის ერთი ან ორი ნაჭერი ჩადეთ ულუფის ჭურჭელში, გარშემო გარნირად შემოუწყეთ მოხარშული კარტოფილი, ხოლო ზევიდან გადაავლეთ დაჭრილი მჟავე კიტრით, მოხარშული და დაჭრილი ნიახურის ძირებით, მჟავე სოკოთი და მოხარშული თევზის თავის ხრტილებით შეზავებული თევზის ორთქლის თეთრი საწებელი, ზევიდან დაადეთ ერთი ნაჭერი ლიმონი და ცხლად გაისტუმრეთ.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: თართი 231 გ, ზუთხი 235 გ ან სვია 196 გ, კარტოფილი 150 გ, თევზის მზა საწებელი 70 გ, სოკო 10 გ, მჟავე კიტრი 20 გ, ნიახური 10 გ, ხრტილები 10 გ, ლიმონი 10 გ, ქამა 5 გ, კარაქი 10 გ, მარილი 5 გ.

აღნიშნული რომელიმე თევზი, უღუფაზე ორი ნაჳერი, თეთრი ღვინის ორთჳლში ისევე მოხარშეთ, როგორც ორთჳლში მოხარშვის წესია.

თევზის ნახარშის ნაცვლად მას თეთრი ღვინო დაასხით; როდესაც მოიხარშება, თევზი ჩაალაგეთ მეორე ჳურჳელში (თბილად შენახვის მიზნით), მხოლოდ ნახარში ბოსტნეულის შემადგენლობით ჩაასხით თევზის სჳელ საწებელში; როდესაც მზად იქნება, გადმოდგით და შეაზავეთ კვერცხის გულით, შემდეგ გაწურეთ ტილოში და მოათავსეთ ჳებაში. გაცემის დროს თევზი ჩაალაგეთ უღუფის ღრმა ჳურჳელში, ზევიდან დააწყეთ ბრტყლად დაჳრილი დაკონსერგებული ჳამა სოკო, გარშემო შემოუწყეთ მოხარშული კარტოფილი ან შემწვარი კვერცხი და სამკუთხედად დაჳრილი პური; ზევიდან თევზს გადაასხით ღვინის თეთრი საწებელი და დაადეთ ერთი ნაჳერი ღვინი.

სურსათის ნორმა ერთ უღუფაზე: თართი 231 გ, ზუთხი 235 გ, ცჳკრინი 269 გ ან ფარგა 240 გ, ღვინო 50 გ, კარაჳი 25 გ, კვერცხი 20 გ, ძირძურები 5 გ, ღვინი 10 გ, ჳამა სოკო 10 გ, კარტოფილი 100 გ, მარილი 5 გ.

თევზი გაბროსულად

ორთჳლში მოხარშული ახალი ჳამბალა, ფარგა ან ზუთხი უღუფის ღრმა ჳურჳელში ჩადეთ. გარშემო გარნირად შემოუწყეთ მოხარშული კარტოფილი, ზევიდან გადაავლეთ ტომატის საწებელი და მოხარშული თხლად დაჳრილი ძირძურებით, ხახვით, სტაფილოთი, ზეთის ხილითა და დაჳრილი მჳავე სოკოთი შეზაგებული ორთჳლის თეთრი საწებელი, დაადეთ ერთი ნაჳერი ღვინი და ცხლად გაუშვით.

სურსათის ნორმა ერთ უღუფაზე: ჳამბალა 234 გ, ფარგა 240 გ ან ზუთხი 235 გ, კარაჳი 15 გ, ფჳეილი 10 გ, ღვინი 10 გ, ტომატის მზა საწებელი 25 გ, თევზის ორთჳლის თეთრი საწებელი 75 გ, სოკო 15 გ, ზეთის ხილი 10 გ, ხახვი 5 გ, სტაფილო 5 გ, კარტოფილი 150 გ, მარილი 5 გ.

გამომცხვარი და შემწვარი თევზი

გოჭათევი ან კორჟილა არაჟნის საწვავლით გამომცხვარი

წინასწარ შემზადებულ გოჭათეებს ან ქორქილას მოაყარეთ მა-
რილი და შავი პილპილი, ამოავლეთ ფქვილში და შეწვით კარაქში;
როდესაც საკმარისად დაწითლდება, ლანგარზე დაასხით კუთვნილი
არაჟნის საწებლის ერთი მეოთხედი და მასზე დადეთ თევზი, გარ-
ნირად შემოუწყეთ მოხარშული კარტოფილი, შემდეგ ზევიდან გა-
დაავლეთ არაჟნის საწებელი და მოაყარეთ შვეიცარული ყველის
ნაფხვენი, შედგით ჰაერლუმელში გამოსაცხობად; როდესაც და-
წითლდება და მზად იქნება, იმავე ლანგარით ცხლად გაუშვით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ქორქილა 248 გ ან გოჭათე-
ვი 186 გ. კარტოფილი 200 გ, კარაქი 10 გ, შვეიცარული ყველი
10 გ, ფქვილი 10 გ, არაჟნის საწებელი 100 გ, მარილი 5 გ, შავი
პილპილი 0,1 გ.

ფარგა რძის ფაფით გამომცხვარი

წინასწარ შემზადებულ ფარგას მოაყარეთ მარილი და შავი პილ-
პილი, ამოავლეთ ზორბლის თეთრ ფქვილში და შეწვით კარაქში;
როდესაც დაწითლდება, პირველად ლანგარზე დაასხით ცოტა რაო-
დენობის რძის თხელი ფაფა და მასზე დააწყეთ შემწვარი ფარგა.
თევზის გარშემო შემოაყოლეთ უმი კვერცხით შეზავებული კარ-
ტოფილის პიურე და ზევიდან დაასხით რძის თხელი ფაფა, მოაყა-
რეთ დაფხვნილი შვეიცარული ყველი და მოაწვეთეთ გამდნარი კა-
რაქი, შედგით ჰაერლუმელში გამოსაცხობად; როდესაც მზად იქ-
ნება, იმავე ლანგარით ცხლად გაუშვით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ფარგა თევზი 240 გ, კარტო-
ფილი 200 გ, კარაქი 20 გ, ფქვილი 10 გ, ყველი 10 გ, კვერცხი 10 გ,
მარილი 5 გ, პილპილი 0,1 გ, რძის საწებელი 100 გ.

ლოჭო პამიდვრით გამომცხვარი

ტყავმოშორებული ლოჭო ბრტყელ ნაჭრებად დაჭერით, მოაყა-
რეთ მარილი და შავი პილპილი, ამოავლეთ ზორბლის თეთრ ფქვილ-
ში და შეწვით კარაქში; როდესაც დაწითლდება, პირველად ლან-
გარზე დაასხით დაკეპილი მოშუშული ხახვით შეზავებული ტომა-
ტის საწებელი. მასზე დააწყეთ შემწვარი ლოჭო, ხოლო ზევიდან
კანისაგან და თესლისაგან გასუფთავებული თხლად დაჭრილი ახა-
ლი პამიდორი. პამიდორზე გადაავლეთ ხახვიანი ტომატის საწებე-
ლი, მოაყარეთ დაფხვნილი შვეიცარული ყველი და შედგით ჰაერ-

ღუმელში; როდესაც შეწითლდება, კარაქი გადავლეთ და ცხლად გაუშვით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ლოქო 240 გ, ფქვილი 7 გ, კარაქი 20 გ, ახალი პამიდორი 200 გ, ტომატის საწებელი 150 გ, შვეიცარული ყველი 6 გ, მარილი 5 გ, შავი პილპილი 0,1 გ, მწვანელი 5 გ.

შამფვარი თევზი არაჟნის საწებლით გამოშვებული

ფარგას, ზუთხს ან სვიას ორი ბრტყელი რბილი ნაჭერი მოაჭერით, მოაყარეთ მარილი და შავი პილპილი, ამოავლეთ ხორბლის თეთრ ფქვილში და შეწვით კარაქში; როდესაც თევზი მზად იქნება, ლანგარზე დაასხით ნორმის ერთი მესამედი არაჟნის საწებელი, რაზედაც დაალაგეთ შემწვარი თევზი, მას გარშემო გაუკეთეთ რძით შეზავებული კარტოფილის პიურეს გრებილი, მერე ზევიდან მოავლეთ დანარჩენი არაჟნის საწებელი და მოაყარეთ დაფხვნილი შვეიცარული ყველი, მოაწვეთეთ გამდნარი კარაქი და შედგით ჰაერღუმელში გამოსაცხობად; როდესაც გაწითლდება და მზად იქნება, ცხლად გაუშვით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ფარგა 240 ან ზუთხი 235 გ, ფქვილი 7 გ, კარაქი 15 გ, კარტოფილი 200 გ, არაჟნის საწებელი 150 გ, შვეიცარული ყველი 6 გ, მარილი 5 გ, შავი პილპილი 0,1 გ, მწვანელი 5 გ.

შამფვარი ჰანარი არაჟნის საწებლით გამოშვებული

შემზადებულ ჰანარს ულუფისათვის ორი რბილი ნაჭერი მოაჭერით, მოაყარეთ მარილი და შავი პილპილი, ამოავლეთ ფქვილში და შეწვით კარაქში; როდესაც მზად იქნება, დაალაგეთ ლანგარზე, შემოუწყეთ მოხარშული კარტოფილი. შემდეგ თევზს და კარტოფილს ზევიდან გადავლეთ არაჟნის საწებელი, მოაყარეთ დაფხვნილი შვეიცარული ყველი და შედგით ჰაერღუმელში; როდესაც შეწითლდება და მზად იქნება, იმავე ლანგარით კარაქგადავლებული გაეცით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ჰანარი 200 გ, კარაქი 10 გ, ყველი 10 გ, ფქვილი 10 გ, მარილი 5 გ, კარტოფილი 100 გ, პილპილი 0,1 გ, არაჟნის საწებელი 100 გ.

სვია ტყავის გარეშე დაჭერით ულუფაზე ორი ნაჭერი, მოაყარეთ მარილი და პილპილი, ამოავლეთ ფქვილში და შეწვით კარაქში. შემწვარი დააწყეთ ლანგარზე, შემოუწყეთ მოხარშული კარტოფილი და ზევიდან გადაავლეთ დაკეპილი მოშუშული ხახვითა და სოკოთი შეზავებული ტომატის საწებელი, მოაყარეთ დაფხვნილი შვეიცარული ყველი და შედგით გამოსაცხობად ჰაერღუმელში; როდესაც მზად იქნება. გადაავლეთ კარაქი და გაისტუმრეთ თბილ მდგომარეობაში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: თევზი 218 გ. კარაქი 20 გ. სოკო 30 გ. ხახვი 20 გ. ტომატის საწებელი 75 გ. კარტოფილი 150 გ. მარილი 5 გ. შავი პილპილი 0,1 გ.

თევზი ზოსტნეულის საწებლით

თევზი ორთქლში მოხარშეთ. შემდეგ ჩაალაგეთ სხვა ჭურჭელში, დაახურეთ კარაქწასმული ქაღალდი, ხოლო თევზის ნახარში ჩაასხით ტომატის სქელ საწებელში, მორევის შემდეგ გაწურეთ საწურში და მოათავსეთ საწებლის ქვაბში. ამავე დროს საწებელს ჩაუმატეთ დაჭრილი და მოხარშული სტაფილო, დაჭრილი მყავე კიტრი და თეთრი სოკო. გარდა ამისა, ჩაუმატეთ წვრილი კაპარი, ზეთის ხილი და ჩადგით წყლის მარმიტში. გაცემის დროს ულუფის ჭურჭელში ერთი ან ორი ნაჭერი თევზი დადეთ, გაეცით ოთხი ცალი მოხარშული კარტოფილი, გადაავლეთ ბოსტნეულით შეზავებული რუსული საწებელი და ზევიდან დააწყეთ ლიმონის ორი თხელი ნაჭერი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: თართი 216 გ. კარტოფილი 150 გ. სტაფილო 15 გ. თავიანი ხახვი 5 გ. თეთრი ძირები 5 გ. მყავე კიტრი 15 გ. ქაშა სოკო 15 გ. კაპარი 10 გ. ზეთის ხილი 5 გ. ლიმონი 10 გ. კიბოს კისრები 5 გ. ტომატის საწებელი 100 გ. მწვანელი 5 გ. მარილი 4 გ.

თევზი მაკარონით გამოცხვარი

ზუთის, თართის, სვიას ან სხვა თევზის ერთი ულუფისათვის განსაზღვრულ ორ ირიბულად მოჭრილ ბრტყელ ნაჭერს მოაყარეთ მარილი, შავი დაფქული პილპილი და შეწვით კარაქში; როდესაც საკმარისად დაწითლდება. ლანგარზე მოათავსეთ კარაქით შეზავებული მოხარშული თეთრი მაკარონი, ზევიდან დააწყეთ შემწვარი

თევზი და გადავლეთ რძის საშუალო სისქის საწებელი ისე, რომ თევზი დაფაროს, მოაყარეთ დაფხვნილი შვეიცარული ყველი და თეთრი პურის ორცხობილა, მოაწვეთეთ გამდნარი კარაქი და შედგით ჰაერლუმელში გამოსაცხობად; როდესაც საკმარისად დაწითლდება, იმავე ლანგარით გაუშვით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: თევზი 216 გ, მაკარონი 60 გ, კარაქი 15 გ, შვეიცარული ყველი 10 გ, რძის საწებელი 120 გ, ორცხობილა 5 გ, მარილი 5 გ, პილპილი 0,01 გ.

თევზის სალინაჲ მოხმარებად

ხახვი და სტაფილო ასანთის მსგავსად დაჭერით და ცხიმში მოშუშეთ, 10 წუთის შუშვის შემდეგ ჩაუმატეთ ტომატი და იქამდე შუშეთ, ვიდრე ცხიმი ტომატის ფერს არ მიიღებს. შემდეგ მასში ჩაუშვით დაკემსილი მჟავე ან ახალი კომბოსტო. კარგად მოურიეთ და დაახლოებით 15 წუთი შუშეთ. მას თანდათანობით დაასხით ხორცის ან თევზის უმარილო ნახარში; როდესაც კომბოსტო საკმარისად დარბილდება, შეაზავეთ გათლილი და დაჭრილი მჟავე კიტრით და კაპარით, შეანელებთ მარილით და შაქრის ფხენილით. ამის შემდეგ კომბოსტოს ულუფის ნახევარი ჩადეთ ტაფაში და გაუყეთეთ ამოღრმავებული, რაშიც ჩააწყეთ ორთქლში მოხარშული თარბი ან ზუთხი, სვია ან ახალი ფარგა. მას მიუმატეთ მოხარშული თევზის ხრტილების ოთხი თხელი ნაჭერი, ზევიდან დააყარეთ კომბოსტოს დანარჩენი ნაწილი, მოასწორეთ და შემოუწყეთ მრგვლად დაჭრილი მოხარშული კარტოფილი, მჟავე კიტრი და სტაფილო, რასაც მოასხით თევზის ნახარში, მოაყარეთ დაფხვნილი შვეიცარული ყველი, მოაწვეთეთ გამდნარი კარაქი და წითელი საწებელი და შედგით გამოსაცხობად ჰაერლუმელში; როდესაც შეწითლდება და მზად იქნება, გასტუმრების დროს ზევიდან დაადეთ ერთი ნაჭერი ლიმონი და ოთხი ცალი უკუტკო ზეთის ხილი და იმავე ტაფით გაუშვით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: თევზი სახეების მიხედვით სხვადასხვა ნორმით; კომბოსტო 200 გ, ძირბურები 30 გ, კაპარი 25 გ, ზეთის ხილი 15 გ, თევზის ხრტილები 50 გ, კარაქი 10 გ, ტომატი 15 გ, მჟავე კიტრი 60 გ, ლიმონი 10 გ, ყველი 5 გ, კარტოფილი 15 გ, მარილი 5 გ, კაპა ან ოხრახუში 5 გ.

ჟამბალა ან სხვა თევზი პანირებით გამოცხვარი

ჟამბალას მოაჭერით. ორი ბრტყელი ნაჭერი, მოაყარეთ მარილი და შავი პილპილი, ამოვლეთ ხორბლის თეთრ ფქვილში და შეწ-

ვით კარაქში. ამავე დროს დაკემსილი ხახვი ცხიმში მოშუშება. შეაზავეთ გაფცქვნილი და დაჭრილი ახალი პამიდვრით, კამა-ოხრა-ხეშით და თეთრი ღვინით, შეანელეთ მარილით და შავი პილპილით; როდესაც მზად იქნება, პამიდვრის საწებლის ერთი მესამედი დაასხით ლანგარზე, მასზე მწყობრად დაალაგეთ შემწვარი ქამბალა, (სურ. 18.), შემოუწყეთ მოხარშული კარტოფილი და ზევიდან გადააგლეთ პამიდვრის დანარჩენი საწებელი, მოაყარეთ დაფხვნილი შვეიცარული ყველი და შედგით პაერლუმელში გამოსაცხობად; როდესაც მზად იქნება, იმავე ლანგარით გაუშვით.



სურ. 18. ქამბალა პამიდვრით
გამომცხვარი

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ახალი ქამბალა 229 გ, ფარგა 284 გ, ლოქო 292 გ ან ქარიყლაპია 279 გ, ცხიმი 20 გ, ხახვი 25 გ, პამიდორი 200 გ, კარტოფილი 100 გ, მწვანილი 50 გ, ფქვილი 10 გ, თეთრი ღვინო 10 გ, მარილი 5 გ, პილპილი 0,2 გ, შვეიცარული ყველი 5 გ.

ორაგულის მწვადი

გამოკერით ერთი ულუფისათვის უძვლო ადგილიდან ერთი ნაჭერი ორაგული (თაგისი ტყავით), თავსა და ბოლოში ტყავი გაკერით და შემდეგ შამფურზე წამოაგეთ, მოაყარეთ მარილი, წაუსვით არაყანი და შეწვით ნაკვერჩხალზე; როდესაც ორაგული ორივე მხრიდან დაწითლდება და ზომიერად შეიწვება, თბილ ლანგარზე დააწყეთ, გარნირად შემოუწყეთ ბეჭდისებურად თხლად დაჭრილი ხახვი და ლიმონის ერთი მეოთხედი ნაჭერი (ან ცალკე მიეცით ნაშარაბი) და გააფორმეთ ოხრაბუშის ფოთლებით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ორაგული 278 გ, არაყანი 5 გ, მარილი 5 გ, ხახვი 35 გ, ოხრაბუში 7 გ, ლიმონი 25 გ ან ნაშარაბი 30 გ.

თარტის მწვადი

სიგრძით შუაზე გაყოფილი თართიდან ერთი ნაჭერი გამოკერით, შამფურზე წამოაგეთ, მოაყარეთ მარილი, წაუსვით არაყანი და ნაკვერჩხალზე შეწვით; როდესაც საკმარისად დაწითლდება, თბილ ლანგარზე დადეთ. გარნირად შემოუწყეთ თხლად დაკემსილი ხახვი.

და ლიმონის ერთი მეოთხედი ნაჭერი (ან ცალკე მიეცით ახალი ტყემალი). გააფორმეთ ოხრახუმის ფოთლებით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: თართი 347 გ, ხახვი 50 გ, ლიმონი 25 გ ან ტყემალი 30 გ, ოხრახუში 10 გ, მარილი 5 გ, არა-
ჯანი 5 გ.

ზუთხის მწვადი

დამუშავებულ ზუთხს ერთი ულუფისათვის ორი ნაჭერი მოა-
ჭერით, შამფურზე წამოაგეთ, მოაყარეთ მარილი, წაუსვით არაჯა-
ნი და დადეთ ნაკვერჩხალზე; როდესაც საკმარისად დაწითლდება
და მზად იქნება, წამოაძვრეთ შამფურიდან და დააწყეთ თბილ ლან-
გარზე. გარნირად შემოუწყეთ ბეკდისებურად თხლად დაჭრილი თა-
ვიანი ხახვი, ლიმონის ერთი მეოთხედი ნაჭერი და ოხრახუმის
ფოთლები.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ზუთხი 347 გ, თავიანი ხახვი
50 გ, ოხრახუში 10 გ, არაჯანი 5 გ, ლიმონი 25 გ, ლიმონის მაგიერ
შეიძლება ტყემალი 40 გ, მარილი 5 გ.

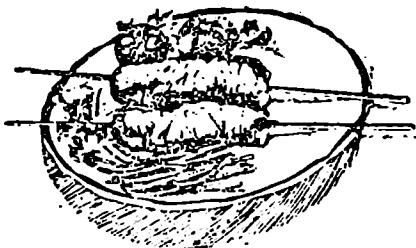
ზუთხის მწვადი ქართულად

ზუთხი ცივ წყალში გარეცხეთ, დამუშავების შემდეგ ის ჯერ
სიგრძით შუაზე გაჭერით და შემდეგ ულუფისათვის ექვს ნაჭრად
დაჭერით. მოაყარეთ მარილი და მოასხით არაჯანი, ერთმანეთში
კარკად აურიეთ, ათი-თხუთმეტი წუთის შემდეგ წამოაგეთ შამფურ-
ზე და ნაკვერჩხალზე შეწვით; როდესაც საკმარისად დაწითლდება
და მზად იქნება, თბილ ლანგარზე დააწყეთ (სურ. 19), გვერდით
გარნირად შემოუწყეთ დაკემსილი ხახვი და ოხრახუში. ცალკე მიე-
ცით ახალი ტყემლის საწე-
ბელი.

სურსათის ნორმა ერთ
ულუფაზე: ზუთხი 288 გ,
ხახვი 50 გ, ოხრახუში 10 გ,
არაჯანი 5 გ, მარილი 5 გ,
ტყემლის საწებელი 40 გ.

ნავაბა თეთრი პურის ორცხობილაში შემწვარი

დამუშავებულ თევზს კანი
გააცალეთ, მოაყარეთ მარი-
ლი და შავი პილპილი, ამო-
ავლეთ პურის ფუქილში. ზემდეგ კვერცხის ლიეზონში. თეთრი პუ-
რის წმინდად დაფქულ ორცხობილაში და შეწვით ერბოში; რო-



სურ. 19. ზუთხის მწვადი
ქართულად

დესაც თევზი საკმარისად დაწითლდება და მზად იქნება, დააწყეთ თბილ ლანგარზე, გარნირად შემოუწყეთ შემწვარი ოხრაბუში, ლიმონის ერთი მეოთხედი ნაჭერი, ზევიდან გადაავლეთ გამდნარი კარაქი და გაისტუმრეთ თბილ მდგომარეობაში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ნავაგა 184 გ, ერბო 10 გ, კარაქი 10 გ, კვერცხი 15 გ, ფქვილი 10 გ, ორცხობილა 15 გ, ლიმონი 15 გ, ოხრაბუში 15 გ, მარილი 5 გ, შავი პილპილი 0,01 გ.

შემწვარი სკუმბრია ხახვით

დამუშავებულ სკუმბრიას მოაყარეთ მარილი, ამოავლეთ პურის ფქვილში და შეწვით კარაქში; როდესაც თევზი საკმარისად შეწითლდება და მზად იქნება, დააწყეთ თბილ ლანგარზე, ზევიდან მოაყარეთ კარაქში მოშუშული დაკეპილი მწვანე ან თავიანი ხახვი, დაკეპილი ახალი კამა. გარნირად მიეცით შემწვარი პამიდორი ან თხლად და მრგვლად დაჭრილი შემწვარი კარტოფილი. ზევიდან დააწურეთ ლიმონის წვენი; გაისტუმრეთ თბილ მდგომარეობაში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: სკუმბრია 180 გ, კარაქი 15 გ, ფქვილი 10 გ, ლიმონი 25 გ, მწვანე ხახვი 33 გ ან თავიანი ხახვი 25 გ, კამა 10 გ, პამიდორი 150 გ ან კარტოფილი 200 გ, მარილი 5 გ.

ფარგა ორცხობილაში შემწვარი

ძვლებისგან გასუფთავებული და კანმოშორებული ფარგა დაჭერით, ულუფაზე 2 ბრტყელი ნაჭერი, მოაყარეთ მარილი და შავი პილპილი, ამის შემდეგ ამოავლეთ ფქვილში, კვერცხის ლიეზონში, პურის ორცხობილაში და ცხიმში შეწვით; როდესაც მზად იქნება, ლანგარზე დააწყეთ და გარნირად მიეცით შემწვარი ოხრაბუში და ლიმონი, ზევიდან გადაავლეთ გამდნარი კარაქი. ცალკე მიეცით ტომატის საწებელი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ფარგა 184 გ, ფქვილი 6 გ, კვერცხი 6 გ, ორცხობილა 15 გ, ცხიმი 17 გ, კარტოფილი 200 გ, ლიმონი 20 გ, ოხრაბუში 5 გ, მარილი 4 გ, შავი პილპილი 0,01 გ.

შემწვარი კეფალი ლიმონის მჟავა საფარავლით

კეფალი ულუფებად დაჭერით იმ ვარაუდით, რომ ხერხემლის ძვალი მოშორდეს. შემდეგ თითოეულ ნაჭერს მოაყარეთ მარილი და შავი პილპილი, ამოავლეთ ხორბლის თეთრ ფქვილში და შეწვით კარაქში; როდესაც მზად იქნება, დააწყეთ ულუფის ტაფაზე, ზევიდან გადაავლეთ ლიმონის წვენი და დაკეპილი კამა-ოხრაბუშით შეზავებული გამდნარი კარაქი, გარშემო შემოუწყეთ ორი ან სამი ცალი გაფცქვნილი ახალი პამიდორი და გაუშვით ცხლად.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: კეფალი 200 გ, კარაქი 20 გ, ფქვილი 10 გ, პამიდორი 100 გ, მწვანილი 10 გ, ლიმონი 25 გ, მარილი 5 გ, პილპილი 0,1 გ.

თარბი, ზუთხი ან სხვა ორცხოვნილადი შემწვარი

თევზი ბრტყელ ნაჭრებად დაჭერით, ულუფაზე ერთი ან ორი ნაჭერი, მოაყარეთ მარილი და შავი პილპილი, ამოავლეთ ფქვილში, კვერცხის ლეზონში, ორცხოვნილადი და შეწვით ცხიმში; როდესაც მზად იქნება, ლანგარზე დააწყეთ. გარნირად მიეცით შემწვარი ოხრაბუში და ლიმონის ერთი მეოთხედი, ზევიდან გადაავლეთ გამდნარი კარაქი. ცალკე მიეცით ტომატის საწებელი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: თარბი 167 გ, ზუთხი 167 გ ან სხვა 138 გ, ზეთი 10 გ, კარაქი 10 გ, ფქვილი 8 გ, კვერცხი 10 გ, ორცხოვნილა 15 გ, მარილი 5 გ, შავი პილპილი 0,02 გ, ლიმონი 25 გ, ოხრაბუში 10 გ.

ფარგა ცომში შემწვარი

ფარგას ხერხემლის ძვალზე რბილი, შემდეგ ფერდის ძვლები და ტყავი ააჭერით, დაჭერით ოთხკუთხედი მოცულობის ნაჭრებად, მოაყარეთ მარილი, შავი პილპილი, დაკეპილი კამა, მოასხით ზეთის ხილის ზეთი და ერთმანეთში აურიეთ, შემდეგ თითოეული ნაჭერი ამოავლეთ თხელ ცომში და შეწვით ცხელ ქონში ან ზეთში; როდესაც თევზი დაწითლდება და მზად იქნება, ამოიღეთ და გადაავლეთ გამდნარი კარაქი, დააწყეთ ლანგარზე. გარნირად მიეცით შემწვარი ოხრაბუში და ლიმონი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ფარგა 192 გ, თხელი ცომი 150 გ, ზეთი 25 გ, ლიმონი 15 გ, ოხრაბუში 20 გ, კარაქი 10 გ, მარილი 4 გ, პილპილი 0,01 გ.

ქარსალი თხელ ცომში შემწვარი

ქარსალის თითოეული ნაჭერი ამოავლეთ თხელ ცომში და შეწვით ცხელ ქონში ან ზეთში; როდესაც მზად იქნება, ამოიღეთ და გამდნარი კარაქი გადაავლეთ, შემდეგ დააწყეთ ლანგარზე. გარნირად მიეცით ლიმონი და ოხრაბუში. ლიმონის მაგიერ შეიძლება მაიონეზის მიცემა.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ქარსალი 200 გ, ზეთი 15 გ, ცომი 150 გ, ლიმონი 15 გ ან მაიონეზი 30 გ, ოხრაბუში 10 გ.

ქარსალი ორცხოვნილადი შემწვარი

ქარსალის ნაჭრები ამოავლეთ ფქვილში, კვერცხში და ბოლოს თეთრი პურის ორცხოვნილადი და შეწვით კარაქში; როდესაც მზად

იქნება, ულუფის ლანგარზე ექვსი-რვა ცალი ქარსალი დაალაგეთ. გარნირად მიეცით ლიმონი და ოხრახუში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ქარსალი 200 გ, კარაქი 10 გ, ორცხობილა 20 გ, ოხრახუში 10 გ, ლიმონი 15 გ.

თევზის ამრევი საპატლაზე მასიდან

საკატლეტე მასის მოსამზადებლად გამოიყენეთ ახალი ან კარგად დამბალი დამარილებული თევზი. თევზის სუკი, გასუფთავებული ძვლებისა და ტყავისაგან, ნაჭრებად დაჭერით, რძეში და წყალში დამბალ პურთან ერთად გაატარეთ ხორცის საკვებ მანქანაში და კარგად აურიეთ.

იმ შემთხვევაში, თუ საკატლეტე მასა ვირთევზასაგან, ქორჭილასაგან ან სხვა ისეთი თევზისაგან მზადდება, რომელთაც საკმარისი მწებავი ნივთიერება არა აქვთ, მასის შესაკრავად დაუმატეთ კვერცხი, ულუფაზე 1/10-1/20 რაოდენობით.

კატლეტის მასისაგან მოამზადეთ კატლეტი, ბიტკი, რულეტი, ფარშირებული კატლეტი, ტეფტელი, ზრაზი, გუფთა და სხვა ნაწარმი. კატლეტი და ბიტკი შეწვის წინ დააყალიბეთ, ორცხობილაში ამოავლეთ; ტეფტელი ფქვილში ამოავლეთ, რულეტი გამოაცხეთ, გუფთა მოხარშეთ.

თევზის ბიტკი კვერცხის ჩასართავით

ფარგას ან ლოქოს დაკეპილიდან გამოიყვანეთ ორი ცალი ბიტკი, თითო მათგანში ჩაურთეთ ოცი გრამი ოდენობის მოხარშული დაკეპილი კვერცხით შეზავებული რძის სქელი ფაფა. ბიტკი ამოავლეთ თეთრი პურის დაფქულ ორცხობილაში, შეწვით ცხიმში. როდესაც მზად იქნება, დაწყეთ ლანგარზე, გარშემო შემოუწყეთ ორი-სამი სახის გარნირი (შემწვარი კარტოფილი, სტაფილო, ბარდა ცერცვი ან სხვა ბოსტნეული), ზევიდან გადაავლეთ ცხიმი და გააფორმეთ ოხრახუშით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ფარგა ან ლოქო 167 გ, თეთრი პური 25 გ, რძე 25 გ, კარტოფილი 100 გ, ბოსტნეული 100 გ, ცხიმი 20 გ, რძის ფაფა 20 გ, კვერცხი 20 გ, ორცხობილა 15 გ, მარილი 5 გ, მწვანილი 5 გ.

თევზის პატლაზე გარნირით

თევზის დაკეპილიდან გამოიყვანეთ შესაფერისი ფორმის ორი ცალი კატლეტი. ამოავლეთ თეთრი პურის წმინდად დაფქულ ორცხობილაში. შემზადებული კატლეტის ნახევარფაბრიკატი შეწვით ცხიმში. როდესაც ორივე მხარეს საკმარისად გაწითლდება, შედგით ჰაერლუმელში. როდესაც მზად იქნება, დაწყეთ ლანგარ-

ზე, შემოუწყეთ 2-3 სახის ბოსტნეულის, კარტოფილის გარნირები, ზევიდან გადავლეთ გამდნარი ცხიმი და გაათორმეთ ოხრახუმით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ფარგა ან ლოქო 167 გ, თეთრი პური 24 გ, წყალი ან რძე 32 გ, თეთრი პურის ორცხობილა 12 გ, ცხიმი 20 გ, კარტოფილი 200 გ, მარილი 5 გ, ტომატის საწებელი 50 გ, მწვანილი 5 გ.

ამავე წესით მზადდება ბიტკიც, მხოლოდ მას მრგვალი ფორმა ექნება. საჭიროა, მისთვის სათანადო საწებლისა და გარნირის შერჩევა.

თევზის ტაფაჲლი საწებლით

ხახვით შეზავებული საკატლეტე მასა წვრილ-წვრილად დააგუნდავეთ (ულუფაზე 3-5 გუნდის რაოდენობით), ამოავლეთ ფქვილში და შეწვიეთ. ზევიდან საწებელი მოასხით და 10-15 წუთს შუშეთ.

იმ შემთხვევაში, თუ ტეფტელი სუფრაზე ცივად გინდათ მიიტანოთ, შესაწევად საკმლის ზეთი გამოიყენეთ.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ფარგა 167 გ, ლოქო 167 გ, ქარიყლაპია 174 გ, ვირთევზა 104 გ, ზღვის ოკუნი 167 გ, თართი ან ზუთხი 130 გ, თეთრი პური 15 გ, წყალი ან რძე 25 გ, თავიანი ხახვი 22 გ, ფქვილი 10 გ, საკმლის ზეთი 10 გ, საწებელი 75 გ, ბრინჯი 30 გ.

თევზის გუფთა საწებლით

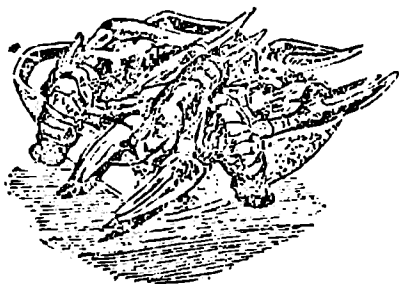
საკატლეტე მასას დაუმატეთ ხახვი, კვერცხი და სანელებელი. დააგუნდავეთ 15-18 გ ოდენობით და თევზის ბულიონში შუშეთ საათნახევარ-ორი საათის განმავლობაში. გაისტუმრეთ ტომატის საწებლით.

ა ი ბ ო ს ა მ რ ძ ე ბ ი

მონარული ნატურალური კიბო

ცოცხალი კიბო ცივ წყალში გარეცხეთ, მდუღარე მარილ-წყალში ჩააწყეთ, დაჟნის ფოთოლი, პილპილი და მწვანილი მიუ-

მატეთ და 5-7 წუთის განმავლობაში ადუღეთ. მოხარშული კიბო გაისტუმრეთ ულუფის ლანგარით თავისივე ნახარშ შენში (სურ. 20).



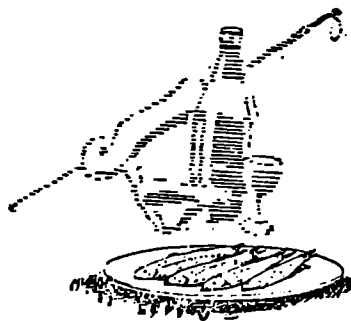
სურ. 20

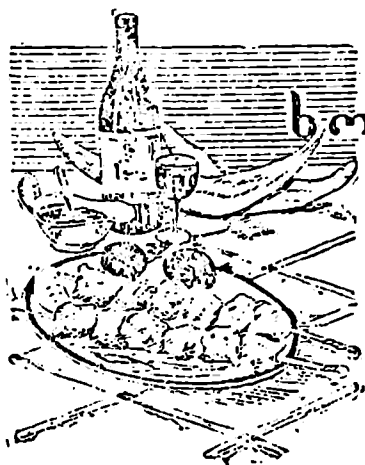
მოხარშული ნატურალური კიბო

კიბოს კისერი ჯადარის საწვალით

მოხარშული კიბოს კისერი ჩადეთ ღრმა ჭურჭელში, ზევიდან მადერის საწებელი მოასხით და წამოადუღეთ. გასტუმრებისას კერძი კიბოს მარწუხებით მორთეთ და ზევიდან დაკეპილი ოხრახუში მოაყარეთ. კიბოს კისრების მიტანა ტომატის საწებლითაც შეიძლება.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: კიბო 5 ცალი, მარილი 15 გ, მზა საწებელი 50 გ, მწვანილი 5 გ.





ხორცის კერძები

მოხარშული ხორცი

ხორცი 1,5-2,5 კგ ნაჭრებად დაჭერით, ჩაუშვით მდულარე წყალში (კგ ხორცზე 1,5-2 ლიტრი წყალი უნდა მოდიოდეს) და ნელ ცეცხლზე ხარშეთ. ხარშვის ასეთი წესის დროს ხორცი უფრო ნოყიერი და არომატიანი გამოდის. ხორცის გემოს გასაუმჯობესებლად შეგიძლიათ ხარშვის დროს დაუმატოთ უმი სტაფილო, თავიანი ხახვი, ოხრაბუში, ნიახური. ხარშვის დამთავრებისას შეანელეთ მარილითა და დაფნის ფოთლით.

მოსახარშად გამოიყენება მკერდი, შუა გვერდები და ძროხის წინა და უკანა ფეხის რბილეული. მოხარშულ ხორცში ნემსი თავისუფლად შედის და გამონადენი სითხე უფერულია.

ტვინი ჯერ 1 საათის განმავლობაში წყალში დაალბეთ, გაასუფთავეთ, ხოლო მერე ძმრით, მარილით, დაუფქვავი პილპილითა და დაფნის ფოთლით შეზავებულ ცივ წყალში ჩადეთ და 25-30 წუთის განმავლობაში ნელ ცეცხლზე ხარშეთ.

თირკმელები 2-3 საათის განმავლობაში დაალბეთ ცივ წყალში, შემდეგ წყალი დაასხით და აადუღეთ. ამის შემდეგ თირკმელებს ხელმეორედ დაასხით ცივი წყალი და ნელ ცეცხლზე ადუღეთ 1-1,5 საათის განმავლობაში.

ენა ჩადეთ მდულარე წყალში და ნელ ცეცხლზე ხარშეთ 2-3 საათის განმავლობაში, შემდეგ უცხად ცივი წყლით ჩამორეცხეთ და ტყავი ჩამოაყალბეთ.

ხორცისა და ენის ნახარში გამოიყენეთ სუპებისა და საწებლების მოსამზადებლად.

ხორცის პროდუქტები ულუფებად ცხელ მდგომარეობაში დაჰყერიტ.

მოხარშული ძროხის ხორცი პირუშუხას საწებლით

მოხარშული ხორცი დაჰყერიტ ულუფაზე 2-3 ნაჭერი და გაშვებამდე შეინახეთ მარმიტზე 70-75° ტემპერატურის ქვეშ.

მოხარშული ხორცი გაეცით ცხელ ჭურჭელში კარტოფილის, სტაფილოს, ხახვისა და კომბოსტოს გარნირით. ხორცს გადაავლეთ ბულიონი, ცალკე. მიიტანეთ არაჟნის საწებელი პირუშუხათი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ხორცი 164 გ, კარტოფილი 100 გ, სტაფილო 32 გ, ახალი კომბოსტო 25 გ, თავიანი ხახვი 28 გ, მზა სოუსი 75 გ.

მოხარშული ენა

მოხარშული და გაშენილი ენა დაჰყერიტ ულუფაზე 2-3 ნაჭერი. გაშვებისას ენა ცხელ ჭურჭელზე დადეთ და შემოუწყეთ კარტოფილის პიურე და ბარდა ცერცვი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ენა 112 გ, სტაფილო 4 გ, თავიანი ხახვი 4 გ, ოხრახუში 3 გ, მზა გარნირი 150 გ.

ენა შეიძლება გასცეთ აგრეთვე კარტოფილის პიურეთი.

ჭვინი თითბრი საწებლით

მოხარშული ტვინი 2-4 ნაწილად გაყავით, გაათბეთ, დადეთ საულუფე ლანგარზე, ზევიდან მოასხით ხორცის ორთქლის საწებელი ან კვერცხის თეთრი საწებელი და ბრინჯის ფაფით გაისტუმრეთ.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ტვინი 115 გ, სტაფილო 4 გ, თავიანი ხახვი 4 გ, ოხრახუში 8 გ, ძმარი 4 გ, მზა გარნირი 100 გ, მზა საწებელი 75 გ.

მოხარშული ძროხის ცური არაჟნის საწებლით

ძროხის ცური მთელ ნაჭრებად მოხარშეთ თავდახურულ ქვაბში. გემოსათვის ხარშვის დროს დაუმატეთ დაჰყრილი სტაფილო, თეთრი ძირები, თავიანი ხახვი და დაფნის ფოთოლი, ნახევრად მოხარშვის შემდეგ ჩაუმატეთ მარილი და კიდევ ხარშეთ; როდესაც საკმარისად მოიხარშება, გადმოდგით და დაჰყერიტ ულუფაზე სამი ნაჭერი. გვერდით მოუწყეთ მრგვლად გათლილი მოხარშული კარტოფილი,

ზევიდან გადასხით არაენის მზა საწებელი და კარტოფილზე მოაყარეთ დაკეპილი ახალი კამა. გაეცით ცხლად.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ძროხის ცური 160 გ, კარაქი 10 გ, არაჟანი 30 გ, კარტოფილი 200 გ, კამა ან ოხრახუში 5 გ, მარილი 5 გ.

მოხარშული ღორის შაშხი

მოხარშული ღორის შაშხი ულუფაზე 2-3 ნაპერი გაეცით კარტოფილის პიურეს ან მწვანე ცერცველას გარნირით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: მოხარშული შაშხი (ტყავით) 99 გ, გარნირი 150 გ, მზა საწებელი 75 გ.

სოსისი ან სარდელი კარტოფილის პიურით ან

მოხარშული კომბოსტოთი

სოსისი მდულარე წყალში ჩაყარეთ და 3-5 წუთი ხარშეთ, ხოლო სარდელი — 10 წუთამდე. გასტუმრების წინ გააცხელეთ. გარნირად კარტოფილის პიურე ან მოხარშული კომბოსტო გაეცით. ამ შემთხვევაში თევზზე ჯერ მოხარშული კომბოსტო დადეთ, მასზე სოსისი ან სარდელი დააწყეთ და წითელი ან ტომატის საწებელი გადააყარეთ. სოსისი და სარდელი უგარნიროთაც შეიძლება გაუშვათ.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: სოსისი ან სარდელი 77 გ, მზა გარნირი 150 გ, მზა საწებელი 50 გ, ცხიში 3 გ.

შამფხარი ხორცი

ხორცი ძირითადად შესაწვავ კარადაში, ცხიმის დიდ რაოდენობაში (ფრიტიურში) ან ნაკვერჩხალზე იწვება.

შეწვის წინ ულუფებად მომზადებული ხორცის დიდი ნაპრები, შემაერთებული ქსოვილის დასარბილებლად და აგრეთვე ნაპრებისათვის უფრო გარკვეული ფორმის მისაცემად, დაბეგვით.

ძირითადი წესით შესაწვავად ხორცი გახურებულ ცხიმთან ტაფაზე დადეთ, რომ გარსი მალე შეიკრას და სპეციფიური ქერქი გაიკეთოს.

შეწვისას ხორციდან წყალი ორთქლდება, ხოლო გახსნილი არამატული შენაერთები და მარილები რჩება. ამის გამო შემწვარი ხორცი უფრო გემრიელი, ნოყიერი და სასარგებლოა, ვიდრე მოხარშული.

შემზადებული სუკის შუა ადგილიდან ულუფისათვის ერთი ნაჭერი ამოკერით, ოდნავ გააბრტყელეთ, მოაყარეთ მარილი და ცხიმში შეწვით ტაფაზე; როდესაც ორივე მხარეზე საკმარისად შეწითლდება და მზად იქნება, დადეთ ულუფის ლანგარის შუა ადგილზე და გარნირად ერთი მხრიდან შემწვარი კარტოფილი შემოუწყეთ, ხოლო მეორე მხრიდან დანით გაფხეილი პირშუშხა. ზევიდან გადაავლეთ თავისივე წვენი, დაადეთ პატარა ნაჭერი კარაქი და გააფორმეთ ოხრახუშის ფოთლებით. ცალკე შეიძლება მიუტანოთ რომელიმე საწებელი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: სუკის ხორცი 215 გ, კარაქი 5 გ, ქონი 5 გ, კარტოფილი 200 გ, პირშუშხა 20 გ, მწვანილი 5 გ, მარილი 5 გ.

ბიფშტეისი ხახვით (სოფლურად)

ზემოაღნიშნული წესით შემზადებული და შემწვარი ბიფშტეისი დადეთ ტაფის შუა ადგილას, გარშემო შემოუწყეთ ბრტყლად დაჭრილი შემწვარი კარტოფილი, ზევიდან დაასხით თავისივე წვენი და დააყარეთ ბეჭდისებურად დაჭრილი შემწვარი ხახვი, მოაყარეთ დაკეპილი ახალი კამა ან ოხრახუში და მოავლეთ თბილი კარაქი, გაეცით იმავე ტაფით ცხელ მდგომარეობაში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: სუკის ხორცი 215 გ, კარაქი 10 გ, ძროხის ქონი 5 გ, კარტოფილი 150 გ, ხახვი 60 გ, კამა 5 გ, მარილი 5 გ, შავი პილპილი 0,1 გ.

შემწვარი ბიფშტეისი კარტოფლით

გამოკრილი სუკი გააბრტყელეთ ერთი სანტიმეტრის სისქემდე, მოაყარეთ მარილი და შეწვით დაბალ ფართო ქვაბში კარაქით; როდესაც დაწითლდება და მზად იქნება, დადეთ ლანგარზე, ზევიდან გადაავლეთ თავისივე წვენი და გარნირად მიეცით კარტოფილი, გააფორმეთ ოხრახუშის ფოთლებით, ზევიდან დაადეთ კამაში ახელილი კარაქი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: სუკის ხორცი 215 გ, კარაქი 25 გ, კარტოფილი 250 გ, ქონი კარტოფილის შესაწვავად 15 გ, მარილი 5 გ, კამა 3 გ, ოხრახუში 5 გ.

ბიფშტექსი კვერცხით ისევე მზადდება, როგორც ნატურალური ბიფშტექსი. მას გარნირად მიეცით შემწვარი კარტოფილი და ზევიდან გადაავლეთ თავისივე წვენი. ბიფშტექსზე დადეთ ერთი ცალი აუთქვეფავად შემწვარი კვერცხი. გარნირად დასაშვებია ოხრაზუშის ფოთლებით მორთული შემწვარი კარტოფილი (სურ. 21).



სურ. 21. ბიფშტექსი კვერცხით

სურსათის ნორმა ერთ

უღუფაზე: სუკის ხორცი 215 გ, კარაქი 15 გ, მარილი 5 გ, მწვანილი 5 გ, ერთი ცალი კვერცხი, კარტოფილი 200 გ, ცხიმი 10 გ.

გიფშტექსი არაჟანში შეზავებული კარტოფილით

იმევე წესით შემზადებული ბიფშტექსი გაეცით ოთხკუთხედად დაჭრილი, მოხარშული და არაჟანში კარაქით შეზავებული კარტოფილით. ზევიდან გადაავლეთ თავისივე წვენი და დააღეთ ახალი კამით შეზავებული 10 გ კარაქი.

სურსათის ნორმა ერთ უღუფაზე: სუკის ხორცი 215 გ, კარაქი 20 გ, კარტოფილი 200 გ, არაჟნის მზა საწებელი 75 გ, მარილი 5 გ, ახალი კამა 5 გ.

გიფშტექსი ცოფში გამოცხვარი

ზემოაღნიშნული წესით მომზადებული ბიფშტექსი დადეთ ჭურჭელზე, გვერდით შემოუწყეთ მრგვლად შემწვარი კარტოფილი და ხახვი. შემდეგ ბიფშტექსის ნაწევ კვებაში ჩაასხით წითელი საწებელი და ღვინო მადერა, წამოდულების შემდეგ გადაავლეთ ბიფშტექსს და დააფარეთ მზა ფენა-ფენა გათხელებული. ცომი ისე, რომ ბიფშტექსიდან ჰაერი არ ამოვიდეს. წაუსვით კვერცხი და შედგით ჰაერლუმელში გამოსაცხობად; როდესაც მზად იქნება, იმავე ჭურჭლით გაუშვით.

სურსათის ნორმა ერთ უღუფაზე: სუკის ხორცი 215 გ, კარტოფილი 100 გ, ხახვი 30 გ, კარაქი 15 გ, კვერცხი 5 გ, მზა ცომი 50 გ, საწებელი 50 გ, მარილი 3 გ, ღვინო მადერა 5 გ.

ნატურალური სუპი გარნირით

ძარღვებისაგან გაწმენდილი სუკის შუა ადგილიდან ულუფისათვის ორი ნაჭერი მოჭერით, მოაყარეთ მარილი და შეწვით ტაფაში კარაქით; როდესაც ორივე მხარეზე საკმარისად შეწითლდება, დააწყეთ ლანგარზე. შემოუწყეთ ორი ან სამი სახის ბოსტნეულის გარნირი. ზევიდან გადაავლეთ თავისივე წვენი და გამდნარი კარაქი, გააფორმეთ ოხრახუშის ან სალათის ფოთლებით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: სუკის ხორცი 215 გ, კარაქი 5 გ, ერბო 5 გ, კარტოფილი 100 გ, ორნაირი ბოსტნეული 75 გ, მარილი 5 გ, მწვანელი 5 გ.

სუპი ქაშა სოკოს საწვავლით

შემოაღნიშნული წესით მომზადებულ სუკს გადაავლეთ წითელ საწებელში წამოდუღებული დაკონსერვებული ქაშა სოკო. გარნირად ცალკე მიეცით შემწვარი კარტოფილი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: სუკის ხორცი 200 გ, კარაქი 10 გ, ქონი 7 გ, წითელი საწებელი 100 გ, ქაშა-სოკო 50 გ, კარტოფილი 210 გ, მარილი 5 გ.

სუპი ტომატის საწვავლით

იმავე წესით მომზადებულ და შემწვარ სუკს ზევიდან დაადეთ გაფუჭენილი, შემწვარი ნახევარი პამიდორი და შემდეგ გადაავლეთ ტომატის დადუღებული საწებელი. ცალკე მიეცით კარაქითა და კამით შეზავებული შემწვარი ან მოხარშული კარტოფილი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: სუკის ხორცი 215 გ, კარაქი 20 გ, ტომატის მზა საწებელი 75 გ, პამიდორი 100 გ, კარტოფილი 200 გ, ახალი ქაშა 5 გ, მარილი 5 გ.

სუპი მადერის საწვავლით

სუკი მოამზადეთ ზემოხსენებული წესით. სუკის ნაწვავ ჭურჭელში ჩაასხით ღვინო მადერა. როდესაც ღვინო შეიშრობა, ჩაასხით წითელი საწებელი, რომელიც დუღილს კიდევ საჭიროებს. საკმარისად დადუღებული მადერის საწებელი დაასხით ულუფის ჭურჭელში ჩაწკობილ შემწვარ სუკს. მას ცალკე მიეცით შემწვარი კარტოფილი და ბოსტნეულის გარნირი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: სუკის ხორცი 215 გ, კარაქი 10 გ, ქონი 10 გ, ღვინო მადერა 30 გ, წითელი საწებელი 75 გ, კარტოფილი 100 გ, სტაფილო 40 გ, მწვანე ბარდა ცერცვი ან მწვანე ლობიო 50 გ, მარილი 5 გ.

სუკის ხორცისაგან ულუფისათვის გამოკერით სამი თხელი ნაქერი, თითოეული მათგანი საბეგეთ ოდესე გათხელეთ, მოაყარეთ მარილი და შეწვით კარაქში მსურვალე ცეცხლზე; როდესაც საკმარისად დაწითლდება, ულუფის ჭურჭელზე პირველად შემწვარი კარტოფილი დააწყეთ, შემდეგ მასზე ლანგები დადეთ. ხორცის ნაწევად ჭურჭელში ჩაასხით წითელი და ცოტა ტომატის საწებელი, ჩაუმატეთ ახალი ტარხუნის ფოთლები და წამოადუღეთ, რის შემდეგ ტარხუნის საწებელი გადაავლეთ ლანგებს და ცხლად გაუშვით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ხორცი 215 გ, კარაქი 20 გ, კარტოფილი 200 გ, წითელი საწებელი 75 გ, ტომატის საწებელი 25 გ, მარილი 4 გ, ტარხუნა 5 გ.

ლანგები შინაურულად

როდესაც ლანგები შეიწვება, ხორციდან ერთად ტაფაში ჩაუშვით წმინდად დაკეპილი ნიორი და ხახვი. ხუთი წუთის შემდეგ ლანგარზე დააწყეთ შემწვარი კარტოფილი და ზევდან შემწვარი ხორცი. ტაფაზე დაასხით წითელი საწებელი და აღუღეთ კიდევ 5 წუთი. მასში ჩაუმატეთ კანისა და თესლისაგან გასუფთავებული დაჭრილი ახალი პამიდორი; როდესაც საწებელი მზად იქნება, გადაავლეთ ხორცზე, ზევდან მოაყარეთ დაკეპილი ახალი კამა ან ოხრაბუში და ცხლად გაუშვით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ხორცი 215 გ, კარაქი 20 გ, კარტოფილი 200 გ, ხახვი 15 გ, ნიორი 5 გ, წითელი საწებელი 75 გ, ახალი პამიდორი 50 გ, მარილი 5 გ, პილპილი 0,01 გ, მწვანელი 5 გ.

ლანგები ახალი პამიდორით

კარაქში შეწვით კანისა და თესლისაგან გასუფთავებული, მარილმოყრილი ახალი პამიდორი; როდესაც მზად იქნება, პირველად ლანგარზე დააწყეთ შემწვარი კარტოფილი, შემდეგ შემწვარი ლანგები და ზევდან შემწვარი პამიდორი, გადაავლეთ ხორცის წვენი, კარაქი და ცხლად გაუშვით (სურ. 22).



სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ხორცი 215 გ, კარაქი 25 გ, კარტოფილი 200 გ, პამიდორი 150 გ, ოხრაბუში 5 გ, მარილი 5 გ.

სურ. 22. ლანგები ახალი პამიდორით

გარნირად შეწვით კარტოფილი და პირველად ის დააწყეთ ლანგარზე. კარტოფილზე დააწყეთ შემწვარი ხორცი. ხორცის ნაწევებზე დაყარეთ დაკეპილი მოშუშული ხახვი, კანისა და თესლისაგან გაკლილი დაკეპილი მჟავე კიტრი, მოხარშული დაკეპილი სტაფილო და დაკეპილი კაპარი. დაასხით მას ტომატის საწებელი და წითელი საწებელი, მიუმატეთ საწებელი „იუენი“ და წამოდუღების შემდეგ გადაავლეთ ლანგარზე დაწყობილ ხორცს.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ხორცი 215 გ, კარაქი 25 გ, კარტოფილი 200 გ, ხახვი 15 გ, მჟავე კიტრი 30 გ, სტაფილო 15 გ, კაპარი 10 გ, ტომატის საწებელი 50 გ, წითელი საწებელი 25 გ, საწებელი „იუენი“ 10 გ, მარილი 3 გ, პილპილი 0,1 გ.

დაკეპილი ხორცის როზმარაბი ხახვის საფაზლით

დაკეპილი ხორცს როზმარატის მოსამზადებლად შეარჩიეთ მეორე ხარისხის ძროხის ხორცი. გაწმინდეთ ძარღვებისაგან და წვრილად დაჭერით, ხახვთან ერთად გაატარეთ ხორცის საკეპ მანქანაში. დაკეპილი ხორცი შეაზავეთ მარილით, შავი პილპილით და კარგად აზილეთ. ულუფისთვის ორი ცალი ბიტკი გამოიყვანეთ, ხუთ მილიმეტრამდე გაათხელეთ, ამოავლეთ ფქვილში და შეწვით ცხიმში; როდესაც მზად იქნება, ჩააწყეთ ულუფის ჭურჭელში, გარნირად მიეცით შემწვარი კარტოფილი, ზევიდან გადაავლეთ მჟავე კიტრით, კაპარით და საწებელი „იუენით“ შეზავებული ხახვის საწებელი. ზევიდან მოაყარეთ დაკეპილი ახალი კამა.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ხორცი 115 გ, კარტოფილი 200 გ, ცხიმი 15 გ, ხახვი 20 გ, მჟავე კიტრი 20 გ, კაპარი 10 გ, საწებელი „იუენი“ 10 გ, ხახვის საწებელი 75 გ, კამა 5 გ, მარილი 5 გ, შავი პილპილი 0,1 გ, ფქვილი 10 გ.

ანტრემოტი გარნირით

შესაწვავად ხორცი ძროხის ზურგის სქელი მხრის გვერდებიანი წითლდება და მზად იქნება, დააწყეთ ცხელ ლანგარზე, შემოუწვას ფორმის მისაღებად იგი საბეგვით გააბრტყელეთ, მოაყარეთ მარილი და ორივე მხრიდან შეწვით ცხიმში; როდესაც დაწითლდება და მზად იქნება, დააწყეთ ცხელ ლანგარზე, შემოუწვით შემწვარი კარტოფილი და 2-3 სახის ბოსტნეულის გარნირი, ზევიდან კი გადაავლეთ ცხიმიანი თავისივე წვენი და კარაქი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ხორცი 215 გ, ცხიმი 15 გ, კარტოფილი 200 გ, ქონი 10 გ, ბოსტნეული გარნირისათვის 100 გ მარილი. 5 გ, ოხრახუში 10 გ, პირშუშხა 20 გ.

ანტრეკოტი კვარცხით

იმავე წესით მომზადებულ ანტრეკოტს გასტუმრებისას გარნირად შემოუწყეთ შემწვარი კარტოფილი. ზევიდან დადეთ გაუთქვეფავად შემწვარი კვერცხი, გადავლეთ გამდნარი კარაქი და ცოცხალი ოხრახუშით გააფორმეთ.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ხორცი 215 გ, ცხიმი 15 გ, კვერცხი ერთი ცალი, კარტოფილი 200 გ, ოხრახუში 5 გ, მარილი 5 გ, პირშუშხა 20 გ.

ანტრეკოტი არაჟნით შეზავებული კარტოფილით

ანტრეკოტი მოამზადეთ იმავე წესით, როგორც ზევით იყო აღნიშნული. გარნირად მიეცით კარტოფილი არაჟნით, რომელიც შემდეგნაირად მზადდება: კარტოფილი დაჭერით საშუალო ზომის ოთხკუთხედ ნაჭრებად, მოათავსეთ ქვაბში, მოასხიბთ გამდნარი კარაქი, შემდეგ არაჟნის საწებელი და მოურიეთ; როდესაც ხორცი საკმარისად შემწვარი და შეწითლებული იქნება, ლანგარზე დადეთ, მხოლოდ ნაწევ ტაფაზე დარჩენილი წვენი ხორცს გადავლეთ. გვერდით არაჟნით შეზავებული კარტოფილი მოუწყეთ. ხორცზე ზევიდან დადეთ დაკეპილი კამით შეზავებული ერთი ნაჭერი კარაქი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ხორცი 215 გ, კარაქი 25 გ, კარტოფილი 150 გ, არაჟნის საწებელი 35 გ, მწვანილი 10 გ, მარილი 5 გ, ქონი 7 გ.

ანტრეკოტი გოსტინაულით შინაურულად

ჩვეულებრივ მოამზადეთ ანტრეკოტი; დაჭერით ხახვი და მოჭარშული სტაფილო, ჩაუმატეთ დაკეპილი ნიორი და მოშუშეთ ცხიმში; როდესაც ხორცი დაწითლდება და მზად იქნება, ანტრეკოტი დადეთ ლანგარზე, შემოუწყეთ შემწვარი კარტოფილი. ხორცის ნაწვავში ჩაუშვით ხახვი და სტაფილო, მიუმატეთ კანისა და თესლისაგან გასუფთავებული დაჭრილი პამიდორი, წითელი საწებელი, შეანელეთ მარილით და წამოდულების შემდეგ ხორცზე გადავლეთ, მოაყარეთ დაკეპილი ახალი კამა ან ოხრახუში და გაუშვით ცხელ მდგომარეობაში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ხორცი 215 გ, ცხიმი 20 გ, კარტოფილი 150 გ, ხახვი 50 გ, სტაფილო 40 გ, პამიდორი 50 გ, მწვანელი 5 გ. წითელი საწებელი 20 გ, მარილი 5გ, დაფქული შავი პილპილი 0,1 გ.

შეწვევარი სათბილო (როსტაფივი) გოსტნაულის

გარნირებით

ძროხის სათბილოდან გამოკერით ერთი მთელი ოთხკუთხედი ფორმის მოგრძო ნაჭერი. მას აკერით ძარღვები, მოაყარეთ მარილი და შეწვით ტაფაზე ცხიმში.

როდესაც ორივე მხრიდან დაწითლდება და ქერქს გაიკეთებს. შედგით პაერლუმელში, სადაც ყოველ 5-10 წუთში გადაავლეთ თავისივე წვენი; როდესაც მზად იქნება, გადმოდგით და მოთხოვნილების დროს მოკერით ულუფისათვის ორი-სამი ბრტყელი ნაჭერი. დააწყეთ ლანგარზე. შემოუწყეთ შემწვარი კარტოფილი და ორი სახის ბოსტნეულის გარნირი, მიეცით დანიტ გაფხეილი პირშუშხა, გადაავლეთ თავისივე ნაწვავი წვენი და კარაქი, გააფორმეთ ახალი ოხრახუშით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: სათბილო 155 გ, კარაქი 15 გ, კარტოფილი 100 გ. მწვანე ცერცველა 20 გ. მწვანე ლობიო ან სტაფილო 20 გ. პირშუშხა 20 გ. ოხრახუში 5 გ, ხორცის წვენი 50 გ.

მოწუწული სათბილო გოსტნაულის გარნირით

სათბილოს მთელ ნაჭერს მოაყარეთ მარილი და ჩადეთ დაბალ ფართო ქვაბში, დააყარეთ დაჭრილი ხახვი, სტაფილო, თეთრი ძირები და დაფნის ფოთოლი. დაასხით გამდნარი კარაქი, დაახურეთ სახურავი და მოშუშეთ ფილაქურაზე; როდესაც სათბილო ირგვლივ კარგად დაწითლდება, დაასხით ცოტა წყალი და ორთქლში მოშუშეთ, მანამ დარბილდება. შემდეგ ამოიღეთ ქვაბიდან და ნაწვავში გააყეთეთ წვენი ცივ წყალში გახსნილი კარტოფილის ფქვილით, წამოდულების შემდეგ საცერში გაწურეთ. გასტუმრების დროს სათბილო დაკერით, ულუფაზე ორი-სამი თხელი ნაჭერი და შემოუწყეთ სამი სახის ბოსტნეულის გარნირი, ზევიდან თავისივე წვენი გადაავლეთ.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: სათბილოს ხორცი 115 გ, კარაქი 15 გ, ბოსტნეული 200 გ, კარტოფილის ფქვილი 1 გ, მარილი 5 გ, ძირძურები 10 გ.

დავაგვილი ხორცის რომუბაჰსი შაფჰარი ხახვით

ძროხის რბილი ხორციდან ულუფაზე ერთი პრტყელი ნაჭერი გამოჭერით, დაბეგვით, მოაყარეთ მარილი, შავი პილპილი და შეწვით ცხიმში; როდესაც ორივე მხარეზე შეწითლდება. 5-10 წუთით შედგით ჰაერლუმელში. შემდეგ ის დადეთ ლანგარზე, მას გარნირად მიეცით 4 სანტიმეტრის სიგრძეზე დაჭრაილი შემწვარი კარტოფილი ან 3 სახის ბოსტნეულის გარნირი, ზევიდან გადაავლეთ თავისივე ნაწვევი წვენი და გამდნარი კარაქი, მოაყარეთ დაჭრილი და შემწვარი ხახვი, გააფორმეთ ოხრახუშის ფოთლებით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ხორცი 193 გ, კარაქი 10 გ, ცხიმი 10 გ, კარტოფილი 200 გ, ხახვი 60 გ, მწვანელი 10 გ, მარილი 5 გ, პილპილი 0,1 გ.

ორცხოვილაში შაფჰარი რომუბაჰსი გარნირებით

ძროხის რბილი ხორცის ერთი პრტყელი ნაჭერი საბეგვით გააბრტყელეთ, შესაფერისი ფორმა მიეცით. მოაყარეთ მარილი, დაფქული შავი პილპილი, ამოვლეთ კვერცხის ლიეზონში, შემდეგ თეთრი პურის დაფქულ ორცხოვილაში და შეწვით ცხიმში; როდესაც მზად იქნება, დააწყეთ ლანგარზე, მას გარნირად მიეცით შემწვარი კარტოფილი და ორი სახის ბოსტნეულის გარნირი. გააფორმეთ ოხრახუშის ფოთლებით. ხოლო ზევიდან გადაავლეთ გამდნარი კარაქი და მიეცით ერთი ნაჭერი ლიმონი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ხორცი 193 გ, კვერცხი 8 გ, თეთრი პურის ორცხოვილა 20 გ, კარაქი 10 გ, კარტოფილი 100 გ, ორი სახის ბოსტნეული 100 გ, ქონი 10 გ, მარილი 5 გ, შავი პილპილი 0,1 გ, ლიმონი 10 გ, ოხრახუში 5 გ.

დავაგვილი ხორცის რომუბაჰსი ხახვიანი არაჟნის

საწვავლით

ზემოაღნიშნული წესით დამზადებული რომუბეტქსი დადეთ ლანგარზე, გარნირად მიეცით შემწვარი კარტოფილი და ზევიდან დაკეპილი მოშუშული ხახვით შეზავებული არაჟნის ვარდისფერი საწებელი გადაავლეთ.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ხორცი 193 გ, კარაქი 10 გ, კარტოფილი 200 გ, ქონი 10 გ, არაჟნის ვარდისფერი საწებელი 75 გ, მარილი 5 გ, პილპილი 0,1 გ.

ძროხის ხორცის დაკეპილი, ბიტკის, კატლეტის და სხვა ნახევარ-ფაბრიკატად გამოყვანის წინ, კარგად დაზილეთ. შემდეგ მრგვალი ფორმით მოჭერით ერთ ულუფაზე 2 ცალი, ამოავლეთ თეთრი პურის დაფქულ ორცხობილაში და დანით გააბრტყელეთ 1;5 სანტიმეტრის სისქემდე, შეწვით ცხიმში და როდესაც ორივე მხარე დაწითლდება, შედგით ჰაერლუმელში; როდესაც მზად იქნება, ჩააწყეთ შესაფერის ღრმა ჭურჭელში, გვერდით მოუწყეთ შემწვარი კარტოფილი „პუშკინი“. ზევიდან გადაავლეთ არაჟნის საწებელი, მოაყარეთ დაფხვნილი შვეიცარული ყველი და კვლავ შედგით ჰაერლუმელში; როდესაც შეწითლდება, ზევიდან გადაავლეთ გამდნარი კარაქი და გაუშვით იმავე ჭურჭლით ცხლად.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ძროხის ხორცი 100 გ, კარტოფილი 200 გ, კარაქი 20 გ, შვეიცარული ყველი 10 გ, არაჟნის საწებელი 100 გ, ორცხობილა 10 გ, ახალი კამა 5 გ, პური 18 გ, წყალი 22 გ, მარილი 5 გ, შავი პილპილი 0,1 გ.

ძროხის ხორცის ზიტკი უპრაინულად

ძროხის ხორცი დაქერით და ორჯერ გაატარეთ ხორცის საკეპ მანქანაში. მიუმატეთ 25 პროცენტი რძეში ან წყალში დამბალი თეთრი პური, მოაყარეთ მარილი და შავი პილპილი, მიუმატეთ კვერცხი, აურიეთ ერთმანეთში და მესამედ გაატარეთ ხორცის საკეპ მანქანაში, დაასველეთ და კარგად დაზილეთ, რომ დაკეპილი მაგარი არ გამოვიდეს. ულუფისათვის ორი ცალი აიღეთ, ამოავლეთ თეთრი პურის წმინდად დაფქულ ორცხობილაში და შეწვით კარაქში, შემდეგ შედგით ჰაერლუმელში. ამავე დროს კარაქში მოშუშეთ მსხვილად დაკეპილი ხახვი, 10 წუთის შუშვის შემდეგ ხახვზე დაასხით ტომატის და არაჟნის საწებელი, ჩაუმატეთ თხლად, ოთხჯუთხედად დაჭრილი მოხარშული კამა ან მყავე სოკო, კანისა და თესლისაგან გაკლილი მყავე კიტრი; როდესაც მზად იქნება, ბიტკი ჩააწყეთ ულუფის ღრმა ჭურჭელში, გარნირად მიეცით შემწვარი კარტოფილი „პუშკინი“. ზევიდან გადაავლეთ უკრაინული საწებელი. მოაყარეთ დაკეპილი ახალი კამა ან ოხრახუში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ხორცი 100 გ, პური 18 გ, რძე 25 გ, კვერცხი 10 გ, ორცხობილა 10 გ, კარაქი 25 გ, კარტოფილი 200 გ, სოკო 5 გ, კიტრი 10 გ, ხახვი 30 გ, არაჟნის და ტომატის საწებელი 80 გ, მწვანილი 5 გ, მარილი 5 გ, პილპილი 0,1 გ.

ძროხის ხორცის ზიბაჰი ხახვის საწავალით

ძროხის ხორცის დაკეპილი ცხიმში შეწვით; როდესაც ორივე მხარე დაუწითლდება, შეწვის დასამთავრებლად ჰაერლუმელში შედგით. შემწვარი ჩააწყეთ ულუფის ღრმა ჭურჭელში, ზევდან გადაავლეთ მომზადებული ხახვის საწებელი და გამდნარი კარაქი. მოაყარეთ დაკეპილი ახალი კამა, ცალკე გაეცით შემწვარი კარტოფილი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ძროხის ხორცი 100 გ, კარაქი 20 გ, პური 18 გ, თეთრი პურის ორცხობილა 10 გ, თევზიანი ხახვი 100 გ, ტომატი 15 გ, ძმარი 5 გ, ფქვილი 5 გ, კარტოფილი 200 გ, მარილი 5 გ, პილპილი 0,1 გ, კამა 5 გ.

ძროხის ხორცის ზიბაჰი პიკანის საწავალით

ხორცის დაკეპილი მოამზადეთ, შემდეგ ძროხის ცხიმში შეწვით; როდესაც ორივე მხარეზე შეწითლდება, შეწვის დასამთავრებლად ჰაერლუმელში შედგით. ამავე დროს ქვაბში ჩაასხით ორი წილი ტომატის საწებელი და ერთი წილი წითელი საწებელი. ჩაუმატეთ წვრილად დაკეპილი პიკულის მჟავე კიტრი, ხახვი, სტაფილო და კაპარი. მიუმატეთ საწებელი „იუენი“. კარგად მოურიეთ და წამოადუღეთ; როდესაც ბიტკი მზად იქნება, ჩააწყეთ ულუფის ღრმა ჭურჭელში. გარნირად მიეცით შემწვარი კარტოფილი, ხოლო ბიტკეზე გადაავლეთ სპეციალურად მომზადებული პიკანის საწებელი და მოაყარეთ დაკეპილი კამა ან ოხრახუში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ძროხის ხორცი 100 გ, კარაქი 20 გ, პური 18 გ, ორცხობილა 10 გ, კარტოფილი 200 გ, პიკულის მჟავე კიტრი, სტაფილო, ხახვი და კაპარი 30 გ, ტომატის საწებელი 60 გ, წითელი საწებელი 30 გ, საწებელი „იუენი“ 10 გ, მწვანელი 5 გ, მარილი 5 გ, შავი პილპილი 0,2 გ.

ძროხის ხორცის ზიბაჰლავი (კაზაქურად) ხახვინანი

არაბნის მარდისფერი საწავალით

აღნიშნული წესით მომზადებული ახალი ხორცის დაკეპილიდან ერთ ულუფაზე 3 ცალი ბიტკული მოამზადეთ, რაც შემდეგ ძროხის ცხიმში შეწვით; როდესაც ორივე მხარეზე დაწითლდება, შეწვის დასამთავრებლად ჰაერლუმელში შედგით. ამავე დროს ქვაბში ჩაასხით ორი წილი არაბნის საწებელი და ერთი წილი ტომატის საწებელი, ჩაუმატეთ დაკეპილი მოშუშული თევზიანი ხახვი და საწებელი „იუენი“. კარგად მოურიეთ და წამოადუღეთ; როდესაც ბიტკული მზად იქნება, ჩააწყეთ ულუფის ღრმა ჭურჭელში, გარნირად

მიეცით ტომატით შეზავებული მოხარშული ბრინჯი ან შემწვარი კარტოფილი, ბიტკულზე ზევიდან გადაასხით სპეციალურად მომზადებული ხახვიანი არაჟნის ვარდისფერი საწებელი. თითო ცალ ბიტკულს ზევიდან დაადეთ ოთხი სანტიმეტრის მოცულობის კვერცხის ომლეტი და მოაყარეთ დაკეპილი კამა.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ხორცი 100 გ, პური 18 გ, კარაქი 10 გ, ხახვი 40 გ, კარტოფილი 200 გ, ან ბრინჯი 50 გ, ტომატი 10 გ, ორცხობილა 10 გ, მწვანილი 5 გ, კვერცხი 20 გ, არაჟნის საწებელი 60 გ, ტომატის საწებელი 30 გ, საწებელი „იუენი“ 10 გ, მარილი 5 გ, შავი პილპილი 0,1 გ.

ლანგეტი ნატურალური გარნირით

ძარღვებისაგან გაწმენდილი სუკიდან ორი ნაჭერი გამოჭერით, საბეგვით ოდნავ გააბრტყელეთ, მარილი მოაყარეთ და ცხიმში ისე შეწვიეთ, რომ არ გამოშრეს; როდესაც მზად იქნება, ცხლად გაუშვით. მას გვერდზე შემოუწყეთ ორი ან სამი სახის ბოსტნეულის გარნირი, შუაში კი—შემწვარი კარტოფილი, ხოლო აქეთ იქით—თბილი პამიდორი და მწვანე პარკი ლობიო. ლანგეტს ზევიდან გადაავლეთ ლანგეტის ნაწვავი წვენი და გააფორმეთ ოხრახუშის ფოთლებით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: სუკის ხორცი 215 გ, კარაქი 10 გ, ქონი 5 გ, კარტოფილი 100 გ და ორი სახის ბოსტნეული გარნირისათვის 100 გ, მწვანილი 10 გ, მარილი 5 გ, პილპილი 0,1 გ.

ლანგეტი ნივრის საფხვლით

შემწვარი ლანგეტი ლანგარზე დააწყეთ, ტაფაში ჩადეთ წმინდად დაკეპილი ნიორი და მოშუშეთ. სამი წუთის შემდეგ მას დაასხით წითელი საწებელი და წამოადუღეთ. ლანგეტს შემოუწყეთ ორი-სამი სახის ბოსტნეულის გარნირი ან შემწვარი კარტოფილი, შემდეგ ზევიდან გადაავლეთ ნივრის საწებელი და შესაფერისად გააფორმეთ.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: სუკის ხორცი 215 გ, კარაქი 20 გ, ქონი 10 გ, ორი-სამი სახის ბოსტნეული 150 გ ან კარტოფილი 100 გ, მწვანილი 10 გ, ნიორი 5 გ, წითელი საწებელი 75 გ, მარილი 5 გ.

სუკის როზგარაბი როსტოვულად

სუკს მოაჭერით სამი ნაჭერი, ოდნავ გააბრტყელეთ, მოაყარეთ მარილი. შავი პილპილი და შეწვიეთ კარაქში; როდესაც კარგად დაწითლდება და მზად იქნება, ჩააწყეთ ულუფის ღრმა ქურჭელში.

მას გარნირად მიეცით შემწვარი კარტოფილი. ხოლო ზევიდან გადაავლეთ მომჟავო და ოდნავ ცხარე ხახვის საწებელი, ამასთან ერთად საჭიროა მოაყაროთ დაკეპილი კამა ან ოხრახუში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: სუკის ხორცი 215 გ. კარქი 10 გ, ცხიმი 10 გ, ხახვი 50 გ. კარტოფილი 200 გ. ტომატი 15 გ, პურის ფქვილი 3 გ, ძმარი 5 გ. საწებელი „რუენი“ 10 გ. ახალი პამიდორი 30 გ, ოხრახუში ან კამა 5 გ. მარილი 5 გ, შავი პილპილი 0,1 გ.

დაკეპილი ხორცის კერძები

დაკეპილი ხორცისგან (ძროხის, ცხვრისა და ღორის) კერძები მზადდება ნატურალური ან პურის დამატებით.

1. დაკეპილი ნატურალური კერძების მისაღებად ხორცი წვრილ ნაჭრებად დაჭერით და ხორცის საკვებ მანქანაში გაატარეთ, რის შემდეგ დაუმატეთ წყალი, მარილი, პილპილი და ერთმანეთში კარგად აურიეთ.

2. პურის დამატებით დაკეპილი ხორცისგან მოამზადეთ კატლეტი, ბიტკი, ტეფტელი, რულეტი და სხვა.

დაკეპილი ხორცის კერძების მოსამზადებლად სათანადო ხარისხის ხორცი მყესისგან გაასუფთავეთ, წვრილ ნაჭრებად დაჭერით და ორჯერ გაატარეთ ხორცის საკვებ მანქანაში, ამის შემდეგ გაატარებულ მასას დაუმატეთ წყალი ან რძეში დამხალი პური. მარილი, პილპილი და ერთმანეთში კარგად აურიეთ. იმ შემთხვევაში, თუ საკატლეტე მასა მკლე ხორცისგანაა მომზადებული, მას ხორცის წონის 5-10 პროცენტი შინაგანი ცხიმი დაუმატეთ. საკატლეტე მასიდან კერძები შეწვით გასტუმრების წინ. მომზადებული ნახევარფაბრიკატები გაცხელებულ ტაფაზე დააწყეთ და ორივე მხრიდან შეწვით მანამდე, ვიდრე შემწვარი ქერქი არ წარმოიშობა, შემდეგ 5-7 წუთით შესაწვევ კარადაში ან ჰაერლუმელში შედგით.

დაკეპილი ხორცის ნატურალური გიფშტეჟი

საკატლეტე მასიდან ერთი სანტიმეტრის სისქის მრგვალი ფორმის გიფშტეჟი გამოიყვანეთ, ამოჯლეთ ხორბლის თეთრ ფქვილში და შეწვით ცხიმში; როდესაც მზად იქნება, დადეთ ლანგარზე. გარნირად შემოუწყეთ შემწვარი კარტოფილი, ზევიდან გადაავლეთ თაფლისებ ნაწვევი წვენი და მორთეთ მწვანე ხილით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: რბილი ხორცი 115 გ. ცხიმი 15 გ, კარტოფილი 200 გ. ხახვი 15 გ. ქონი 10 გ. მარილი 5 გ, შავი პილპილი 0,1 გ, ოხრახუში 5 გ. ფქვილი 10 გ.

დაკეპილი ხორცის შნიცელი ისე მოამზადეთ. როგორც აღნიშნული წესით მომზადებული ძროხის ხორცის დაკეპილი, მხოლოდ პური 10 პროცენტით ნაკლები აურიეთ. დაკეპილი შედარებით მაგარი უნდა იყოს. ერთ ულუფაზე ორი ცალი შნიცელი აიღეთ, შეწვით კარაქში; როდესაც საკმარისად დაწითლდება და მზად იქნება, ლანგარზე დააწყეთ შემწვარი კარტოფილი „პუშკინი“ და კარტოფილზე დაადეთ ორი ცალი შნიცელი. ზევდან გადაავლეთ გამდნარი კარაქი და დაადეთ ლიმონის ორი თხელი ნაჭერი. გააფორმეთ ოხრახუშის ფოთლებით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ძროხის ხორცი 110 გ, თეთრი პური 15 გ, ორცხობილა 15 გ, კვერცხი 5 გ, კარტოფილი 200 გ, ცხიმი 20 გ, ლიმონი 10 გ, ოხრახუში 5 გ, მარილი 5 გ, შავი პილპილი 0,1 გ.

ძროხის ხორცის გუფთავი არაჟნის საწებლით

აიღეთ ზემოთ აღნიშნული წესით მომზადებული ძროხის ხორცის დაკეპილი, ერთ ულუფაზე ოთხი ცალი ნახევარფაბრიკატი. შეწვით ძროხის ცხიმში, საშუალოდ შეწვის შემდეგ შედგით ჰაერლუმელში; როდესაც მზად იქნება, ჩააწყეთ ულუფის ღრმა ჭურჭელში. გარნირად მიეცით შემწვარი კარტოფილი „პუშკინი“, გუფთებზე გადაავლეთ არაჟნის საწებელი და მოაყარეთ დაკეპილი კამა.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ძროხის ხორცი 110 გ, პური 18 გ, რძე 22 გ, ორცხობილა 10 გ, ცხიმი 15 გ, კარტოფილი 200 გ, კამა 5 გ, არაჟნის საწებელი 100 გ, მარილი 5 გ, პილპილი 0,1 გ.

შენიშვნა: ცხერის ხორცის გუფთები შეიძლება მოამზადოთ იმავე წესით, როგორც ძროხის ხორცის გუფთები, მხოლოდ არაჟნის მაგივრად მიეცით ტომატის საწებელი და ტომატიანი ბრინჯის გარნირი. სურსათის ნორმა იგივე იქნება.

ჰაერლუმელში მოყვანილი ხორცი

ჰაერლუმელში მოყვანილი ხორცის მოსამზადებლად აიღეთ პირველი ხარისხის რბილი ხორცი. მოჭერით ერთ ულუფაზე განსაზღვრული წონის ორი ნაჭერი და გათხელებამდე დაბეგვეთ, შემდეგ გამოიყვანეთ მრგვალი ფორმის ბიტკები, მოაყარეთ მარილი და შავი პილპილი. ამოავლეთ თეთრი პურის ფქვილში და შეწვით კარაქში; როდესაც ხორცი საკმარისად დაწითლდება, მწყობრად ჩაალაგეთ დაბალ ფართო ქვაბში, შეურიეთ მრგვლად შემწვარი კარტოფილი, ნივრისებურად დაჭრილი ნახევრად შემწვარი ხახვი, სტა-

ფილო და თეთრი ძირები, აგრეთვე კამა-ოხრაბუშის კონა და დაფნის ფოთოლი, დაასხით წითელი და ტომატის საწებელი იმდენი, რომ ხორცს ფარავდეს. დაახურეთ სახურავი და შედგით ჰაერლუმელში; როდესაც მზად იქნება (საკმარისად დარბილდება), გადმოიღეთ და გაუშვით ულუფის ჭურჭლით — თავისი გარნირით და საწებლით. ზევიდან მოაყარეთ დაკეპილი კამა ან ოხრაბუში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ძროხის ხორცი 226 გ, ცხვრის 221 გ, ღორის 173 გ ან ხბოსი 241 გ, ცხიმი 15 გ, კარტოფილი 200 გ, სტაფილო 40 გ, ხახვი 40 გ, ფქვილი 3 გ, თეთრი ძირები 30 გ, მწვანილი 5 გ, ტომატი 20 გ, მარილი 5 გ, შავი პილპილი 0,1 გ.

ხორცი ხაზნის საწვავლით გამომსხმარი

ბუღში მოყვანილი და საკმარისად დარბილებული პირველი ხარისხის ხორცი ან შემწვარი სუკი, ერთ ულუფაზე ორი-სამი ნაჭერი, მწყობრად დააწყეთ კანით მოხარშულ, შემდეგ გაფუჭვნილ, თხლად სამკუთხედი ფორმით დაჭრილ და ლანგარზე დაწყობილ კარაქში შემწვარ კარტოფილზე, ზევიდან გადავლეთ წვრილად დაჭრილი მყავე კიტრით, კაპარით და მდოგვით შეზავებული ხახვის საწებელი. მოაყარეთ დაფხვნილი შვეიცარული ყველი, მოასხით კარაქი და გამოსაცხობად შედგით ჰაერლუმელში; როდესაც მზად იქნება, გაუშვით იმავე ლანგარით ცხლად.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ძროხის ხორცი 218 გ, კარტოფილი 200 გ, კარაქი 20 გ, ხახვის საწებელი 100 გ, მყავე კიტრი 20 გ, კაპარი 10 გ, ყველი 10 გ, მწვანილი 5 გ, მდოგვი 5 გ, მარილი 5 გ.

მოფუხული სათბილო ბოსტნეულით ჩართული, მაკარონის გარნირით

ძროხის მთელი სათბილო ძარღვებისაგან გაწმინდეთ და ერთი სანტიმეტრის სისქემდე დაბეგვეთ, შემდეგ გათლილი და გასუფთავებული სტაფილო, ნიორი და ნიახურის ძირები დაჭერით, სათითაოდ ჩადეთ დაბეგვილ ხორცში; როდესაც მას ბოსტნეულით შეავსებთ, მოაყარეთ მარილი და მრგვლად გადაკეცეთ ისე, რომ დახვეული ფორმის ხორცი მიიღოთ. შემდეგ კანაფით შეკარით და კიდევ მოაყარეთ მარილი, ჩადეთ დაბალ ფართო ქვაბში, დაასხით სიმსუქნე, დააყარეთ ხახვი. თეთრი ძირები და დაფნის ფოთოლი, დაახურეთ სახურავი და მოშუშეთ ცხიმში; როდესაც ხორცი ირგვლივ დაწითლდება, ორთქლის მისაღებად თანდათანობით უმატეთ თეთრი ღვინო და ხორცის ახალი ნახარში, ვიდრე დარბილდებოდეს.

როდესაც მზად იქნება, ამოიღეთ და შეხსენით კანაფი. ხორცი თხელ და ბრტყელ ნაჭრებად დაჭერით, ჩაალაგეთ ქვაბში და თბილად შეინახეთ.

ხორცის ნაწევებში მოშუშეთ ფქვილი და ტომატი, მოამზადეთ წითელი საწებელი: როდესაც მზად იქნება, გაწურეთ და მოათავსეთ სპეციალურ ქვაბში. გაშვების დროს ორი ნაჭერი დადეთ ლანგარზე და გარნირად მიეცით ტომატით შეზავებული მოხარშული მაკარონი. ხორცზე გადაავლეთ თავისივე წითელი საწებელი; მაკარონზე მოაყარეთ ყველი და გაუშვით ცხელ მდგომარეობაში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ხორცი 226 გ, მაკარონი 60 გ, ცხიმი 20 გ, ტომატი 10 გ, ფქვილი 5 გ, ყველი 5 გ, ყოველგვარი ბოსტნეული 20 გ, ნიორი 5 გ, დაფნის ფოთოლი 0,02 გ, მარილი 5 გ.

შენიშვნა: მეორენაირად იგივე ნორმის მოშუშული სათბილო შეიძლება მოამზადოთ იმავე წესით ნატურალურად, რაზედაც უმჯობესია მისცეთ სამწიკრი ბოსტნეულის გარნირი, როგორც არის — შემწვარი კარტოფილი, დაკონსერვებული ან მშრალი ბარდა ცერცვი და სტაფილო, ხორცს ზვიდან გადაავლეთ წითელი საწებელი.

ბაუზში მოშუშული ხორცი მაკარონის გარნირით

ზემოთ აღნიშნული წესით გამოკრილ და შემზადებულ ძროხის რბილი ხორცის თითოეულ ნაჭერს მარილი მოაყარეთ და ოდნავ დაზილეთ, რის შემდეგ ჩაალაგეთ დაბალ ფართო ქვაბში, დააყარეთ დაჭრილი თავიანი ხახვი, სტაფილო, თეთრი ძირები, დაფნის ფოთოლი და ბაპარი, დაასხით ძროხის ქონი, დაახურეთ სახურავი და გამოიყვანეთ ბუღში; როდესაც ხორცი სითხეს შეიშრობს და საკმარისად დაწითლდება, დროგამოშვებით ირგვლივ მოასხით მცირე რაოდენობის წყალი, რომ ხორცი უკეთ დარბილდეს. შემდეგ დაასხით ტომატი და კიდევ გამოიყვანეთ ბუღში, დაახლოებით 15 წუთის შემდეგ ხორცი ამოალაგეთ.

ნაწევებში ჩაუშვით თეთრი პურის ფქვილი და 10 წუთის განმავლობაში შუშეთ, შემდეგ თანდათანობით გახსენით ხორცის ნახარშით ან წყლით; როდესაც გახსნილი საწებელი ადუღდება, ცხიმი მოხადეთ და ხორცი ხელმეორედ ჩაუშვით საწებელში. 10 წუთის დუდილის შემდეგ ისევ ამოალაგეთ, დაჭერით თხელ და ბრტყელ ნაჭრებად. დაჭრილი ხორცის მთელი რაოდენობა ქვაბში მწყობრად ჩაალაგეთ, დაასხით ცოტა საწებელი, დაახურეთ სახურავი. ზომიერი სისქის საწებელი გემოზე შეანელეთ, საცერში გაწურეთ და სპეციალურ ქვაბში მოათავსეთ.

ხორცი ულუფაზე ორი ან სამი ნაჭერი გაეცით. ზოლო გარნი-
რად მიეცით ტომატში შეზავებული მოხარშული მაკარონი, რო-
მელსაც დაფხვნილი შვეიცარული ყველი მოაყარეთ, ხორცზე გა-
დავლეთ თავისივე წითელი საწებელი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ძროხის ხორცი 226 გ, კარაქი
10 გ, ძროხის ქონი 10 გ, მაკარონი 60 გ, ტომატი 15 გ, ყველი 10 გ,
ძირძურები 5 გ, მარილი 5 გ, დაფნის ფოთოლი 0.02 გ.

შენიშვნა: გემოს გაუმჯობესების მიზნით მოშუშულ ხორცს დარბილების პრო-
ცესში დაასხით განსაზღვრული წონის თეთრი ღვინო.

მოხარშული ხორცი გოსტინაულით და პირშუშხას საწებლით

მოხარშული ხორცისგან მეორე თავი კერძის მოსამზადებლად
შეარჩიეთ ძროხის თეძოს ან სხვა რბილი ნაწილი. მახვილი ნაჭერი
ქვაბში ჩადეთ, დაასხით ცივი წყალი ისე, რომ ხორცს ფარავდეს.
ჩაუმატეთ დაფნის ფოთოლი, დაჭრილი ხახვი, სტაფილო და თეთრი
ძირები. დაახურეთ სახურავი, აღულებამდე მოხადეთ ქაფი და ხარ-
შეთ თავდახურული.

როდესაც ხორცი საემარისად მოიხარშება, ჩაუმატეთ მარილი და
გადმოდგით. ხორცის ხარშვის განმავლობაში ერთდროულად მოამ-
ზადეთ ნივრისებურად დაჭრილი სტაფილო, თაღგამი და ახალი
კომბოსტო, მრგვლად გათლილი კარტოფილი და მთელ-მთელი ხახ-
ვი, ყველა ეს ბოსტნეული ცალ-ცალკე მოხარშეთ და შეაზავეთ.

გასტუმრების დროს ხორცი თხელ ნაჭრებად დაჭერით, ულუ-
ფის ჭურჭელში ჩააწყეთ, გვერდით შემოუწყეთ ცალ-ცალკე ჯგუ-
ფებად ყველა აღნიშნული ბოსტნეულის გარნირი, ზევიდან გადავ-
ლეთ ხორცის ნახარში წვენი და მოაყარეთ დაკეპილი ახალი კამა ან
ოხრაბუში. ცალკე მიეცით პირშუშხით შეზავებული არაყნის
ცხელი საწებელი. გაუშვით ცხლად.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ხორცი 218 გ, კარტოფილი
100 გ, სტაფილო 40 გ, თაღგამი 40 გ, ახალი კომბოსტო 40 გ,
ხახვი 25 გ, კამა ან ოხრაბუში 5 გ, დაფნის ფოთოლი 0,02 გ, არაყ-
ნის საწებელი 100 გ, მარილი 5 გ.

შენიშვნა: მეორენაირად აღნიშნული წესით მოხარშული ხორცი შეიძლება
მოამზადოთ რძით შეზავებული კარტოფილის პიურით ან ყვავი-
ლოვანი კომბოსტოს პიურით და მღოვრით შეზავებული ტომატის
საწებლით.

ზოგადი სტრუქტურული (ზოგადი სტრუქტურული) მონაცემები

ბეფსტროგანოვი ძროხის სუკიდან ან სხვა რბილი ხორციდან დაპზადეთ, დაბეგვის შემდეგ წერილად 3-4 სანტიმეტრის სიგრძეზე დაჭერით. მოაყარეთ მარილი, დაფქული შავი პილპილი და სამი-ხუთი წუთის განმავლობაში წვით კარგად გაცხელებულ ტაფაზე, შემდეგ დაუმატეთ კარაქში მოშუშული წმინდა დაკეპილი ხახვი; როდესაც ხორცი შეწითლდება, არაქნის საწებელი დაასხით, ხოლო წამოდულების შემდეგ დაუმატეთ საწებელი „იუენი“. გაუშვით ულუფის ჭურჭლით. ცალკე გაეცით შემწვარი კარტოფილი „პაი“ ან „პუშკინი“, ხოლო გვერდზე მოუწყეთ კვერცხში შემწვარი სამკუთხედი ფორმის თეთრი პურის „გრენეები“.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ძროხის ხორცი 215 გ, ცხიმი 15 გ, კარტოფილი 200 გ, არაქნის საწებელი 40 გ, საწებელი „იუენი“ 5 გ, თეთრი პური 50 გ, კვერცხი 10 გ, მარილი 5 გ, პილპილი 0,01 გ, ხახვი 50 გ, ხორბლის ფქვილი 5 გ.

აუზ კარგოფილით

ძროხის ხორცი დაჭერით ოცი გრამის ოდენობის ნაჭრებად. მოაყარეთ მარილი და შავი პილპილი, დაზილეთ და მოხრაკეთ ტაფაზე ცხიმში; როდესაც ხორცი დაწითლდება, მოათავსეთ დაბალ ფართო ქვაბში. ნაწევზე ბულიონი მოაღეთ და ხორცს დაასხით. ხორცს დააყარეთ დაკემსილი ხახვი, მოურიეთ და დაახურეთ სახურავი, რომ კარგად მოიშუშოს; როდესაც ხახვი დარბილდება, ჩაუმატეთ ტომატი-პიურე ან თესლისა და კანისაგან გასუფთავებული ახალი პამიდორი და ცალკე მოშუშული ხორბლის თეთრი ფქვილი, კარგად მოურიეთ და გახსენით ბულიონით; როდესაც ადუღდება, ჩაუმატეთ ოთხად გაჭრილი შემწვარი კარტოფილი, მჟავე კიტრი, ნიორი და დაკეპილი ახალი ოხრახუში, შეანელეთ მარილით, პილპილით და ლიმონის წვენი, გაშვებისას ზევიდან მოაყარეთ დაკეპილი კამა ან ოხრახუში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ხორცი 215 გ, ცხიმი 15 გ, ტომატი-პიურე 20 გ ან პამიდორი 47 გ, ლიმონის წვენი 5 გ, ხახვი 42 გ, მწვანელი 10 გ, ნიორი 1 გ, მარილი 5 გ, პილპილი 0,1 გ, ფქვილი 6 გ, მჟავე კიტრი 34 გ.

დაბეგვილი ხორცის ზრავი ბრინჯით

ერთი ულუფისთვის პირველი ხარისხის ხორცის ორი ნაჭერი რბილი აიღეთ, თხლად გააბრტყელეთ. კარაქში ხახვი მოშუშეთ. ჩაუმატეთ თეთრი პურის ორცხობილა; მოხარშული დაკეპილი კვერცხი, დაკეპილი კამა ან ოხრახუში, მარილი და შავი პილპილი ერთმა-

ნეთში აურიეთ, განსაზღვრული რაოდენობით დადეთ ხორცზე და მოგროო ფორმით შეახვიეთ, შემდეგ კანაფით შეკარით, მოაყარეთ მარილი და შეწვით; როდესაც კარგად დაწითლდება, კანაფი შეხსენით და ჩააწყეთ დაბალ ქვაბში, დაასხით წითელი საწებელი. დააყარეთ დაკეპილი ნიორი, დაახურეთ სახურავი და შედგით პაერლუმელში; როდესაც მზად იქნება, გაუშვით ბრინჯის გარნირით, ზევიდან გადაავლეთ წითელი საწებელი და მოაყარეთ დაკეპილი კამა.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ხორცი 226 გ, კარაქი 5 გ, ხახვი 72 გ, კვერცხი ნახევარი, ორცხობილა 8 გ, კამა ან ოხრაბუში 5 გ, ნიორი 5 გ, ბრინჯი 75 გ, ცხიმი 10 გ, წითელი საწებელი 100 გ, მარილი 5 გ, პილპილი 0,1 გ, ფქვილი 5 გ.

ნაპრები ხორცის სალიანკა

რბილი ხორცი დაჭერით 10 გრამის ოდენა ოთხკუთხედ ნაჭრებად, მოაყარეთ მარილი და შავი პილპილი, ერთმანეთში აურიეთ და მოხრაკეთ ცხიმში; როდესაც ხორცი საკმარისად დაწითლდება, ჩაუმატეთ თხლად დაჭრილი ხახვი და კიდევ შუშეთ, მანამ ხახვი არ დარბილდება. შემდეგ ჩაუმატეთ თხლად სამკუთხედად დაჭრილი გათუთქული და ცივ წყალში გარეცხილი ძროხის ან ცხვრის თირკმელები, ღორის შაშხი, მოხარშული ძროხის ენა, დაჭრილი ძეხვი ან სოსისი. ყველაფერი ეს ერთად მოხრაკეთ. შემდეგ დაასხით თეთრი ღვინო; როდესაც დაიშრობს, დაასხით ტომატის საწებელი და წითელი საწებელი, მიუმატეთ საწებელი „იუენი“, მარილი, პილპილი და კანისა და თესლისაგან გაცლილი დაჭრილი მჟავე კიტრი, კაპარი და ზეთის ხილი. ამრიგად შეზავებული სალიანკა გაუშვით ულუფის ტაფით ცხლად. ზევიდან დაადეთ ერთი თხელი ნაჭერი ლიმონი და მოაყარეთ დაკეპილი ახალი კამა ან ოხრაბუში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ხორცი 77 გ, ღორის შაშხი 20 გ, ენა 38 გ, ან.თირკმელები 51 გ, ძეხვი 20 გ, მჟავე კიტრი 50 გ, ცხიმი 15 გ, ხახვი 30 გ, კაპარი 30 გ, ზეთის ხილი 20 გ, ლიმონი 10 გ, მწვანელი 5 გ, ტომატის საწებელი 50 გ, წითელი საწებელი 50 გ, საწებელი „იუენი“ 10 გ, თეთრი ღვინო 10 გ, მარილი 4 გ, პილპილი 0,1 გ.

შენიშვნა: ნაქრები ხორციულის სალიანკა მზადდება მეორენაირად: იმავე წესით შეზავებული ხორციული ჩაუშვით ულუფის ტაფაში მომზადულ ახალ კომბოსტოში. ზევიდან მოაყარეთ დაფხენილი შვეიცარული ყველი, მოაწეთეთ გამდნარი ცხიმი და წითელი საწებელი, შედგით პაერლუმელში; როდესაც საკმარისად შეწითლდება, გადმოდგით და გაუშვით იმავე ტაფით ცხლად. ზევიდან გადაავლეთ კარაქი და დაადეთ ერთი თხელი ნაჭერი მწვანე მოყვითალო ლიმონი.

ხორცის სალიანკა პართულად

სალიანკისათვის უმჯობესია სუკის ან თეძოს რბილი ხორცი. ის დაბეგვით და 3-4 სანტიმეტრის სიგრძით დაჭერით, მოაყარეთ მარილი და შავი პილპილი. ოდნავ დაზილეთ და ტაფაზე დაკემსილ ხახვთან ერთად ცხიმში მოხრაკეთ; როდესაც ხორცი საკმარისად მოიხრაკება და ოდნავ შეწითლდება, მას დაასხით ტომატის საწებელი, ჩაუმატეთ საწებელი „იუენი“, ნიორი, ძმარი ან ლიმონის წვენი. შეაზავეთ წვრილად დაჭრილი გათლილი უთესლო მთხევ კიტრით და კაპარით. ზაფხულში ჩაუმატეთ წვრილად დაჭრილი, კანი-საგან გაფცქვნილი და თესლმომორებული ახალი პამიდორი.

ამრიგად შეზავებული ხორცის სალიანკა ნახევრად წვნიანი უნდა იყოს, გემოთი პიკანტური (მშუშხავი). გაეცით ულუფის ღრმა ჭურჭლით. ზევიდან მოაყარეთ დაკეპილი ახალი კამა ან ოხრახუში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: სუკის ან თეძოს რბილი ხორცი 159 გ, ხახვი 48 გ, ცხიმი 20 გ, მთხევ კიტრი 50 გ, კაპარი 10 გ, საწებელი „იუენი“ 10 გ, ძმარი 5 გ, ტომატის საწებელი 100 გ, მარილი 5 გ, პილპილი 0,1 გ, ოხრახუში ან კამა 5 გ, ნიორი 4 გ.

ხორცის „საბაგლიონკა“

სუკის თავები ან სხვა რბილი ხორცი ბრტყელ ნაჭრებად დაჭერით. შემდეგ თხლად დაბეგვით, მერე ორი-სამი ნაჭერი ერთმანეთზე დააწყეთ, სიგრძეზე ორად ან სამად გაჭერით, რომ წვრილი და ერთი ზომის ნაჭრები მიიღოთ. ამრიგად შემზადებულ ხორცს მოაყარეთ მარილი და შავი პილპილი და დაკეპილ ხახვთან ერთად ტაფაზე ცხიმში ოდნავ მოშუშეთ. შეწითლდება თუ არა, დაასხით არაჟნისა და ტომატის საწებელი. ჩაუმატეთ საწებელი „იუენი“ ან „მოსკოვური“; როდესაც მზად იქნება, გაისტუმრეთ ულუფის ტაფაზე შემწვარი კარტოფილით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ხორცი 215 გ, ცხიმი 25 გ, ხახვი 25 გ, არაჟნის საწებელი 80 გ, ტომატის საწებელი 40 გ, საწებელი „იუენი“ ან „მოსკოვური“ 10 გ, კარტოფილი 150 გ, მარილი 4 გ, შავი პილპილი 0,1 გ.

ძროხის ხორცის გულიაში

გულიაშისთვის ძროხის ვაშლას ან თეძოს რბილი ხორცი 20-30 გ ნაჭრებად დაჭერით, მოაყარეთ მარილი, შავი პილპილი, ერთმანეთში აურიეთ და ცხიმში მოხრაკეთ. ხორცის შეწითლების შემდეგ მას დაასხით ცხელი ბულიონი; როდესაც დაშრება, ჩაუშვით

სქელძირიან დაბალ ქვაბში და დაასხით თავისივე ნაწვევი წვენი და მოშუშული ტომატი, ჩაუმატეთ ნახევრად შემწვარი, დაჭრილი თა-
ვიანი ხახვი. მოშუშული დაკეპილი ნიორი და კამა-ოხრახუშის კონ-
ნა, დაასხით ტომატის თხელი საწებელი იმდენი, რომ გულიაშის
შემადგენლობას ჰფარავდეს. გაეცით ღრმა ჭურჭლით ულუფაზე 6
ან 8 ნაპერი, ზევიდან დაკეპილი ახალი კამა ან ოხრახუში მოაყა-
რეთ. გარნირად მიეცით შემწვარი კარტოფილი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ძროხის ხორცი 215 გ, ცხიმი 10 გ, ძროხის ქონი 10 გ. თავიანი ხახვი 30 გ. კარტოფილი 200 გ, ნიორი 3 გ, კამა და ოხრახუში 10 გ. ტომატის საწებელი 120 გ, მა-
რილი 5 გ, პილპილი 0,1 გ. (გულიაში შეიძლება გაიშვას სხვა გარ-
ნირითაც).

დეკეულის ხორცის გულიაში

დეკეულის ბარკლის რბილი ხორცი ულუფაზე რვა ერთნაირი
ზომის ოთხკუთხედ ნაპრებად დაჭერით, დაჭრილ ხორცს მოაყარეთ
მარილი და წითელი პილპილი, აურიეთ და შეწვით ცხიმში; როდესა-
ც ხორცი კარგად დაწითლდება, გადაიღეთ დაბალ ფართო ქვაბში.
ხორცის ნაწვევ ტაფაზე დაასხით თეთრი ღვინო და წამოდულების
შემდეგ დაასხით ხორცზე, დაახურეთ სახურავი და 10-15 წუთის
განმავლობაში შუშეთ. ამის შემდეგ დაასხით ტომატის თხელი სა-
წებელი იმდენი, რომ ხორცს ფარავდეს. ჩაუმატეთ მრგვლად შემ-
წვარი ერთი ზომის კარტოფილი, ამასთან ნივრისებურად დაჭრილი
და მოშუშული ხახვი და დაკეპილი ნიორი, კამა-ოხრახუშის კონა
და დაფნის ფოთოლი; როდესაც მზად იქნება, გადმოდგით ფილაქუ-
რის ნაპირზე და გაისტუმრეთ ულუფის ღრმა ჭურჭლით. ზევიდან
მოაყარეთ დაკეპილი კამა ან ოხრახუში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: დეკეულის ხორცი 241 გ, კარ-
ტოფილი 150 გ, ხახვი 40 გ, ნიორი 2 გ, ცხიმი 20 გ. თეთრი ღვი-
ნო 10 გ. კამა-ოხრახუში 5 გ. მარილი 4 გ, წითელი პილპილი 0,01 გ,
ტომატის საწებელი 100 გ.

დაკონსერვებული ძროხის ხორცის გულიაში

დაკონსერვებული ხორცი ერთი ზომის ოთხკუთხედ ნაპრებად
დაჭერით. დაჭრილი ხორცის მთელი რაოდენობა ჩააწყეთ დაბალ
ფართო ქვაბში, დაასხით თავისი წვენი და ცხიმი. ამავე ღროს ერთი
ზომის წვრილი კარტოფილი ცხიმში მრგვლად შეწვით; როდესაც
შეწითლდება, ჩაუშვით ქვაბში, ჩაუმატეთ ნივრის კბილების ფორ-

მით დაჭრილი და მოშუშული ხახვი და დაკეპილი ნიორი, დაასხით ტომატის საწებელი და წითელი საწებელი. შეაზავეთ მარილი და წითელი პილპილით; როდესაც გულიაში მზად იქნება, ულუფის ტაფაზე ხორცი დააწყეთ, გვერდით მოუწყეთ საწებელში შეზავებული კარტოფილი. ზევიდან ხორცზე მოასხით თავისი წვენი და მოაყარეთ დაკეპილი ახალი კამა ან ოხრახუში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: დაკონსერვებული ხორცი 100 გ, კარტოფილი 150 გ, ხახვი 20 გ, ნიორი 3 გ, კამა 5 გ, ტომატის საწებელი 30 გ, წითელი საწებელი 40 გ, მარილი 3 გ, წითელი პილპილი 0,01 გ.

დაკონსერვებული ძროხის ხორცი მაკარონით

დაკონსერვებული ძროხის ხორცი ბრტყლად ან ერთი ზომის ოთხკუთხედ ნაჭრებად დაჭერით. ჩააწყეთ დაბალ ფართო ქვაბში და თავდახურული გაათბეთ თავის წვენსა და სიმსუქნეში. ამავე დროს ცხიმში მოშუშეთ ტომატი, რაშიც ხუთი წუთის შემდეგ ჩაუშვით მარილით შეზავებულ წყალში მოხარშული და გაწურული მაკარონი, მოურიეთ და გააცხელეთ. გარნირად მიუწყეთ აღნიშნულ ტომატში შეზავებული მაკარონი, მას ზევიდან მოაყარეთ დაფხენილი შვეიცარული ყველი, ხორცზე კი მოასხით თავისივე წვენი და სიმსუქნე, გაუშვით თბილ მდგომარეობაში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: დაკონსერვებული ხორცი 100 გ, მაკარონი 60 გ, ტომატი 15 გ, ცხიმი 10 გ, ყველი 5 გ, მარილი 4 გ.

მწვანე ლობიო ხორცი

ხორციტ მწვანე ლობიოს მოსამზადებლად აიღეთ ძროხის ან ცხვრის მკერდის ნაწილი, დაჭერით ულუფაზე ოთხი ნაჭერი, მოაყარეთ მარილი და შავი პილპილი, ოდნავ დაზილეთ და შეწვით ცხიმში: როდესაც ხორცი შეწითლდება, ჩაუშვით დაბალ სქელძირიან ქვაბში, დააყარეთ დაკემსილი თავიანი ხახვი და ხორციდან ერთად მოშუშეთ. 10-15 წუთის შემდეგ ჩაუმატეთ ტომატი და კიდევ შუშეთ. ამის შემდეგ გახსენით ბულიონით ისე, რომ ხორცს ჰტარავდეს. ჩაუმატეთ წვრილად დამტვრეული მწვანე უძარღვო ლობიო. შეანელეთ მარილით, წიწაკით, რეპანით, ქინძით, კამა-ოხრა-ხუშით, დაკეპილი ნივრით და ადუღეთ მზადყოფნამდე. გაცემისას ზევიდან მოაყარეთ დაკეპილი კამა ან ოხრახუში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ხორცი 215 გ. ცხიმი 15 გ. თავიანი ხახვი 40 გ. ტომატი 15 გ. ლობიო 200 გ. მწვასილი 10 გ. ნიორი 3 გ. მარილი 5 გ. პილპილი 0,1 გ.

მარცვალი ლობიო სორით

ძროხის მკერდის ხორცი ულუფაზე ექვს ნაჭრად დაჭერით. მოაყარეთ მარილი და შავი პილპილი, აურიეთ ერთმანეთში და ცხიმში მოშუშეთ; როდესაც ხორცი საკმარისად დაწითლდება, ჩაუმატეთ დაკემსილი ხახვი, მოურათ და დაასხით ხორცის ბულიონი. დაახურეთ სასურავი და გამოიყვანეთ ორთქლში; როდესაც ხელმეორედ შუშვას დაიწყებს, ჩაუმატეთ ტომატი და მოურიეთ. 10 წუთის შუშვის შემდეგ კვლავ დაასხით ბულიონი იმდენი, რომ ხორცი დაფაროს. ჩაუმატეთ დაკეპილი მოშუშული ნიორი, ჭინძი, კამა, ოხრახუში. ამავე დროს ხორცში ჩაუმატეთ მოხარშული ლობიო, შეანელეთ მარილით. გასტუმრებისას ზევიდან მოაყარეთ დაკეპილი კამა ან ოხრახუში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ხორცი 200 გ. ცხიმი 10 გ. ხახვი 30 გ. ნიორი 3 გ. ლობიო 75 გ. ტომატი 15 გ. მწვანილი 10 გ. მარილი 5 გ. შავი პილპილი 0,1 გ.

ძროხის სორის დაკეპილი კატლენი

ძროხის ხორცის დაკეპილი კატლენი ულუფაზე ორი ცალი შეამზადეთ, შეწვით ტაფაზე ცხიმში; როდესაც დაწითლდება, შედგით ჰაერლუმელში, გაუშვით ორი ან სამნაირი გარნირით. ზევიდან გადაავლეთ წითელი საწებელი ან ცხიმი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ნახევარფაბრიკატი კატლენი 124 გ. გარნირი 150 გ. წითელი საწებელი 75 გ. ცხიმი 10 გ.

ძროხის სორის დაკეპილი კატლენი შინაურულად

ძროხის ხორცის დაკეპილი კატლენი შინაურულად ისევე მზადდება, როგორც ჩვეულებრივი კატლენი, მხოლოდ დაკეპილში შეზავების დროს მიუმატეთ 10 გ თავიანი ხახვი და 5 გ კვერცხი. გაეცით იმავე რაოდენობის გარნირებით და საწებლით.

დაკეპილი კატლენი მონადირისებურად

მონადირეების ან ძროხის რბილი ხორცი ნაჭრებად დაჭერით. ორჯერ გაატარეთ ხორცის საყებ მანქანაში. შემდეგ დაკეპილს მიუმატეთ ცივ რძეში ან ცივ წყალში დამბალი თეთრი პური, მარილი. შავი პილპილი და კვერცხი, ერთმანეთში აურიეთ და მესამედ კ-

დევ გაატარეთ ხორცის საკვებ მანქანაში. შემდეგ დაკეპილი დაასვე-
ლეთ წყლით და კარგად დაზილეთ, გამოიყვანეთ ულუფაზე განსაზ-
ღვრული წონის ათი სანტიმეტრის სიგრძის მრგვალი ფორმის კატ-
ლეტები და დაწყეთ ცხიმწასმულ ტაფაზე ერთმანეთზე მიწყობით,
თითოეულს გაუკეთეთ სამი-ხუთი სანტიმეტრის სიგრძე-სიღრმავე..
შემდეგ ჩასართავისათვის დაკეპეთ ხახვი და მოშუშეთ ცხიმში, მი-
უმატეთ დაკეპილი მოხარშული ღვიძლი. ქამა სოკო და წითელი სა-
წებელი, შეანელეთ გემოზე. ამრიგად მომზადებული ჩასართავით
გაავსეთ თითოეული კატლეტის ამოღრმავებული ადგილი და ზევი-
დან მოაყარეთ დაფხვნილი შეეიცარული ყველი, შედგით ჰაერ-
ლუმელში შესაწვავად; როდესაც მზად იქნება, ორი ცალი დაწყეთ
ლანგარზე, გარნირად მიეცით რძის ფაფით შეზავებული თალგამის
პიურე, ზევიდან გადაავლეთ წითელი საწებელი ან ცხიმი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ხორცი 100 გ, პური 18 გ,
რძე 25 გ, კვერცხი 10 გ, ღვიძლი 15 გ, სოკო 10 გ, ხახვი 10 გ,
წითელი საწებელი 50 გ, თალგამი 100 გ, რძის ფაფა 50 გ, შაქარი
3 გ, ცხიმი 20 გ, მარილი 5 გ, შავი პილპილი 0,1 გ.

ძროხის ხორცის მომზადება კატლეტები

რბილი ხორცი საკვებ მანქანაში ორჯერ გაატარეთ, მიუმატეთ
რძეში დამბალი თეთრი პური და უმი კვერცხი, აურიეთ ერთმანეთ-
ში და მესამედ კიდევ გაატარეთ ხორცის საკვებ მანქანაში. შეანელეთ
მარილით და შავი პილპილით, დაზილეთ რძით. შემდეგ თითოეულ
კატლეტში ჩაურიეთ რძის ფაფით შეზავებული მოხარშული დაკე-
პილი ქამა სოკოს ჩასართავი. ამოავლეთ ორცხობილაში და შეწვით
კარაქში; როდესაც მზად იქნება, გაისტუმრეთ ლანგარით — შემწვა-
რი კარტოფილით ცხლად, ზევიდან გადაავლეთ კარაქი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ხორცი 100 გ, კარაქი 15 გ,
პური 18 გ, ორცხობილა 10 გ, კვერცხი 10 გ; რძე 50 გ, კარტო-
ფილი 200 გ, ცხიმი 10 გ, მარილი 4 გ, პილპილი 0,1 გ, სოკო 20 გ,
რძის ფაფა 30 გ.

ძროხის ხორცის დაკეპილი კატლეტები ექიმურად

ძროხის რბილი ხორცი დაქერით და ხორცის საკვებ მანქანაში ორ-
ჯერ გაატარეთ. შემდეგ ჩაუმატეთ რძეში დამბალი თეთრი პური,
კვერცხი და მარილით ერთმანეთში კარგად აურიეთ, შემდეგ მე-
სამედ გაატარეთ ხორცის საკვებ მანქანაში. დაკეპილი დაასველეთ
რძით და კარგად დაზილეთ, რომ ჰაგარი არ გამოვიდეს. ტაფაზე ან
საწვავზე წაუსვით კარაქი და ერთმანეთის გვერდით ერთი სანტი-

მეტრის დაშორებით მოათავსეთ მოგრძო ფორმის კატლეტები. თითოეულს სიგრძით გაუკეთეთ სიღრმავე. ჩაშიც პარკით ჩაუშვით რძის სქელი ფაფა. ზევითდან მოაყარეთ დაფხვნილი შვეიცარული ყველი და წმინდა ორცხობილა, მოაწვეთეთ კარაქი და გამოსაცხობად ჰაერლუმელში შედგით; როდესაც დაწითლდება და მზად იქნება. დააწყეთ ლანგარზე — ულუფაზე ორი ცალი და გარნირად შემოუწყეთ შეზავებული ახალი სტაფილოს პიურე, ზევითდან გამდნარი კარაქი გადაავლეთ.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ხორცი 100 გ, თეთრი პური 18 გ, ორცხობილა 2 გ, რძე 50 გ, კარაქი 15 გ, სტაფილო 150 გ, ფქვილი 3 გ, რძის ფაფა 50 გ, კვერცხი 10 გ, მარილი 4 გ, შაქარი 2 გ, შვეიცარული ყველი 5 გ.

ხვეულა მაკარონის ჩასართავით

დაჭრილი ძროხის ხორცი ორჯერ გაატარეთ ხორცის საკებ მანქანაში, შემდეგ დაკეპილს მიუმატეთ რძეში ან ცივ წყალში დაღობილი თეთრი პური, აგრეთვე მარილი და შავი პილპილი, აურიეთ ერთმანეთში და მესამედ გაატარეთ ხორცის საკებ მანქანაში.

შემდეგ დაკეპილი რძით ან ცივი წყლით დაასველეთ და დაზილეთ ისე, რომ ზვეულას დაკეპილი კატლეტის დაკეპილთან შედარებით მაგარი გამოვიდეს. შემდეგ სველ ტილოზე, ორი სანტიმეტრის სისქეზე, ორმოცდაათი და ოცი სანტიმეტრის სიგრძე-სიგანით გაშალეთ დაკეპილი, რაზედაც შუაში სიგრძეზე დააწყეთ მოხარშული მაკარონი, ტილოთი გადაკვეთთ სიგრძით ისე, რომ დაკეპილის პირები ერთმანეთს მჭიდროდ შეუერთდეს, ტილოდან გადმოაგორეთ მანგანზე, ზევითდან წაუსვით კვერცხი და მოაყარეთ ორცხობილა, შედგით ჰაერლუმელში: როდესაც შეიწვება, დაქვრივთ ულუფებად და გაისტუმრეთ წიწიბურას ფხვნიერი ფაფით, ზვეულას გადაავლეთ წითელი საწებელი და გამდნარი კარაქი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ხორცი 150 გ, პური 21 გ, კვერცხი $1/3$, მაკარონი 20 გ, ორცხობილა 10 გ, კარაქი 20 გ, წიწიბურას ფაფა 150 გ, წითელი საწებელი 75 გ, მარილი 5 გ, პილპილი 0,1 გ.

დაამაღლი ხორცის ხვეულა პოლონურად

დაკეპილი ხორცის ზვეულა პოლონურად იმავე წესით მოამზადეთ, როგორც მაკარონის ჩასართავით, ხოლო მაკარონის ნაცვლად ჩაურთეთ ათქვეფილი ერბოკვერცხი. ზემოდან წაუსვით კვერცხი, მოაყარეთ დაფხვნილი ყველი და ორცხობილა, შედგით

ჰაერლუმელში შესაწვავად; როდესაც მზად იქნება. დაქვრივ და გაეცით ულუფაზე ორი ნაჭერი, კარტოფილის პიურეს გარნირით, ზევიდან გადაავლეთ წითელი საწებელი და კარაქი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ხორცი 150 გ, კარტოფილის პიურე 150 გ, წითელი საწებელი 50 გ, კარაქი 10 გ, კვერცხი 20 გ, ორცხობილა 5 გ, შვეიცარული ყველი 5 გ.

ძროხის ხორცის ბაზბალი ბრინჯით

ტეფტელის მოსამზადებლად ზემოთ აღნიშნული წესით შეზავებული ძროხის ხორცის დაკეპილს მიუმატეთ დაკეპილი მწვანე ხახვი, კამა და კარგად დაზილეთ. ამის შემდეგ მოამზადეთ ერთ ულუფაზე 4 ცალი მრგვალი ფორმის დაკეპილი. ამოავლეთ ფქვილში და შეწვით ტაფაზე ცხიმში; როდესაც შეწითლდება, შეწვის დასამთავრებლად შედგით ჰაერლუმელში.

ამავე დროს ქვაბში ჩაასხით ორი წილი ტომატის საწებელი და ერთი წილი წითელი საწებელი, ჩაუმატეთ დაკეპილი მოშუშული თავიანი ხახვი და საწებელი „იუენი“, დააწურეთ ლიმონის წვენი, მოურიეთ კარგად და წამოადუღეთ; როდესაც მზად იქნება, ტეფტელი ჩაალაგეთ ულუფის ღრმა ქურქელში, გარნირად მიეცით ტომატით შეზავებული მოხარშული ბრინჯი და ზევიდან გადაავლეთ ხახვის საწებელი, მოაყარეთ დაკეპილი ახალი კამა.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ძროხის ხორცი 100 გ, ცხიმი 20 გ, ბრინჯი 50 გ, ტომატი 15 გ, თავიანი ხახვი 20 გ, საწებელი „იუენი“ 5 გ, მწვანე ხახვი 10 გ, კამა 5 გ, ტომატის საწებელი 60 გ, წითელი საწებელი 30 გ, თეთრი პური 18 გ, წყალი 22 გ, 72 პროცენტის ფქვილი 12 გ, მარილი 5 გ, შავი პილპილი 0,1 გ, ლიმონის წვენი 5 გ.

ცხვრის ხორცის ბაზბალი გარნირით

ცხვრის ხორცის ტეფტელი იმავე წესით მოამზადეთ, როგორც ძროხის ხორცის ტეფტელი, ხოლო თითო ულუფას დაუმატეთ უმი კვერცხი, თითოეული ამოავლეთ ფქვილში და შეწვით ცხიმში. გარნირად მიეცით მოხარშული და შეზავებული ცერცვი ან მოხარშული და შემდეგ შემწვარი კარტოფილი. ზევიდან გადაავლეთ ხახვის საწებელი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: კვერცხი 10 გ, ცერცვი 75 გ ან კარტოფილი 75 გ, ფქვილი 12 გ, ცხიმი 20 გ.

დაკეპილი ზრახის მოსამზადებლად აიღეთ ზემოაღნიშნული წესით მომზადებული ძროხის ხორცის დაკეპილი, რისთვისაც ერთ ულუფაზე ორ ცალს ჩაურთეთ მოხარშული დაკეპილი კვერცხით, თეთრი პურის ორცხოვნილი და დაკეპილი ახალი კამით შეზავებული, მარილით და შავი პილპილით შენელებული მოშუშული თავიანი ხახვი. პირებშეერთებული თავი და ბოლო, ერთი ფორმით გამოყვანილი, ამოავლეთ თეთრი პურის წმინდად დაფქულ ორცხოვნილაში და შეწვით ძროხის ცხიმში. როცა ორივე მხარე დაუწითლდება, შეწვის დასამთავრებლად შედგით პაერლუმელში; როდესაც მზად იქნება, დააწყეთ ლანგარზე, გარნირად მიეცით მოხარშული ფშენოს ფაფა ან კარტოფილის პიურე. ზრახზე ზევიდან გადაავლეთ წითელი საწებელი და გამდნარი კარაქი. გაუშვით ცხლად.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ხორცი 100 გ, პური 18 გ, წყალი 22 გ, თავიანი ხახვი 30 გ, კვერცხი 10 გ, ორცხოვნილა 15 გ, კამა 5 გ, კარაქი 18 გ, მზა წითელი საწებელი 50 გ, მარილი 5 გ, შავი პილპილი 0,1 გ, ფეტვის ბურღული 50 გ.

ძროხის ენა კარტოფილის პიურით

კარგად მოხარშულ ძროხის ენას კანი მოაცილეთ, დაჭერით შესაფერისი ფორმით — ულუფაზე ერთნაირი ზომის სამი ნაჭერი, გაათბეთ თავის ნახარშ წყალში, გაცემის დროს დააწყეთ ლანგარზე, გარნირად მიეცით რძით შეზავებული კარტოფილის პიურე. მხოლოდ ხორცს გადაავლეთ საწებელი, კარტოფილს კი — გამდნარი კარაქი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ძროხის ენა 150 გ, კარაქი 10 გ, პიურე 150 გ, ტომატის საწებელი 100 გ, მარილი 5 გ.

ცხვრის ან ხმოს ხორცის რაგუ

რაგუსათვის დაჭერით ცხვრის ან ხმოს მკერდის და ბეჭის ნაწილი, ულუფაზე სამი ნაჭერი. მოაყარეთ მარილი და დაზილეთ, შეწვით ცხიმში; როდესაც ხორცი საკმარისად შეწითლდება, ჩაალაგეთ დაბალ სქელძირიან ქვაბში, ჩაუმატეთ გათლილი კარტოფილი და

ნახევრად შემწვარი, ნივრისებურად დაჭრილი ხახვი და სტაფილო, აგრეთვე კამა-ოხრახუშის კონა, დაასხით ნახევარი წითელი და ნახევარი ტომატის თხელი საწებელი იმდენი, რომ რაგუს შემადგენლობა დაფაროს, შემდეგ ადუღეთ.

გადმოდგმის წინ რაგუს ჩაუმატეთ მოხარშული მწვანე ლობიო და კანისა და თესლისაგან გასუფთავებული პამიდორი; მოაყარეთ დაკეპილი მოშუშული ნიორი და მწვანე წიწკა. გაეცით ულუფის ღრმა ჭურჭლით, ზევიდან კი მოაყარეთ დაკეპილი კამა ან ოხრა-ხუში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ხორცი 200 გ, ქონი 15 გ, კარტოფილი 100 გ, სტაფილო 40 გ, მწვანელი 20 გ, ხახვი 40 გ, ტომატი 20 გ, ფქვილი 30 გ, პილპილი 0.1 გ, მწვანე ლობიო ან მწვანე ლობიო 15 გ (შეიძლება ვიხმაროთ დაკონსერვებულიც, იმავე ნორმით).

ბატანის ხორცის ბუღაშა

ბუღაშისათვის აიღეთ ბატანის ხორცი, დაჭერით ულუფაზე ექვს ნაჭერი, მოაყარეთ მარილი და დაზილეთ. ამის შემდეგ ჩაუშვიტ დაბალ ფართო სქელძირიან ქვაბში, დაასხით ცხიმი და დაახურეთ სახურავი. სითხის შემშრებისას მას დააყარეთ დაკემსილი თავიანი ხახვი, მოურიეთ და 10 წუთის შემდეგ, ბუღში მოყვანის გასაგრძელებლად, ჩაუმატეთ ბულიონი, ტყემალი (მთელ-მთელი), დაკეპილი ახალი მწვანელი — ქინძი, პიტნა, ტარხუნა, ოხრახუში, ნიორი და მწვანე წიწკა. შეანელეთ მარილით და დაფქული ყვითელი კოჭათი; გაცემისას ზევიდან მოაყარეთ დაკეპილი კამა ან ოხრახუში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ბატანის ხორცი 200 გ, ხახვი 100 გ, ნიორი 5 გ, ტყემალი 30 გ, ყოველგვარი მწვანელი 15 გ, ყვითელი კოჭა 1 გ, მარილი 5 გ, წიწკა გემოზე.

ცხვრის ხორცის ყაურმა

ყაურმა შეიძლება მოამზადოთ როგორც ცხვრის, ისე ბატანის ხორცის მკერდის ნაწილისა და რბილი ნაჭრებისაგან. იგი ისე დაჭერით, რომ ულუფაზე რვა ნაჭერი მოდიოდეს. მოაყარეთ მარილი და შავი პილპილი, ამის შემდეგ ოდნავ დაზილეთ და შეწვით ტაფაზე; როდესაც შეწითლდება, თავისი ცხიმით ჩაუშვიტ განიერ სქელძირიან ქვაბში, დააყარეთ დაკემსილი თავიანი ხახვი და დაასხით მცირე რაოდენობის წყალი; როდესაც წყალს შეიშრობს და

ხრაცვა დაიწყება, მცირე რაოდენობის წვენი გაუკეთდება და შე-
აზავეთ ის მწვანილით (ქინძი, კამა, ოხრახუში, პიტნა, ზაფრანა) და
მშრალი ტყემლით (კერკით). აგრეთვე ყვითელი კოჭათი; გაუშვით
ულუფის ღრმა ჭურჭლით. ზევიდან მოაყარეთ დაკეპილი კამა ან
ოხრახუში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ცხვრის ხორცი 200 გ, ცხიმი
10 გ, ხახვი 100 გ, ყვითელი კოჭა 1 გ, მწვანილეული 10 გ, მშრა-
ლი ტყემალი 20 გ.

*

ჯივრის ჯაშრმა

ცხვრის ან ღორის ჯიგარი დაჭერით (თითო ნაჭერი 15 გრამამ-
დე), მოაყარეთ მარილი და დაფქული შავი პილპილი. აურიეთ ერთ-
მანეთში და მოხრაცეთ კარაქში; როდესაც ხორცი შეწითლდება,
ქვაბში მოათავსეთ, დააყარეთ დაკემსილი თავიანი ხახვი. დაახურეთ
სახურავი, რომ თავისივე ორთქლში იშუშოს. 5 წუთის შემდეგ და-
ასხით მცირეოდენი ხორცის ნახარში წვენი; როდესაც ხახვი დარ-
ბილდება, ჩაუმატეთ კანისა და თესლისაგან გასუფთავებული დაჭ-
რილი პამიდორი, შეკაშმეთ ქინძით, კამა-ოხრახუშით და ტარხუ-
ნით, შეანელებთ მარილით, დაუმატეთ მცირე რაოდენობის ხახვით
შესქელებული წვენი. გაუშვით ულუფის ღრმა ჭურჭლით, ზევიდან
მოაყარეთ დაკეპილი კამა ან ოხრახუში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ცხვრის ან ბატყის ჯიგარი
150 გ, ხახვი 100 გ, ცხიმი 20 გ, პამიდორი 50 გ ან ტომატი 20 გ,
მწვანილეული 10 გ, მარილი 4 გ, შავი პილპილი 0.1 გ.

ხბოს ღვიძლი არაჟნის საწავლით

ხბოს ღვიძლი ბრტყელ-ბრტყელ ნაჭრებად დაჭერით, მოაყარეთ
მარილი და შავი პილპილი. შემდეგ ამოავლეთ თეთრი პურის
ფქვილში და შეწვით კარაქში; როდესაც შეწითლდება და მზად იქ-
ნება, ჩააწყეთ ულუფის ღრმა ჭურჭელში, გაცემის დროს გარნი-
რად მიეცით შემწვარი კარტოფილი, ზევიდან გადაავლეთ არაჟნის
საწებელი. კარტოფილს მოაყარეთ დაკეპილი კამა.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ხბოს ღვიძლი 150 გ, კარაქი
10 გ, არაჟანი 50 გ, ხორბლის თეთრი ფქვილი 15 გ, კარტოფილი
200 გ, ცხიმი 10 გ, მარილი 5 გ, შავი პილპილი 0,1 გ.

გატყნის ჯიგარი გარეცხეთ და დაჭერით 10 გრამიან ნაჭრებად, მოაყარეთ მარილი და დაფქული შავი პილპილი, ჩაუშვით სპილენძის ტაფაში და მოხრაკეთ; როდესაც ხორცი შეწითლდება, ჩაუმატეთ დაკემსილი ხახვი, დაახურეთ სახურავი და მოშუშეთ. 10 წუთის შემდეგ დაასხით ცოტაოდენი ხორცის ნახარში ან წყალი. ხახვი რომ დარბილდება, ჩაუმატეთ დაკეპილი ქინძი, პიტნა, კამა, ოხრახუში და ტარხუნა. კარგად აურიეთ, გაუკეთეთ ცოტა წვენი და შეკაზმეთ დაფქული ყვითელი კოჭათი.

ამრიგად შეზავებული ჯიგარი მოათავსეთ ტაფაზე, ზევიდან გადაავლეთ გათქვეფილი კვერცხი, გამდნარი კარაქი და შედგით პაერლუმელში; მზადყოფნისას გაუშვით იმავე ტაფით, ცხელ მდგომარეობაში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: გატყნის ჯიგარი 150 გ, ხახვი 75 გ, მწვანლეული 10 გ, კარაქი 20 გ, კვერცხი 50 გ, არაყანი 30 გ, ყვითელი კოჭა 0,1 გ, მარილი 5 გ, პილპილი 0,1 გ.

ფლავი ჟაურით

დაჭერით ცხერის ხორცი, მოაყარეთ მარილი და შავი პილპილი, დაზილეთ და შეწვით ტაფაზე; როდესაც კარგად დაწითლდება, ჩაუშვით თავისი ცხიმით სქელძირიან დაბალ ქვაბში, დააყარეთ დაკემსილი ხახვი და მოურიეთ. დაუმატეთ მცირე რაოდენობის წყალი, დაახურეთ სახურავი და ბუღში მოიყვანეთ.

შემდეგ ბრინჯს გადააწურეთ ნალბობი წყალი და მოსახარშად ჩაუშვით მარილით შეზავებულ მდულარე წყალში. 10-15 წუთის ხარშვის შემდეგ გაწურეთ და გაშალეთ მაგიდაზე; როდესაც გაშრება, ჩაყარეთ ქვაბში და თანდათანობით ზევიდან გამდნარი კარაქი ან ერბო მოასხით, დაახურეთ სახურავი და ბუღში მოიყვანეთ. მანამდე ყაურმა შეაზავეთ დაკეპილი ქინძით, კამა-ოხრახუშით, ალუჩით, ზაფრანის წვენიც ისე, რომ ყაურმას მცირე რაოდენობის წვენი გაუკეთდეს.

გაუშვით ულუფის ღრმა ქურჭლით ცალკე ფლავი და ცალკე ყაურმა. ფლავზე თავისივე სიმსუქნე გადაავლეთ.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ცხერის ხორცი 150 გ, ბრინჯი 100 გ, ერბო ან კარაქი 20 გ, ხახვი 60 გ, ალუჩა 30 გ, მწვანლეული 10 გ, ზაფრანა 1 გ, მარილი 10 გ, შავი პილპილი 0,1 გ.

ფლავი მოწუშული ცხვირის სორცით

ფლავი ისევე მზადდება, როგორც ყაურმის ღროს. ცხვირის ხორცი ნაჭრებად დაჭერით ისე, რომ ულუფაზე ორი ნაჭერი მოდიოდეს. მოაყარეთ მარილი და შავი პილპილი, შეწვით კარაქში, პერე ჩაუშვით ქვაბში, დააყარეთ დაკეპილი ხახვი და ბულში გამოიყვანეთ; როდესაც ხორცი დარბილდება და მზად იქნება, ულუფის ღრმა ქურჭელში ჩააწყეთ ორი ნაჭერი ხორცი, ზევიდან დაადეთ ფლავი, შეგიძლიათ ფლავთან დადოთ გამომცხვარი კვერცხის ორი თხელი ნაჭერი, ზევიდან მოასხით გამდნარი კარაქი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ცხვირის ხორცი 150 გ, ერბო 20 გ, კაოაქი 20 გ, ხახვი 25 გ, ბრინჯი 75 გ, მარილი 10 გ, პილპილი 0,1 გ, კვერცხი 20 გ.

ღორის სორცის პაურმა

ღორის ხორცის ყაურმის მოსამზადებლად ხორცი თანაბარ ნაწილებად დაჭერით, მოაყარეთ მარილი და შავი პილპილი, შემდეგ დაზილეთ და თავის სიმსუქნეში შეწვით; როდესაც საკმარისად დაწითლდება, თავისივე ცხიმით ჩაუშვით ქვაბში, დააყარეთ დაკეპილი ხახვი, მოურიეთ, დაახურეთ სახურავი და მოშუშეთ; როდესაც ხორცი საკმარისად დარბილდება და ხახვი წითლად მოიშუშება, ჩაუმატეთ ტომატი და შუშვა გააგრძელეთ. შემდეგ დაასხით იმდენი წვენი, რომ ხორცს ჰფარავდეს, შეაზამეთ დაკეპილი ქინძით, კამა-ობრახუშით, ყვითელი კოჭათი, ღვინის ძმრით და გაუშვით ულუფის ღრმა ქურჭლით, ზევიდან მოაყარეთ დაკეპილი კამა ან ობრახუში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ღორის ხორცი 200 გ, ხახვი 100 გ, ძმარი 5 გ, ტომატი 15 გ, მწვანელილეული 10 გ, მარილი 5 გ, შავი პილპილი 0,1 გ.

შაშვპარი ღორის სორცი კომბოსტოთი შაზაშაშული

თავიანი ხახვი, სტაფილო და თეთრი ძირები ასანთის მსგავსად დაჭერით, ჩაუშვით სქელძირიან დაბალ ქვაბში. დაასხით ღორის ქონი და შუშეთ. 10 წუთის შემდეგ ჩაუმატეთ ტომატი, მოურიეთ და კიდევ შუშეთ. შემდეგ ჩაუმატეთ დაკეპილი, მარილმოყრილი, დაზეილი და ხელით გაწურული ახალი კომბოსტო ან გარეცხილი მყავე კომბოსტო, მოურიეთ და კვლავ შუშეთ, 10 წუთის შემდეგ დაასხით ხორცის ნახარში; როდესაც კომბოსტო საკმარისად დარბილდება, შეანელეთ პილპილით და შეაზავეთ ღვინის ძმრით და დაფხენილი შაქრით; ამავე ღროს კომბოსტოში ჩაუშვით თითო ნა-

ქერი 25 გ ოდენობის შემწვარი ღორის ხორცი და დაჭრილი ძეხვი ან სოსისი, კარგად მოურიეთ და კვლავ გამოიყვანეთ ბულში. როდესაც მზად იქნება, გაუშვით ულუფის ღრმა ჭურჭლით, ზევიდან მოაყარეთ კამა და ოხრახუში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ღორის ხორცი 173 გ, ძეხვი 10 გ, კომბოსტო 200 გ, სტაფილო 10 გ, ხახვი 15 გ, თეთრი ძირები 5 გ, ღორის ქონი 10 გ, მწვანელი 5 გ, მარილი 5 გ, შაქარი 3 გ, პილპილი 0,1 გ, ტომატი 15 გ, ძმარი 5 გ.

თირკმელავი არაჟნის საწაბლით

ხბოს ან ძროხის თირკმელები სამკუთხედ ნაჭრებად დაჭერით, გათუთქეთ მდულარე წყალში, შემდეგ გადაწურეთ, გარეცხეთ და ცხიმში მოშუშეთ. ჩაუმატეთ ცხიმში მოშუშული დაკეპილი ხახვი, არაჟნის და ტომატის საწებლები და საწებელი „იუენი“. შეანელოთ მარილით და პილპილით; როდესაც მზად იქნება, გაუშვით ულუფის ღრმა ჭურჭლით. გარნირად მიეცით მოხარშული კარტოფილი, ზევიდან მოაყარეთ დაკეპილი კამა ან ოხრახუში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: თირკმელები 150 გ, ცხიმი 20 გ, ხახვი 20 გ, არაჟნის საწებელი 60 გ, ტომატის საწებელი 30 გ, საწებელი „იუენი“ 10 გ, მარილი 3 გ, კარტოფილი 65 გ, პილპილი 0,1 გ, მწვანელი 5 გ.

ძროხის თირკმელავი ხახვით

ძროხის თირკმელებს რბილი ნაწილები ჩამოაჭერით, დაჭერით თხელ სამკუთხედ ნაჭრებად, გათუთქეთ მდულარე წყალში. შემდეგ გარეცხეთ და ცხიმში მოხრაკეთ. დაუმატეთ მოშუშული დაკეპილი ხახვი და 5 წუთის შემდეგ ტომატი, რის შემდეგაც კვლავ შუშეთ, გახსენით წითელი საწებლით, შეაზავეთ ღვინის ძმრით და საწებელი „იუენით“, შეანელოთ მარილით და შავი პილპილით; როდესაც მზად იქნება, გაუშვით ულუფის ღრმა ჭურჭლით, ზევიდან მოაყარეთ დაკეპილი კამა ან ოხრახუში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ძროხის თირკმელები 200 გ, ხახვი 100 გ, ცხიმი 20 გ, საწებელი „იუენი“ 10 გ, ტომატი 15 გ, ძმარი 5 გ, წითელი საწებელი 100 გ, მარილი 5 გ, შავი პილპილი 0,1 გ, კამა ან ოხრახუში 5 გ.

ხზოს თირკმელაზი ღვინო მადერათი

ხზოს თირკმელები დაჭერით თხელ სამკუთხედ ნაჭრებად, გათუთქეთ მდულარე წყალში. გარეცხეთ და ცხიმში მოშუშეთ: როდესაც ხრაკვას დაიწყებს, დაასხით წითელი საწებელი, ღვინო მადერა და შეანელეთ. როცა მზად იქნება, გაისტუმრეთ ულუფის ღრმა ჭურჭლით და გარნირად მიეცით მთელ-მთელი მრგვლად მონარშული კარტოფილი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ხზოს თირკმელები 150 გ. წითელი საწებელი 100 გ. ცხიმი 15 გ. ღვინო მადერა 10 გ. მარილი 4 გ.

ძროხის თირკმელაზი რუსულად

ძროხის თირკმელებს გარეთა რბილი ნაწილი მოაჭერით ისე, რომ შიგნითა ყვითელი ნაწილი მოშორდეს. დაჭერით თხელ სამკუთხედ ნაჭრებად. თითო ნაჭერი დაახლოებით ორი სანტიმეტრის სიგრძე-სიგანისა, შემდეგ ერთხელ წამოადუღეთ წყალში. გადაწურეთ და გარეცხეთ, ამის შემდეგ ცხიმში მოხრაკეთ, დაასხით წითელი და ტომატის საწებელი, ჩაუმატეთ მოშუშული დაკემსილი. ზაფხ. გაფცქენილი და გულამოჭრილი მყავე კიტრი. კაპარი, მონარშული სტაფილო და საწებელი „იუენი“. შეანელეთ მარილით და შავი პილპილით; როდესაც მზად იქნება, გაეცით ულუფის ღრმა ჭურჭლით. ზევიდან დაუმატეთ ნივრისებურად დაჭრილი შეწვარი კარტოფილი და მოაყარეთ დაკეპილი კამა ან ოხრახუში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ძროხის თირკმელები 150 გ. ცხიმი 20 გ. აღნიშნული საწებლები 75 გ. მყავე კიტრი 15 გ. კაპარი 5 გ. ხახვი 15 გ. კარტოფილი 50 გ. საწებელი „იუენი“ 10 გ. მარილი 4 გ. შავი პილპილი 0,1 გ. მწვანელი 5 გ.

ცხვრის ან ხზოს თირკმელაზი ლიმონის საწებლით

ცხვრის თირკმელები (თავისივე ქონით) სამად დაჭერით, მოაყარეთ მარილი და შავი პილპილი, ამოავლეთ ფქვილში და ცხიმში შეწვით (ულუფაზე დასაშვებია 9-10 ნაჭერი); როდესაც მზად იქნება, ჩააწყეთ ულუფის ღრმა ჭურჭელში, დაასხით ლიმონის წვენი და დაკეპილი კამა-ოხრახუშით შეზავებული თბილი კარაქი. გაუშვით ცხელ მდგომარეობაში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ცხვრის ან ხზოს თირკმელები 150 გ. ცხიმი 20 გ. ლიმონი 20 გ. კამა და ოხრახუში 10 გ. მარილი 4 გ. შავი პილპილი 0,1 გ. ხორბლის თეთარი ფქვილი 5 გ.

შილაფლაჰის მოსამზადებლად აიღეთ ცხვრის ხორცის მკერდის ნაწილი, ულუფაზე ოთხი ნაჭერი. გათუთქეთ, გადაწურეთ და გარეცხეთ ცივ წყალში. შემდეგ ის ჩაუშვით ქვაბში, დაასხით ცივი წყალი და ცეცხლზე დადგით: როდესაც აღუღდება, ჩაუმატეთ გარჩეული და ოთხად გაჭრილი თავიანი ხახვი, დაფნის ფოთოლი და შეანელეთ მარილით; როდესაც ხორცი ნახევრად მოიხარშება, ამოიღეთ დაფნის ფოთოლი და ჩაუმატეთ დამბალი ბრინჯი.

ხარშვა გააგრძელეთ მანამდის, ვიდრე ფლავი ოდნავ არ შესქელდება. ამის შემდეგ შეანელეთ დაფქული შავი პილპილით და კვლიავით; როდესაც მზად იქნება, გაუშვით ულუფის ღრმა ქურჭლით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ცხვრის ხორცი 150 გ, ბრინჯი 60 გ, მარილი 5 გ, შავი პილპილი 0,1 გ, კვლიავი 0,2 გ, წყალი 400 გ, ხახვი 10 გ, დაფნის ფოთოლი 0,05 გ.

ფლაჰი ჭომაბით და მოუშუშლი ცხვრის ხორცით

წვრილად დაკეპილი ხახვი ცხიმში მოშუშეთ, 10 წუთის შემდეგ ჩაუმატეთ ტომატი და კვლავ განაგრძეთ შუშვა, შემდეგ დაასხით ხორცის ნახარში იმ რაოდენობით, რომ მასში ჩაშვებულ ბრინჯს ოთხი სანტიმეტრით ფარავდეს; ერთდროულად ბრინჯში ჩაუმატეთ მარილი, დაფქული შავი პილპილი და ცხიმი. დაახურეთ სახურავი და ხარშეთ ნელ ცეცხლზე; ამავე დროს განსაზღვრული წონის ერთ ულუფაზე ორი ნაჭერი ცხვრის ხორცი დაჭერით. მოაყარეთ მარილი და ცხიმში შეწვით; როდესაც კარგად დაწითლდება, ჩაუმატეთ დაკეპილი ხახვი და კიდევ შუშეთ, ვიდრე დარბილდება და მზად იქნება. გაუშვით ცხელ მდგომარეობაში. გარნირად მიეცით ტომატიანი ფანტია ფლავი, გვერდზე მოასხით ცხვრის ნაწვავი წვენი და ზევიდან გადაავლეთ გამდნარი კარაქი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ცხვრის ხორცი 150 გ, ბრინჯი 80 გ, კარაქი 5 გ, ცხიმი 10 გ, ტომატი 15 გ, ხახვი 50 გ, მარილი 5 გ, პილპილი 0,1 გ.

დაკონსერვებული ცხვრის ხორცი ბრინჯით

დაკონსერვებული ცხვრის ხორცი დაჭერით ერთი ზომის ნაჭრებად, ჩააწყეთ დაბალ ფართო ქვაბში, დაასხით თავისი წვენი და სიმსუქნე, დაახურეთ სახურავი და გაათბეთ. ამავე დროს ცხიმში მოშუშეთ ტომატი, ხუთი წუთის შემდეგ მასში ჩაუმატეთ მარილწყალში მოხარშული ბრინჯი და კარგად მოურიეთ; როდესაც გათ-

ბება და მზად იქნება, ლანგარზე დააწყეთ პირველად თბილი ცხერის ხორცი, შემდეგ გვერდით შემოუწყეთ ტომატში შეზავებული ბრინჯი და ზევიდან მოაყარეთ დაფხვნილი შვეიცარული ყველი; ხორცზე მოასხით თავისივე ცხელი წვენი და გაუშვით ცხელ მდგომარეობაში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: დაკონსერვებული ცხერის ხორცი 100 გ, ბრინჯი 75 გ, ტომატი 15 გ, ცხიმი 10 გ, ყველი 5 გ, მარილი 5 გ.

დაკონსერვებული ცხერის ხორცი თეთრი ლობიოთი

ზემოთ აღნიშნული წესით შეამზადეთ დაკონსერვებული ცხერის ხორცი. ამასთან კარაქში მოშუშეთ დაკეპილი ხახვი და ნიორი, ხუთი წუთის შემდეგ ჩაუმატეთ ტომატი და კიდევ შუშეთ. შემდეგ მასში ჩაუშვით საკმარისად მოხარშული თეთრი ლობიო და კარგად მოურიეთ, შეანელეთ მარილით და შავი პილპილით; როდესაც მზად იქნება, ლანგარზე დააწყეთ დაკონსერვებული ცხერის ხორცი, გვერდზე შემოუწყეთ ტომატით შეზავებული თეთრი ლობიო, ხორცს გადაავლეთ თავისივე ცხელი წვენი და ცხიმი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: დაკონსერვებული ცხერის ხორცი 100 გ, ცხიმი 10 გ, ხახვი 15 გ, ნიორი 3 გ, ტომატი 15 გ, ლობიო 60 გ, მარილი 4 გ, შავი პილპილი 0,1 გ.

დაკონსერვებული ღორის ხორცი კარტოფილის პიურით

დაკონსერვებული ღორის ხორცი დაჭერით ერთი ზომის ნაჭრებად, ჩააწყეთ დაბალ ფართო ქვაბში, დაასხით თავისი წვენი, დაახურეთ სახურავი და გაათბეთ. ამავე დროს გაფცქვნილი კარტოფილი მოხარშეთ და გადაწურეთ, გაატარეთ საცერში და მოათავსეთ ქვაბში, ზომიერ სისქემდე შეაზავეთ ცხელი რძით, ცხიმით, შაქრის ფხვნილით და მარილით; როდესაც მზად იქნება, მოთხოვნისას ლანგარზე დააწყეთ ხორცი და გარნირად მიეცით კარტოფილის პიურე, ხორცზე გადაავლეთ თავისივე თბილი წვენი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ხორცი 100 გ, ცხიმი 5 გ, რძე 40 გ, კარტოფილი 125 გ, შაქარი 1 გ, მარილი 5 გ.

ცხერის ან ხბოს ხორცი ხახვიანი მარდისფარი პრაშენის საწებლით

ცხერის ან ხბოს მკერდის ან ბეჭის ნაწილი ნაჭრებად დაჭერით, ულუფაზე ორი-სამი ნაჭერი, მოაყარეთ მარილი და შეწვით ცხიმში ტაფაზე; როდესაც ხორცი საკმარისად დაწითლდება, ჩაალაგეთ

დაბალძირიან ფართო ქვაბში, დაუმატეთ ერთი ზომის მრგვლად შემწვარი კარტოფილი და კამა-ოხრახუშის კონა. ცხიმში მოშუშეთ დაკეპილი ხახვი, 10 წუთის შემდეგ ხახვს ჩაუმატეთ ხორბლის თეთრი ფქვილი და კვლავ გააგრძელეთ მოშუშვა, დაუმატეთ ტომატი და მოურიეთ, რის შემდეგ გახსენით ხორცის ახალი ნახარშით და არაყნით თხელ მდგომარეობამდე, შეანელეთ მარილითა და წითელი პილპილით. ამრიგად შეზავებული არაყნის საწებელი მთლიანად დაასხით ხორცის შემადგენლობას ისე, რომ დაფაროს. დაახურეთ სახურავი და ააღუღეთ; როდესაც მზად იქნება, გაუშვით. ულუფის ღრმა ჭურჭლით, ზევიდან მოაყარეთ დაკეპილი კამა ან ოხრა-ხუში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ცხვრის ან ხბოს ხორცი 175 გ, კარტოფილი 200 გ, ხახვი 40 გ, ტომატი 15 გ, ცხიმი 20 გ, ფქვილი 5 გ, არაყანი 30 გ, პილპილი 0,1 გ, მარილი 5 გ, მწვანელი '5 გ.

ძროხის ენა ხახვიანი ვარდისფერი არაყნის საწებლით

წინასწარი დამუშავების შემდეგ ძროხის ენა მოხარშეთ, შემდეგ გაფტქვენით კანისაგან, დაჭერით ბრტყელ ნაჭრებად ისე, რომ ერთ ულუფაზე სამი ნაჭერი მოდიოდეს, ჩააწყეთ დაბალ ფართო ქვაბში, მოაყარეთ მარილი და დააწურეთ ხორცის ნახარში, გაშვებამდე შეინახეთ თბილ მდგომარეობაში.

გაფტქვენით მოხარშული კარტოფილი, დაჭერით თხლად სამკუთხედის ფორმით, შეწვიოთ ცხიმში; როდესაც კარტოფილი საკმარისად დაწითლდება, მოაყარეთ მარილი და დაკეპილი ახალი კამა ან ოხრახუში, ერთდროულად მოამზადეთ არაყნის კომბინირებული საწებელი, რისთვისაც აიღეთ ორი წილი თეთრი არაყნის საწებელი, მიუმატეთ ტომატის საწებლის მესამედი და დაკეპილი მოშუშული ხახვი, მოურიეთ კარგად. პირველად თეფშზე დააწყეთ კარტოფილი, შემდეგ ენა და ზევიდან გადაავლეთ არაყნის საწებელი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ძროხის ენა 157 გ, კარტოფილი 200 გ, კარაქი 10 გ, არაყნის საწებელი 75 გ, ტომატის საწებელი 25 გ, ხახვი 30 გ, კამა ან ოხრახუში 5 გ, მარილი 5 გ.

შემწვარი ხბოს ხორცი რძის ფაფით გამოცხვარი

კარაქქასმულ ტაფაზე დაასხით კარგად მოხარშული ძარღვიანი რძის ფაფა, შემდეგ მასზე დააწყეთ შემწვარი ხბოს რბილი ხორცის ორი ბრტყელი ნაჭერი, ზევიდან კვლავ რძის ფაფით დაფარეთ,

მოაყარეთ დაფხვნილი შვეიცარული ან საბჭოთა ყველი და ზევიდან მოაწვეთეთ გამდნარი კარაქი, ამის შემდეგ შედგით პაერლუმელში გამოსაცხობად; როდესაც საკმარისად შეწითლდება და მზად იქნება, გაუშვით ცხლად, ბოსტნეულის სამნაირი გარნირით; ზევიდან გადაავლეთ გამდნარი კარაქი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ხბოს ხორცი 227 გ, კარტოფილი 125 გ, დაკონსერვებული მწვანე ცერცი 40 გ, სტაფილო 60 გ, კარაქი 20 გ, რძის ფაფა 125 გ, ყველი 6 გ, მარილი 5 გ, ოხრახუში 5 გ.

ძროხის ტვინი რძის ფაფით და სოკოთი გაუმომცხვარი

ძროხის ტვინი გაასუფთავეთ, შემდეგ ჩაუშვით დიდი ფართო ქვაბში, მოაყარეთ მარილი, ხახვი, სტაფილო და თეთრი ძირები, დაასხით წყალი და ხარშეთ თავდახურულ ქურქელში; როდესაც მოიხარშება, გააგრილეთ თავის ნახარშ წყალში, შემდეგ ამოიღეთ მოხარშული ტვინი და დაჭერით ერთი ზომის ნაჭრებად, ულუფაზე ორი ნაჭერი, ამოავლეთ ხორბლის თეთრ ფქვილში და შეწეით ცხიმში; როდესაც დაწითლდება, დაალაგეთ ტაფაზე და ზევიდან დააწყეთ თხლად დაჭრილი მოხარშული ქამა სოკო და გადაავლეთ ზომიერი სისქის რძის ფაფა, მოაყარეთ დაფხვნილი შვეიცარული ყველი, მოასხით გამდნარი კარაქი და შედგით პაერლუმელში გამოსაცხობად; როდესაც დაწითლდება და მზად იქნება, დააწყეთ ლანგარზე, გარშემო შემოუწყეთ ბოსტნეულის სამნაირი გარნირი, ზევიდან გადაავლეთ ხორცის წვენი, კარაქი და გაუშვით ცხელ მდგომარეობაში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ტვინი 155 გ, ძირძურები 10 გ, სოკო 30 გ, კარაქი 20 გ, ყველი 10 გ, კარტოფილი 125 გ, ლობიო 40 გ, ცერცი 40 გ, მწვანელი 5 გ, მარილი 5 გ.

შენიშვნა: ძროხის ტვინი რძის ფაფით შეიძლება დამზადდეს სოკოს გარეშეც.

მოხარშული ბატანის მკერდი ბრინჯით და თეთრი საწაბლით

ბატანის მკერდი მარილწყალში მოხარშეთ და ნაჭრებად დაჭერით. ულუფაზე ერთი ან ორი ნაჭერი, ჩაალაგეთ ქვაბში და თბილად შენახვის მიზნით თავისივე ნახარში დაასხით. გაშვების დროს გარნირად მიეცით ფანტია ფლავად მოხარშული ბრინჯი, ხოლო

მკერდს ზევიდან გადაავლეთ ხორცეულის კვერცხიანი თეთრი საწებელი; გაეცით ცხელ მდგომარეობაში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ბატენის მკერდი 150 გ, კარაქი 20 გ, ბრინჯი 60 გ, მარილი 10 გ, თეთრი ფქვილი 10 გ, კვერცხი 10 გ, ლიმონი 10 გ.

ორთქლში მოხარშული ხბოს მამრადი კარტოფილის პიურაში

ხბოს მთელ მკერდს მოაყარეთ მარილი და ჩაღეთ დაბალ ფართო ქვაბში, დაასხით გამდნარი კარაქი და თბილი რძე ან ხორცის ნახარში იმდენი, რომ ხორცი არ დაიფაროს. დაახურეთ სახურავი და მოხარშეთ ორთქლში; როდესაც მზად იქნება, მკერდი ამოიღეთ, დაჭერით ულუფებად და შეინახეთ თბილად.

ნახარშისაგან მოამზადეთ თეთრი საწებელი, რისთვისაც კარაქში მოშუშეთ ხორბლის თეთრი ფქვილი, გახსენით ორთქლის ნახარშით და შეანელეთ, გაწურეთ სუფთა ტილოს ხელსახოცში და მოათავსეთ სპეციალურ ქვაბში. გაცემისას ულუფის ღრმა ჭურჭელში ჩაღეთ დაჭრილი ხბოს მკერდი და გარნირად მიეცით კარტოფილის პიურე, ზევიდან გადაავლეთ ორთქლის თეთრი საწებელი, გაისტუმრეთ ცხელ მდგომარეობაში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ხბოს მკერდი 150 გ, კარაქი 20 გ, რძე 75 გ, ფქვილი 5 გ, მარილი 5 გ, კარტოფილი 150 გ.

ძროხის ფაშვეზი რუსულად

ძროხის მოხარშული ფაშვეზი მოგროძო წვრილ ნაჭრებად დაჭერით. დაჭრილი ფაშვეზის მთელი რაოდენობა ცხიმში მოშუშეთ, ჩაუმატეთ დაკემსილი მოშუშული ხახვი და ნიორი, ათი წუთის შემდეგ ტომატი და კიდევ შუშეთ. შემდეგ დაასხით ხორცის ნახარში იმდენი, რომ ფაშვეზს ოდნავ ფარავდეს. შეანელეთ მარილითა და შავი პილპილით; როდესაც მზად იქნება, გაისტუმრეთ ულუფის ტაფით. ზევიდან მოაყარეთ დაფხვნილი შვეიცარული ყველი. ფაშვეზი გაეცით ცხელ მდგომარეობაში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: გასუფთავებული ფაშვეზი 167 გ, ცხიმი 20 გ, ხახვი 25 გ, ნიორი 3 გ, ტომატი 15 გ, ყველი 5 გ, მარილი 4 გ, შავი პილპილი 0,1 გ.

შენიშვნა: ფაშვეზი მზადდება მეორენიარადაც; არაქანი დაამატეთ და ტაფაზე გამოაცხეთ, შემდეგ შვეიცარული ყველი მოაყარეთ.

ოკრთაქლი მოხარუთლი ცხერის თეთრი ზორცი ბრინჯითა და თეთრი სავაზლით

ცხერის თეთრ ზორცს მოხარშეამდე კანი მოაშორეთ, შემდეგ დაჭერით სიგრძით ბრტყლად ერთი სანტიმეტრის სისქეზე, მოაყარეთ მარილი და გაშლილი სახით ჩაალაგეთ კარაქქასმულ დაბალ ფართო ქვაბში, გადასხით გამდნარი კარაქი, ქათმის ან ზორცის ნახარში და ლიმონის წვენი, დაახურეთ სახურავი და ორთქლში ხარშეთ. მზადყოფნისას გაეციოთ ულუფის ჭურჭლით, გარნირად მიეციოთ ფანტია ფლავი. ზორცს ზევიდან გადაავლეთ კვერცხის გულით შეზავებული თეთრი საწებელი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: თეთრი ზორცი 250 გ, კარაქი 20 გ, ბრინჯი 50 გ, ფქვილი 30 პროცენტიანი 10 გ, ლიმონის წვენი 5 გ, მარილი 5 გ, კვერცხის გული 10 გ, არაყანი 20 გ.

ცხერის თეთრი ზორცი სოკოთი

ცხერის თეთრ ზორცს მოაშორეთ კანი, შემდეგ მოხარშეთ და დაჭერით ბრტყელ სამკუთხედ ნაჭრებად. ზორცს მოაყარეთ მარილი და შავი პილპილი, რის შემდეგ მოშუშეთ კარაქში.

ამავე დროს კარაქში მოშუშეთ წმინდად დაკეპილი ხახვი. ათი წუთის შემდეგ ხახვს ჩაუმატეთ ზორბლის თეთრი ფქვილი და შემდეგ ტომატი, მოურიეთ, რის შემდეგ გახსენით ზორცის ნახარშით; როდესაც ადუღდება, საწებელში ჩაუმატეთ დაკეპილი ქამა ან თეთრი სოკო, შეანელეთ მარილით და დაასხით ცხერის მოშუშულ თეთრ ზორცს, კარგად მოურიეთ. მზადყოფნისას გაეციოთ ულუფის ღრმა ჭურჭლით, შემოუწყეთ სამი ან ოთხი ცალი მოხარშული კარტოფილი, ზევიდან მოაყარეთ დაკეპილი ახალი კამა.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ცხერის თეთრი ზორცი 250 გ, კარაქი 20 გ, ხახვი 25 გ, სოკო 20 გ, ტომატი 15 გ, ფქვილი 3 გ, ქამა 5 გ, კარტოფილი 100 გ, მარილი 5 გ, შავი პილპილი 0,1 გ.

შეფხვარი კურდღელი არაჟნის სავაზლით

კურდღელი ასობეად დაანაწილეთ. ზორცში ჩადეთ ორი სანტიმეტრის სიგრძეზე და ნახევარი სანტიმეტრის სიგანეზე ოთხკუთხედი მოცულობით დაჭრილი მარილიანი ღორის ზურგის ქონი, მოაყარეთ მარილი და შეწით ტაფაზე ცხიმში; როდესაც კარგად დაწითლდება და მზად იქნება, დაჭერით ულუფებად, ჩააწყეთ იმავე ტაფაში და დაასხით არაჟნის საწებელი იმდენი, რომ დაფაროს. ორი-სამი წუთის დუღილის შემდეგ გაუშვიოთ ღრმა ჭურჭლით, ერთ

ულუფაზე განსაზღვრული წონის ორი ნაჭერი არაუხის საწებელ-
მოსხმული, ცალკე გაეცით მოხარშული და მეგრე კარაქში შემწვარი
კარტოფილი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: კურდღელი 190 გ, არაუანი
40 გ, ცხიმი 30 გ, ღორის ქონი 35 გ, მარილი 5 გ, კარტოფილი
200 გ, ახალი კამა 5 გ.

შემწვარი კურდღელი მთავე საწებლით და ხარხლით

წვრილი დანის წვერით კურდღლის რბილი ხორცი დაჩხვლი-
ტეთ და მასში ჩადეთ წვრილად დაჭრილი მარილიანი ღორის ზურ-
გის ქონი. მოაყარეთ მარილი, წაუსვით არაუანი და შეწვით ტაფა-
ზე ცხიმში; როდესაც კარგად დაწითლდება და მზად იქნება, ნაჭ-
რებად დაჭერით, ერთ ულუფაზე ორი ნაჭერი და ჩაალაგეთ ქვაბ-
ში. ნაწვევ ტაფაზე მოშუშეთ თეთრი ფქვილი და ხუთი წუთის შემ-
დეგ გახსენით ბულიონით, მიუმატეთ ღვინის ძმარი, წამოდულების
შემდეგ გაწურეთ და მოათავსეთ ქვაბში, ჩაუმატეთ დაკეპილი და
მოშუშული ხახვი და ნიორი და დაასხით შემწვარ კურდღელს ისე,
რომ დაფაროს; როდესაც მზად იქნება, გაეცით ულუფის ღრმა
ჭურჭლით, გარნირად მიეცით თხლად, სამკუთხედ ნაჭრებად დაჭ-
რილი ორთქლში მოხარშული ქარხალი, ზევიდან გადაასხით თავისი
საწებელი და მოაყარეთ დაკეპილი ოხრახუში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: კურდღელი 190 გ, ღორის
ქონი 20 გ, მარილი 5 გ, არაუანი 5 გ, ღვინის ძმარი 10 გ, ხახვი
15 გ, ნიორი 3 გ, პურის ფქვილი 5 გ, ოხრახუში 5 გ, ქარხალი
100 გ.

ნანადირების ხორცის ნატურალური კატლეტი გოსტინეულის გარნირებით

ნანადირების ხორციდან (შველი ან გარეული ღორი) კატლეტის
მოსამზადებლად გამოჭერით ერთ ულუფაზე 2 ნაჭერი ხორცი
თითო ძვლით, ჩამოაჭერით ზედმეტი ნაწილები და გამოიყვანეთ შე-
საფერისი ფორმის; დაბეგვით ნახევარი სანტიმეტრის სისქეზე, მო-
აყარეთ მარილი და შეწვით ტაფაზე ცხიმით; როდესაც მზად იქ-
ნება, დააწყეთ ლანგარზე, შემოუწვეთ ბოსტნეულის სამნაირი გარ-
ნირი, ზევიდან გადაავლეთ კატლეტის ნაწვევი წვენი და გამდნარი
კარაქი, გაათორმეთ მწვანილით და გაუშვით ცხელ მდგომარეობაში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ნანადირევის ხორცი 220 გ, ცხიმი 20 გ, კარაქი 10 გ, კარტოფილი 100 გ, მწვანე ლობიო 50 გ, სტაფილო 50 გ, ფქვილი 3 გ, შაქარი 2 გ, მარილი 5 გ, მწვანელი 5 გ.

ბატანის სათბილო შინაურულად

გამოჭერით ერთ ულუფაზე ერთი ნაჭერი ხორცი თავისი თირკმელით. მოაყარეთ მარილი და დაზილეთ, შემდეგ მოათავსეთ დაბალ სქელძირიან ქვაბში, დაასხით გამდნარი კარაქი, დაახურეთ სახურავი და შეწვით; როდესაც ირგვლივ დაწითლდება, ჩაუმატეთ მრგვლად გათლილი კარტოფილი, ხახვი, ნივრისებურად დაჭრილი სტაფილო და მოიყვანეთ ბულში. 10 წუთის შემდეგ ჩაუმატეთ მცირე რაოდენობის ბულიონი ან წყალი, მოურიეთ და კიდევ მოიყვანეთ ბულში; როდესაც კარტოფილი და ხახვი საკმარისად დარბილდება, ჩაუმატეთ მთელ-მთელი გაფცქვნილი პამიდორი და გაუკეთეთ მცირე რაოდენობის წვენი. გაეცით ღრმა ჭურჭლით, შემოუწყეთ გარნირი და სათბილოს ზევიდან გადაასხით თავისივე წვენი, მოაყარეთ კამა და გაუშვით ცხლად.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ბატანის სათბილო 290 გ, კარაქი 20 გ, კარტოფილი 125 გ, ხახვი 30 გ, სტაფილო 15 გ, პამიდორი 50 გ, კამა 5 გ, მარილი 5 გ.

ღორის მკარდი შემწვარი კარტოფილითა და თეთრი ლობიოთი

ღორის მკერდიდან გამოჭერით ერთი მთელი ნაჭერი, მოაყარეთ მარილი, დადეთ შესაწვავ ჭურჭელზე, წაუსვით არაყანი და შედგით ჰაერლუმელში, შეწვის დროს გადაავლეთ მცირე რაოდენობის წყალი და თავისი ცხიმი; როდესაც მზად იქნება, მის ნაწვავში გააკეთეთ წვენი. ერთ ულუფაზე გაეცით ორი ნაჭერი, გარნირად მიეცით შემწვარი კარტოფილი, ტომატით შეზავებული თეთრი ლობიო, გადაავლეთ თავისივე წვენი და გააფორმეთ ოხრახუშით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ღორის ხორცი 173 გ, არაყანი 5 გ, კარტოფილი 150 გ, თეთრი ლობიო 30 გ, ტომატი 10 გ, ხახვი 10 გ, მწვანელი 5 გ, მარილი 5 გ, კარაქი 10 გ, პილპილი 0,01 გ.

ცხვრის მსუქან სათბილოს ან ბარკალს ჩამოაქვრით ზედმეტი ნაწილები, მოაყარეთ მარილი, კარგად დაზილეთ და დააწყეთ ტაფაზე, გარშემო შემოუწყეთ ოთხად გაჭრილი მარილმოყრილი გათლილი კარტოფილი, ცხვრის ღუმით გავსილი ბადრიჯნები და აგრეთვე მთელ-მთელი პამიდორი, მოაყარეთ დაჭრილი წიწაჟა, დაკეპილი კამა და ოხრაბუში, ახალი ტყემალი და ზევიდან მოასხით ნიორწყალი და გამდნარი კარაქი, შესაწვავად შედგით ჰაერლუმელში; როდესაც სითხეს დაიშრობს, მცირე რაოდენობით დაუმატეთ ბულიონი, ხორცი და სხვა საკაზმი. საკმარისად რომ დარბილდება და შეწითლდება, გაუშვით ცხლად იმავე ჭურჭლით (ტაფით).

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ცხვრის ხორცი 199 გ, კარტოფილი 174 გ, ბადრიჯანი 100 გ, პამიდორი 100 გ, ტყემალი 20 გ, კარაქი 10 გ, ღუმა 20 გ, ნიორი 5 გ, მწვანელი 10 გ, მარილი 5 გ, წიწაჟა 1 გ.

ჩანახი

ჩანახისათვის შეარჩიეთ ბატკნის ან ცხვრის ხორცის ზურგის ან ბეჭინ ნაწილი, ულუფაზე ორი ნაჭერი. მოაყარეთ მარილი, პილი, მცირე რაოდენობით დაუმატეთ დაკემსილი ხახვი, კარტოფილზე დადეთ ხორცი და გვერდზე მოუწყეთ დაკეპილი ღუმით გავსებული ბადრიჯანი, ზევიდან მოასხით ტომატით, კამა-ოხრაბუშით, რეჰანით, დაკეპილი ნივრით, წიწაჟითა და მარილით შეზავებული ბულიონი და შესაწვავად შედგით ჰაერლუმელში; როდესაც ნახევრად მზად იქნება და სითხეს დაიშრობს, მიუმატეთ ერთი მთელი პამიდორი და კვლავ გააჩერეთ ჰაერლუმელში, სანამ პამიდორი არ შეიწვება; გაუშვით იმავე ჯამით ცხლად. გაცემის დროს ზევიდან მოაყარეთ დაკეპილი კამა და ოხრაბუში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ცხვრის ხორცი 200 გ, ცხვრის ღუმა 20 გ, კარტოფილი 170 გ, ბადრიჯანი 100 გ, პამიდორი 50 გ, მწვანელი 10 გ, ნიორი 5 გ, ხახვი 18 გ, მარილი 5 გ, წიწაჟა 1 გ.

ბატკნის ან ცხვრის ნატურალური კატლეტი ხახვიანი რძის საფხალით

ბატკნის ან ცხვრის ნატურალური კატლეტის მოსამზადებლად ზურგიდან გამოჭერით ულუფაზე ორი ნაჭერი ისე, რომ ნეკნის ძვალი გაყვეს. ზედმეტი ნაწილები ჩამოაქვრით და გამოიყვანეთ ერთ ძვალზე გაფორმებული. შემდეგ თითოეული ოდნავ გააბრ-

ტყელეთ საბეგვით და კიდევ შეასწორეთ. მოაყარეთ მარილი და შეწვით ტაფაზე კარაქში. კატლეტთან შეწვით სამად გაჭრილი ერთი ცალი ცხვრის თირკმელი; როდესაც კატლეთი დაწითლდება და მზად იქნება, დააწყეთ ლანგარზე, შემოუწყეთ ბოსტნეულის სამი სახის გარნირი, ზევიდან გადაავლეთ კატლეტის ნაწეავი წვენი და გამდნარი კარაქი, ცალკე მიეცით ხახვით მოშუშული და რძეში გახსნილი საწებელი. გაისტუმრეთ თბილ მდგომარეობაში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ცხვრის ხორცი 221 გ, თირკმელი 30 გ, კარაქი 20 გ, სამი სახის გარნირი 150 გ, მარილი 4 გ,

ხბოს ზორცის ნატურალური კატლები ძამა სოკოს საწვალით

ხბოს ზურგიდან გამოჭერით ულუფაზე ორი ცალი საკატლეთე, საბეგვით ოდნავ გააბრტყელეთ, ჩამოაჭერით ზედმეტი ნაწილები, მიუმატეთ ორი მრგვალი და თხელი ნაჭერი თირკმელი, მოაყარეთ მარილი და შეწვით ტაფაზე; როდესაც საკმარისად შეიწვება და ორივე მხრით დაწითლდება, კატლეტები დააწყეთ ლანგარზე, ზევიდან დაალაგეთ შემწვარი თირკმელები და შემოუწყეთ ბოსტნეულის სამი სახის გარნირი, გადაავლეთ კატლეტის ნაწეავზე მომზადებული წვენი და გამდნარი კარაქი, გააფორმეთ ოხრახუშით და გაუშვით თბილ მდგომარეობაში. ცალკე მიეცით ქამა სოკოთი შეზავებული წითელი საწებელი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ხბოს ზურგი 241 გ, კარაქი 20 გ, ბოსტნეულის სამი სახის მზა გარნირი 150 გ, ოხრახუში 5 გ, მარილი 5 გ, თირკმელი 20 გ.

ღორის ზორცის ნატურალური კატლები გარნირით

ღორის ზურგიდან ერთ ძვალზე გამოჭერით კატლეთი, გააბრტყელეთ და ზედმეტი ნაწილები ჩამოაჭერით, გამოიყვანეთ ულუფაზე შესაფერისი ფორმით ორი ცალი კატლეთი, მოაყარეთ მარილი, შეწვით ტაფაზე; როდესაც მზად იქნება, დააწყეთ ლანგარზე, შემოუწყეთ ბოსტნეულის სამი სახის გარნირი, ზევიდან გადაავლეთ ნაწეავზე მომზადებული წვენი და გამდნარი კარაქი, გააფორმეთ ცოცხალი ოხრახუშის ფოთლებით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ღორის ზურგი 173 გ, კარაქი 20 გ, სამი სახის გარნირი 150 გ, მწვანილი 5 გ, მარილი 5 გ.

ცხვრის ან ხბოს რბილი ხორცი ორჯერ გაატარეთ ხორცის საკეპ მანქანაში. გატარებული ხორცის მთელი რაოდენობა დაზილებულ ცივი წყლით, მიუმატეთ დაკეპილი მოშუშული ხახვი, მოხარშული ბრინჯი, მარილი და შავი პილპილი. შემდეგ მუცლის მხრიდან გაჭერით ძვალსა და რბილს შუა მკერდი ისე, რომ ნაპირები გაუჭრელი დარჩეს, გაავსეთ დაკეპილი ხორცის ჩასართავით, გაუკერეთ ის ადგილი, საიდანაც ჩასართავი ჩაუშვით, მოაყარეთ მარილი, წაუსვით არაჟანი, დააწყეთ ტაფაზე და შესაწვავად შედგით ჰაერლუმელში. დაასხით ძროხის ცხიმში, ხოლო როდესაც შეწვას დაიწყებს და შეწითლდება, თანდათანობით გადაავლეთ თავისივე ნაწვავი ცხიმში.

გაცემის დროს მოჭერით და დადეთ ლანგარზე, გარშემო შემოუწყეთ ბოსტნეულის სამი სახის გარნირი ან უგრეხელის ფანტია ფაფა, ან რძით შეზავებული კარტოფილის პიურე. გაშვების დროს მკერდს გადაავლეთ წითელი საწებელი და გააფორმეთ ოხრახუშის ფორმებით; გაუშვით ცხელ მდგომარეობაში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ცხვრის მკერდი 185 გ ან ხბოს მკერდი 170 გ, ცხვრის ან ხბოს რბილი ხორცი 50 გ, ბრინჯი 15 გ, ხახვი 15 გ, კარაქი 20 გ, კარტოფილი 100 გ, სტაფილო 40 გ, მწვანე ცერცვი 40 გ, ოხრახუში 5 გ, წითელი საწებელი 50 გ, მარილი 5 გ, პილპილი 0,1 გ.

შენიშვნა: გარდა ხორცის ჩასართავისა, მკერდი მზადდება შაშხით შეზავებული მაკარონის სართით, აგრეთვე ბოსტნეულის, ბურღულისა და სხვა სართით.

მოშუშული ცხვრის ბარკალი გოსტინეულით ჩართული

ცხვრის ბარკალს მოაშორეთ ბრტყელი ძვლები და გაუსუფთავეთ კოჭის ძვალი, რბილი დაჩხვლიტეთ და ნაჩხვლეტებში ჩადეთ გაფუჭვნილი და მოგრძოდ დაჭრილი სტაფილო, ნიორი და ნიახურის ძირები. მოაყარეთ მარილი და ჩადეთ ღრმა ფართო ქვაბში, დაასხით გამდნარი კარაქი და მცირე რაოდენობის წყალი, დაახურეთ სახურავი და მოიყვანეთ ბუდში.

როდესაც ხორცი კარგად დაწითლდება, დარბილდება და მზად იქნება. თავისივე წვენი გადაავლეთ. გაცემისას დაჭერით ცხვრის ხორცის რბილი. დალაგეთ ლანგარზე, გარნირად შემოუწყეთ შემწვარი მრგვალი კარტოფილი, მოხარშული სტაფილო, მთელი თავი ხახვი და მთელი პამიდორი. ხორცზე ზევიდან გადაავლეთ თავისი წვენი და გამდნარი კარაქი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ცხერის ხორცი 250 გ, კარაქი 20 გ, კარტოფილი 100 გ, ხახვი 30 გ, პამიდორი 50 გ, ნიორი 5 გ, სტაფილო 50 გ. თეთრი ძირები 10 გ, მარილი 5 გ.

ლორის ხორცი კარტოფილით ჯაგრღუმელში გამომსხვარი

ლორის ხორცი (უმჯობესია მკერდის ნაწილი) დაქერით ბრტყლად, ულუფაზე სამი ნაჭერი. მოაყარეთ მარილი, შავი პილ-პილი და შეწვით ტაფაზე; როდესაც საკმარისად დაწითლდება, მას-ში აურიეთ მარილით, შავი პილპილით, დაქემილი თავიანი ხახვით შეზავებული, სიმალღეზე ოთხად დაჭრილი კარტოფილი, მოასწო-რეთ კარგად, ზევიდან მოასხით გამდნარი კარაქი და ხორცის ნახარ-ში, შედგით პაერღუმელში გამოსაცხობად, რამოდენიმეჯერ აურიეთ ერთმანეთში; როდესაც კარტოფილი საკმარისად დარბილდება და დაწითლდება, მოაყარეთ დაქეპილი ახალი ოხრახუში და გაუშვით ულუფის ტაფით ცხლად.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ლორის ხორცი 175 გ, კარაქი 10 გ, კარტოფილი 200 გ, თავიანი ხახვი 15 გ, ოხრახუში 5 გ, მა-რილი 5 გ, დაქეპული შავი პილპილი 0,1 გ.

ლორის შაშხი მჟანაფე ლობიოთი

დამტკრეული მწვანე ლობიო ჩაუშვით ქვაბში, დაუმატეთ და-ქემილი ხახვი, ქინძი, დაქეპილი ახალი რეპანი, კამა, ოხრახუში და ცხიმი, შეანელეთ მარილითა და შავი პილპილით. დაასხით ბული-ონი ან წყალი, დაახურეთ სახურავი და ხარშეთ ორთქლში, დრო-გამოშვებით მოურიეთ. შემდეგ ტყავმოშორებული ბრტყლად და-ჭრილი ლორის შაშხი ჩააწყეთ; როდესაც ლობიო შაშხთან ერთად საკმარისად მოიხარშება და მზად იქნება, დააწყეთ ლანგარზე, ულუ-ფაზე ორი-სამი ნაჭერი შაშხი და გარნირად მიეცით მწვანე ლო-ბიო. შაშხზე გადაავლეთ გამდნარი კარაქი და გაუშვით ცხელ მდგო-მარეობაში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: შაშხი 150 გ, ლობიო 150 გ, ბულიონი 50 გ, ხახვი 40 გ, ცხიმი 20 გ, ზემოთ აღნიშნული მწვა-ნილეული 10 გ, მარილი 3 გ, შავი პილპილი 0,1 გ.

ძვებაში შემწვარი ხბოს სათბილო კაშიმკრითა და სოკოთი

ხბოს სათბილოს მოაშორეთ ბრტყელი ძვლები და ზედმეტი ნა-წილები, ააქერით ზურგის ძარღვები, გამოჭერით ულუფაზე სამი ბრტყელი ნაჭერი და ოდნავ დაბეგვეთ, მოაყარეთ მარილი და შეწ-

ვით კარაქში ტაფაზე: როდესაც ხორცი საკმარისად დაწითლდება, ჩაუმატეთ დაკეპილი ნიორი და მოშუშეთ. ხუთი წუთის შემდეგ ჩაუმატეთ მოხარშული და დაკეპილი ქამა ან თეთრი სოკო. შემწვარი ხბოს ხორცი დააწყეთ ლანგარზე, ხორცის ნაწევებზე დაასხით ხორცის წვენი, ხორცს შემოუწყეთ შემწვარი კარტოფილი და ზევიდან დაადეთ ორი ცალი შუაზე გაჭრილი, კანისა და თესლისაგან გასუფთავებული შემწვარი პამიდორი, პამიდორზე ზევიდან დაასხით ხბოს ხორცის ნაწევებზე მომზადებული სოკოთი შეზავებული საწებელი. გაუშვით ცხელ მდგომარეობაში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ხბოს ხორცი 200 გ, კარაქი 20 გ, ნიორი 10 გ, სოკო 30 გ, ხორცის წვენი 50 გ, პამიდორი 100 გ, კარტოფილი 200 გ, მარილი 5 გ.

სოსისი ან სარდელი პარბოზილის პიურით

სოსისი ან სარდელი ჩაუშვით მარილით შეზავებულ მდუღარე წყალში, ხარშეთ 5-10 წუთის განმავლობაში, გაშვებისას გარნირად მიეცით რძით შეზავებული, საცერში გატარებული კარტოფილის პიურე და გადაავლეთ წითელი საწებელი და კარაქი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: სოსისი ან სარდელი 102 გ, კარტოფილი 200 გ, კარაქი 10 გ, რძე 30 გ, მარილი 3 გ, წითელი საწებელი 50 გ.

ღორის შაშხი მწვანე ცერცველას გარნირით

მოხარშული ღორის შაშხი დაჭერით, ულუფაზე სამი რბილი ნაჭერი, გაათბეთ ბულიონში ან თბილ წყალში. ამავე ღროს კარაქში გაათბეთ დაკონსერვებული მწვანე ცერცველა, მას ხორბლის თეთრი ფქვილი და შაქრის ფხვნილი მოაყარეთ, მოურიეთ და დაუმატეთ რძე. გაცემის ღროს შაშხი დააწყეთ მწყობრად ლანგარზე, გარნირად მიეცით თბილი მწვანე ცერცველა, ზევიდან გადაავლეთ ღვინის საწებელი და გამდნარი კარაქი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ღორის შაშხი 118 გ, მწვანე ცერცველა 150 გ, ღვინის საწებელი 30 გ, კარაქი 20 გ, შაქარი 5 გ, რძე 10 გ, ფქვილი 3 გ.

ღორის შაშხი მღოვავით უმწვარი თაღამის გარნირით

ღორის შაშხს (ბარკლის ნაწილს) მოჭერით ერთ ულუფაზე სამი ნაჭერი. შეწვამდე თითოეულ ნაჭერს წაუსვით მღოვავი და შეწვით ნელ ცეცხლზე კარაქში. სამკუთხედად დაჭრილი მოხარშული თაღამი შეანელეთ შაქრის ფხვნილით, მარილით და კარაქით; როდესაც

მზად იქნება, პირველად ლანგარზე დააწყეთ თალგამი. მერე შემწვარი შაშხი, ზევიდან გადაავლეთ წითელი საწებელი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ღორის შაშხი 137 გ, მზა მდოგვი 15 გ, კარაქი 20 გ, თალგამი 200 გ, შაქარი 10 გ, მარილი 3 გ, მწვანილი 5 გ, წითელი საწებელი 50 გ.

ვაზის ფოთოლში შეხვეული ტოლმა

მსუქანი ცხვრის რბილი ხორცი გაატარეთ ხორცის საკეპ მანქანაში ორჯერ-სამჯერ, დაასველეთ ცივი წყლით და დაზილეთ, მას მიუმატეთ დაკეპილი მოშუშული ხახვი და დაკეპილი მწვანილი — კამა, ოხრახუში, ქინძი, პიტნა. მოაყარეთ მარილი, შავი პილპილი და ბოლოს მიუმატეთ ნახევრად მოხარშული ბრინჯი. ყველაფერი ეს აურიეთ ერთმანეთში.

ამნაირად შეზავებული ჩასართავი შეახვიეთ გათუთქულ ვაზის ფოთოლში (ულუფაზე 5 ცალი), ჩაალაგეთ ქვაბში, მოაყარეთ მარილი, დაასხით ცოტა წყალი და ხარშეთ. გაცემის დროს ჩააწყეთ ულუფის ღრმა კურკელში, ტოლმას ზევიდან დაასხით გაწურული მაწონი და მოაყარეთ დარიჩინით ნარევი დაფქული შაქარი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ცხვრის ხორცი 100 გ, ბრინჯი 10 გ, თავიანი ხახვი 15 გ, ახალი მწვანილი 5 გ, მაწონი 50 გ, შაქრის ფხენილი 5 გ, დარიჩინი 2 გ, მარილი 5 გ, შავი პილპილი 0,1 გ.

კომპოსტოს ფოთოლში შეხვეული ტოლმა

ტოლმა მოამზადეთ ძროხის ხორცის ჩასართავით (სურ. 23). შეაზავეთ იმავე წესით, როგორც ცხვრის ხორცის ჩასართავი, ხოლო მწვანილი, გარდა ახალი კამა ან ოხრახუშისა, არ სჭირდება. გათუთქულ კომპოსტოს ფოთოლში მოგრძოდ შეხვეული ჩასართავი



სურ. 23.

კომპოსტოს ფოთოლში შეხვეული ტოლმა

თავი დააწყეთ ცხიმწასმულ განიერ ტაფაზე, ზევიდან მოაწვეთეთ ცხიმი და შედგით შესაწევ კარადაში; როდესაც დაწითლდება, გადაავლეთ ტომატიანი არაჟნის საწებელი და ბუღში მოიყვანეთ.

გაუშვით ცხელ მდგომარეობაში, ულუფაზე ორი ცალი, ზევიდან მოაყარეთ დაკეპილი კამა ან ოხრახუში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ხორცი 164 გ, თავიანი ხახვი 29 გ, ბრინჯი 15 გ, კამა ან ოხრახუში 5 გ, კომბოსტო 220 გ, ცხიმი 10 გ, არაყნის საწებელი 125 გ, მარილი 5 გ. შავი პილპილი 0,1 გ.

პამიდორი, ბადრიჯანი და გოგრუქასათვის ჩასართავით

პამიდორისათვის, ბადრიჯნისა და გოგრუქასათვის ჩასართავი ხორცი ერთნაირად მოამზადეთ; ძროხის რბილი ხორცი ხახვთან ერთად გაატარეთ ხორცის საკვებ მანქანაში და მოშუშეთ ტაფაზე, მიუმატეთ დაკეპილი თავიანი ხახვი; როდესაც ხორცი სითხეს დაიშრობს, ხრაკვას დაიწყებს და ოდნავ შეწითლდება, მოაყარეთ ხორბლის თეთრი ფქვილი და აურიეთ ხორცში, ამის შემდეგ მეორედ გაატარეთ ხორცის საკვებ მანქანაში და მოათავსეთ იმავე ჭურჭელში, რომელშიც იხრაკებოდა. სისველისათვის დაასხით ბულიონი, შემდეგ შეანელეთ მარილით, შავი პილპილით, აურიეთ დაკეპილი კამა ან ოხრახუში და მოხარშული ბრინჯი. შემდეგ გადმოღვით და გააგრილეთ.

პამიდორი ხორცის ჩასართავით

ულუფისათვის განსაზღვრულია ორი ცალი ერთნაირი სიდიდის პამიდორი. გარეცხვის შემდეგ პამიდორს ამოაჭერით ღეროს ადგილი 4 სანტიმეტრის დიამეტრის სიღრმე-სიგანით, გაშალეთ თესლი და სითხე, გაავსეთ აღნიშნული ხორცის ჩასართავით, გაუკეთეთ თავი და მოაყარეთ საფხეკელში გატარებული შვეიცარული ყველი ან თეთრი პურის დაფქული ორცხობილა, დაალაგეთ სპილენძის ტაფაზე, მოაწვეთეთ ცხიმი და შედგით პაერლუმელში; როდესაც პამიდორი გათბება და თავი ოდნავ შეუწითლდება, გადმოღვით და გაუშვით ულუფის ჭურჭლით. ზევიდან დაასხით ვარდისფერი არაყნის საწებელი და მოაყარეთ დაკეპილი კამა ან ოხრახუში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: პამიდორი 170 გ, ძროხის ხორცი 215 გ, ცხიმი 20 გ, ხახვი 29 გ, ბრინჯი 33 გ, ფქვილი 5 გ, კამა ან ოხრახუში 5 გ, არაყნის საწებელი 50 გ, მწა ტომატის საწებელი 30 გ, ყველი 5 გ, პურის ორცხობილა 3 გ, მარილი 5 გ, პილპილი 0,1 გ.

ბადრიჯანი ხორცის ჩასართავით

ულუფისათვის შეარჩიეთ ერთი ცალი, გააცალეთ კანი და მოაჭერით თავი და ბოლო ისე, რომ გულის გამოღება შეიძლებოდეს სპეციალური მილით. ამის შემდეგ გაავსეთ ხორცის ჩასართავით, მოაყარეთ მარილი, ამოაგორეთ ხორბლის თეთრ

ფქვილში და შეწვით ცხიმში; როდესაც ბადრიჯანი მთლიანად შეწითლდება, შედგით ჰაერლუმელში, 15 წუთის შემდეგ გაეცით. ზევიდან დაასხით ნივრიანი ტომატის ან ვარდისფერი არაენის საწებელი. და მოაყარეთ დაკეპილი კამა ან ოხრახუში; გაისტუმრეთ ცხელ მდგომარეობაში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ბადრიჯანი 170 გ. ხორცი 164 გ, ცხიმი 20 გ, ხახვი 29 გ, ბრინჯი 33 გ, კამა ან ოხრახუში 5 გ, ფქვილი 15 გ, ნიორი 5 გ, ტომატის საწებელი 80 გ, მარილი 5 გ, პილპილი 0,1 გ.

გოგრაუზა ხორცის ჩასართავით

ულუფისათვის შეარჩიეთ. ერთი ცალი, გათაღეთ ან გაფხიკეთ, მოაჭერით თავი და ბოლო, ხოლო გული გამოაცალეთ სპეციალური მილით. ამის შემდეგ მოხარშეთ, გაწურეთ და მერე ჩვეულებრივად გაავსეთ ხორცის ჩასართავით, დააწყეთ ცხიმწასმულ ტაფაზე, წაუსვით არაენი, მოაყარეთ მარილი, დაფხვნილი შვეიცარული ყველი ან თეთრი პურის ორცხობილა, დააწვეთეთ ცხიმი და შედგით ჰაერლუმელში დასარბილებლად. გაცემისას ზევიდან გადაასხით ვარდისფერი არაენის საწებელი და მოაყარეთ დაკეპილი ახალი კამა ან ოხრახუში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: გოგრაუზა 265 გ. ხორცი 164 გ, ბრინჯი 33 გ, ცხიმი 20 გ, ხახვი 20 გ, კამა ან ოხრახუში 5 გ, არაენის საწებელი 50 გ, ტომატის საწებელი 30 გ, ყველი 5 გ ან ორცხობილა 3 გ, მარილი 5 გ, პილპილი 0,1 გ.

კომბოსტო ხორცის ჩასართავით გამოცხვარი

მოხარშეთ კომბოსტოს სალი ფოთლები. როდესაც საკმაოდ დარბილდება, გაწურეთ. ამის შემდეგ ტაფას წაუსვით ცხიმი. მოაყარეთ თეთრი პურის ორცხობილა და მასზე მოხარშული კომბოსტოს ფოთლები გაშალეთ. შემდეგ ამ ფოთლებზე დადეთ ცხვრის ან ძროხის ხორცისაგან მომზადებული ჩასართავი, რომელიც მზადდება იმავე წესით, როგორც პამიდვრისთვის ან ბადრიჯნისათვის, ჩასართავს დაუმატეთ უმი კვერცხი და კარგად მოშუშული ხახვი. ჩასართავი კომბოსტოს ფოთოლზე გაშალეთ 3 სანტიმეტრის სისქით, მას ზევიდან გადაათარეთ ფოთლები. მოსწორების შემდეგ წაუსვით რძეში მოხარშული თხელი ფაფა. მოაყარეთ დაფხვნილი შვეიცარული ყველი და შედგით ჰაერლუმელში; როდესაც მზად იქნება, დაჭერით და გაეცით ცხლად; ზევიდან მოასხით არაენის საწებელი და მოაყარეთ დაკეპილი კამა ან ოხრახუში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: კომბოსტო 250 გ, ხორცი 164 გ, ცხიმი 20 გ, ბრინჯი 15 გ, ხახვი 15 გ, კამა ან ოხრახუში 5 გ,

ფქვილი 3 გ, კვერცხი 10 გ, რძის ფაფა 25 გ, არაჟნის საწებელი 75 გ, მარილი 5 გ, პილპილი 0,1 გ, ყველი 5 გ, ორცხობილა 5 გ.

ბადრიჯანი ხორცის ჩასართავით გამომცხვარი

ბადრიჯანი გათაღეთ, მოაჭერით თავი და ბოლო, დაჭერით სიგრძით ნახევარი სანტიმეტრის სისქეზე. დაჭრილი ბადრიჯნის მთელ რაოდენობას მოაყარეთ მარილი, ამოავლეთ ხორბლის ფქვილში და შეწვით ცხიმში. ნახევრად შემწვარი ბადრიჯანი ჩადეთ ცხიმწასმულ და წმინდად დაფქულ ორცხობილამოყრილ ტაფაში. ბადრიჯანში სამი სანტიმეტრის სისქემდე ჩაუშვით ისეთივე წესით მომზადებული ხორცის ჩასართავი, როგორც პამიდვრისათვის ან ბადრიჯნისათვის იყო მომზადებული. გაასწორეთ თანაბრად და დაფარეთ დანარჩენი შემწვარი ბადრიჯნით. ზევიდან წაუსვით სქლად დაკეპილი მოშუშული ნივრით და ხახვით შეზავებული ტომატის საწებელი, მოაყარეთ დაფხენილი შვეიცარული ყველი და შედგით პაერლუმელში გამოსაცხობად; როდესაც მზად იქნება, დაჭერით ოთხკუთხედი ფორმის ნაჭრებად, დადეთ ლანგარზე, ზევიდან გადაავლეთ გამდნარი კარაქი და მოაყარეთ დაკეპილი ახალი კამა. გაუშვით თბილ მდგომარეობაში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ბადრიჯანი 250 გ, ხორცი 164 გ, ბრინჯი 15 გ, ხახვი 30 გ, ორცხობილა 5 გ, ყველი 5 გ, ცხიმი 10 გ, ნიორი 5 გ, ტომატის საწებელი 50 გ, კამა 5 გ, მარილი 5 გ, შავი პილპილი 0,1 გ, ფქვილი 10 გ.

თალგამი საფონლის ფილტვების ჩასართავით და ტომატის საწებლით

მოხარშული ფილტვები ერთხელ გაატარეთ ხორცის საკებ მანქანაში; ტაფაში ცხიმში მოშუშეთ წვრილად დაკეპილი ხახვი, 5 წუთის შემდეგ ხახვში ჩაუშვით ფილტვების მთელი რაოდენობა და მოხრაკეთ; როდესაც ოდნავ შეწითლდება, მოაყარეთ ხორბლის თეთრი ფქვილი და კიდევ შუშეთ. 3-5 წუთის შემდეგ გახსენით ბულიონით და მოურიეთ. ამის შემდეგ ჩაუმატეთ მოხარშული ბრინჯი, შეანელეთ მარილით, დაფქული შავი პილპილით, დაკეპილი კამით, ოხრაბუშით და ყველაფერი ეს კარგად აურიეთ ფილტვებში.

გათაღეთ ულუფაზე ერთნაირი ზომის ორი ცალი თალგამი, სპეციალური კოვზით ამოუღეთ გული. ამრიგად, შემზადებული თალგამი მოხარშეთ მარილით შეზავებულ მდუღარე წყალში, შემდეგ გადაწურეთ, თითოეული თალგამი დადეთ თავდალმა, გაავსეთ ფილტვების ჩასართავით, დაალაგეთ ცხიმწასმულ ტაფაზე, მოაყარეთ დაფხენილი შვეიცარული ყველი, მოაწვეთეთ ცხიმი, წითელი საწე-

ბელი და შედგით ჰაერლუმელში გამოსაცხობად; როდესაც შეწითლდება, გამოიღეთ და გაეციოთ ულუფის ღრმა კურკლით. ზევიდან გადაავლეთ ტომატის მოტკბო საწებელი და მოაყარეთ დაკეპილი კამა ან ოხრახუში.

ხურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: თაღამი 250 გ, ფილტვები 100 გ, ბრინჯი 15 გ, ცხიმი 20 გ, ტომატის საწებელი 75 გ, ხახვი 15 გ, მწვანილი 5 გ, მარილი 5 გ, პილპილი 0,1 გ, ფქვილი 5 გ, შაქრის ფხვნილი 5 გ.

შენიშვნა: აღნიშნული წესით თაღამი შეიძლება მოშაღდეს ხორცის ან ღვიძლის ჩასართავითაც.

მაკარონი ხორცის ჩასართავით გამომცხვარს

ძროხის რბილი ხორცი გაატარეთ ხორცის საკებ მანქანაში, დაკეპილი მთელი მასა ჩაუშვით ცხიმში მოშუშულ ხახვში და გააგრძელეთ შეშვა; როდესაც ხორცი ხრაკვას დაიწყებს, მოაყარეთ ხორბლის თეთრი ფქვილი და აურიეთ ხორცში, ამის შემდეგ ხელმეორედ გაატარეთ ხორცის საკებ მანქანაში, ისევ მოათავსეთ იმ ტაფაში, რომელშიც მოიშუშა და დადგით ცხელ ფილაქურზე. გახსენით ბულიონით და მოურიეთ. როდესაც გაცხელდება, შეანელეთ მარილით, დაფქული შავი პილპილით, შეაზავეთ დაკეპილი კამა-ოხრახუშით, ცხიმით და ამრიგად შეზავებული გადმოდგით.

ამავე დროს მარილით შეზავებულ წყალში მოხარშული მაკარონი გადაწურეთ თუშფალანგში და შემდეგ ჩაუშვით ქვაბში; ერთდროულად შეურიეთ მაკარონში უმი კვერცხი, არაჟანი და კარაქი. შემდეგ კარაქწასმულ ტაფაზე ან საწვავზე მოაყარეთ დაფქული თეთრი პურის ორცხობილა და ტაფის მთელ მოცულობაზე გაშალეთ შეზავებული მაკარონის ნახევარი რაოდენობა. მაკარონზე დადეთ ხორცის ჩასართავი და დაფარეთ ის დანარჩენი მეორე ნახევარი მაკარონით. მოასწორეთ, წაუსვით კვერცხი და მოაყარეთ დაფხვნილი ზვეიცარული ყველი და შედგით პაერლუმელში გამოსაცხობად; როდესაც მზად იქნება, გამომცხვარი მაკარონი ტაფიდან გადმოიღეთ და დაჭერით ულუფებად, დადეთ ლანგარზე, გვერდით მოუსხიოთ ხორცის წითელი საწებელი და გაუშვით ცხლად.

ხურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: მაკარონი 80 გ, ხორცი 151 გ, ხახვი 25 გ, კარაქი 10 გ, მარგარინი 10 გ, ყველი 5 გ, კვერცხი 10 გ, არაჟანი 10 გ, მარილი 5 გ, პილპილი 0,1 გ, მწვანილი 5 გ, წითელი საწებელი 30 გ, ორცხობილა 10 გ.

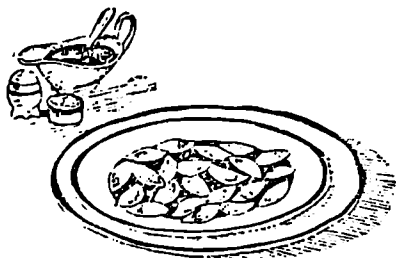
**მაკარონი ლორის შაშხით შეზავებული და
განმომცხვარი**

მაკარონი ზემოაღნიშნული წესით მოხარშეთ; როდესაც მზად იქნება, გადაწურეთ და გაურეცხავად ჩაუშვით იმავე ქვაბში, რომელშიც მოიხარშა. ჩაუმატეთ არაუანის, უმი კვერცხი, წვრილად დაჭრილი ხახვი მომუშეული ლორის შაშხი და დაფხვნილი შვეიცარული ყველი და კარგად მოურიეთ. ამრიგად შემზადებული მაკარონი ჩაუშვით ცხიმწასმულ და ორცხობილამოყრილ ტაფაზე, მოასწორეთ, ზევიდან წაუსვით კვერცხი და შედგით ჰაერლუმელში გამოსაცხობად; როდესაც მზად იქნება, დაჭერით ოთხკუთხედ ულუფებად, დადეთ ლანგარზე და ზევიდან გადაასხით ხორცის წითელი საწებელი. გაუშვით თბილ მდგომარეობაში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: მაკარონი 80 გ. ლორის შაშხი 50 გ, ხახვი 30 გ, ცხიმი 20 გ, კვერცხი 22 გ, ყველი 10 გ, არაუანი 15 გ. მარილი 5 გ. წითელი საწებელი 30 გ.

პელმენი ძროხის ხორცი

პელმენისთვის მოზილეთ ზომიერი სიმაგრის ცომი. ვიდრე ცომი დაისვენებს, ძროხის რბილი ხორცი ხახვთან ერთად გაატარეთ წმინდასაციანი ხორცის საკეპ მანქანაში ორჯერ. რის შემდეგ საკ-



სურ. 24. პელმენი ძროხის ხორცი

მარისად დაასველეთ ცივი წყლით, შეანელეთ მარილით, დატყული შავი პილპილით, შეაზავეთ დაკეპილი ახალი კამით ან ოხრა-ხუშით და კარგად დაზილეთ. ამის შემდეგ ცომი გაათხელეთ 1,5-2 მმ-მდე და ცომის ნახევარზე დადეთ ხორცის სართი, და-

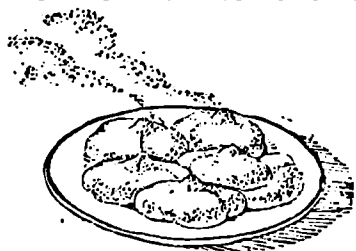
აბლოებით წონით თითო 6-8 გრამააღდე, დაათარეთ ხორცს ცომის მეორე ნახევარი და ერთმანეთს კარგად დააკარით, მოჭერით სპეციალური ამოსაღები ხელსაწყოთი ნახევარი მთვარის მსგავსად და ხარშეთ მარილით შეზავებულ მდულარე წყალში 8-10 წუთს; როდესაც მზად იქნება, პელმენი ამოტივტივდებო, მოათავსეთ ღრმა ჭურჭელში და გაეცით ულუფაზე 10-12 ცალი (სურ. 24).

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: 30 პროცენტის ფქვილი 50 გ, ძროხის ხორცი 100 გ, კვერცხი 10 გ, შაქარი 1 გ. მარილი 5 გ. შავი პილპილი 0.1 გ. თაფიანი ხახვი 10 გ.

შენიშვნა: პელმენი შეიძლება გასცეთ კარაქით, არაენით და ძმრით.

ხინკალი ზორცით, კახურად

პირველად მოამზადეთ მაგარი ცომი. ამის შემდეგ ცხერის ან ძროხის მსუქანი რბილი ზორცი ხახვთან ერთად ორჯერ გაატარეთ ზორცის საკებ მანქანაში, ზორცს დაუმატეთ ბულიონი ან წყალი და შეანელებთ მარილით, შავი პილპილით, დაკეპილი კამით ან ოხრა-ხუშით. დასვენებული ცომი დაქერით 8 სანტიმეტრის დიამეტრით მრგვლად, გაათხელებთ და მასში ჩადეთ ჩასართავი ზორცი. ხინკალი



სურ. 25. ხინკალი ზორცით, კახურად

შეკარით მრგვალი ფორმით, წიბოებიანი თავით ერთად შეერთებული (სურ. 25). წონით ერთი ცალი 50 ან 75 გ და მოხარშეთ მარილწყალში. გაეცით ცხელ მდგომარეობაში, ულუფაზე ორი ცალი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: 30 პროცენტის ფქვილი 60 გ, ზორცი 60 გ, ხახვი 10 გ, ახალი კამა ან ოხრახუში 5 გ, მარილი 5 გ. შავი პილპილი 0.1 გ.

შენიშვნა: ხინკალი შეიძლება გააკეთოთ კომბინირებული ზორციდანა — ცხერისა და ძროხის ზორციდან.

ლორის, ცხერის ან ხბოს ზორცის დაგამვილი კაბლაბი

ლორის, ცხერის ან ხბოს ზორცის რბილი უძარღვო ბრტყელი ნაჭრები დაბეგვით, მოაყარეთ მარილი, ამოავლეთ კვერცხის ლიე-ზონში და მერე თეთრი პურის ორცხობილაში. შესაფერისი ფორმით გამოსული ნახევარფაბრიკატი შეწვით ცხიმში; როდესაც საკმარისად შეწითლდება და მზად იქნება, დააწყეთ ლანგარზე, ულუფაზე ორი ცალი, შემოუწყეთ ბოსტნეულის სამი სახის გარნირი, ზევიდან გადაავლეთ გამდნარი კარაქი და გააფორმეთ ოხრახუშის ან სალათის ფოთლებით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ცხერის ან ხბოს ნეკნებიანი ზურგის ზორცი 210 გ, ლორის 168 გ, კარაქი 8 გ, ძროხის ცხიმი 12 გ, კვერცხი 10 გ, თეთრი პურის ორცხობილა 20 გ, კარტოფილი 100 გ, მწვანე დაკონსერვებული ან ახალი ლობიო, ან ცერცვი 40 გ, სტაფილო 40 გ, მარილი 5 გ, ახალი ოხრახუში 5 გ.

ორსოზობილაში შემწვარი ხბოს ან ბატანის მკერდი

ზომიერად მოხარშული ხბოს ან ბატანის მკერდი დაქერით ირიბულ ბრტყელ ნაჭრებად, ულუფაზე ორი ცალი, მოაყარეთ მარილი

და ამოავლეთ ხორბლის თეთრ ფქვილში, გათქვეფილ კვერცხში და ბოლოს თეთრი პურის ორცობილაში, შეწვით ცხიმში; როდესაც საკმარისად დაწითლდება და მზად იქნება, დააწყეთ ლანგარზე, შემოუწყეთ ბოსტნეულის ორი ან სამი სახის გარნირი. ზევიდან გადავლეთ გამდნარი კარაქი და გააფორმეთ ოხრახუშის ფოთლებით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ხბოს ან ბატკნის მკერდი 155 გ, კვერცხი 10 გ, ფქვილი 10 გ, თეთრი პურის ორცობილა 10 გ, კარაქი 8 გ, ცხიმი 15 გ, კარტოფილი 100 გ, ორნაირი ან სამნაირი ბოსტნეული 100 გ, ოხრახუში 5 გ, მარილი 5 გ.

ორცობილაში უმეფვარი ძროხის ტვინი გარნირით

მოხარშული და გაცივების შემდეგ ორცობილაში ამოვლებული ძროხის ტვინი შეწვით ცხიმში; როდესაც საკმარისად შეწითლდება და მზად იქნება, დააწყეთ ლანგარზე, შემოუწყეთ ბოსტნეულის ორი ან სამი სახის გარნირი, ზევიდან გადავლეთ გამდნარი კარაქი ან ნაღების მარგარინი და გააფორმეთ ოხრახუშით ან ახალი სალათით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ტვინი 160 გ, ფქვილი 6 გ, კვერცხი 10 გ, ორცობილა 10 გ, კარტოფილი 100 გ, ბოსტნეული 100 გ, კარაქი ან ნაღების მარგარინი 20 გ, მარილი 5 გ, ხახვი 5 გ, ძმარი 5 გ.

შემწვარ ტვინს გაცემისას შეიძლება დაუმატოთ ლიმონის 1/6.

ხაოს, ღორის ან ცხვრის ხორცის დაგამავილი უნიცალი

შეარჩიეთ ხბოს, ღორის ან ცხვრის უძარღვო რბილი. დაჭერით ბრტყელ ნაჭრებად, დაბეგვეთ, შეამზადეთ ულუფაზე ორი ცალი, მოაყარეთ მარილი, ამოავლეთ გათქვეფილ კვერცხში, შემდეგ დაფქულ თეთრი პურის ორცობილაში და შეწვით ცხიმში. პირველად ლანგარზე დააწყეთ შემწვარი კარტოფილი „პუშკინი“, ხოლო კარტოფილზე უნიცელი, გადავლეთ გამდნარი კარაქი და ზევიდან დააღეთ ორი თხელი ნაჭერი ლიმონი, გააფორმეთ ახალი ოხრახუშის ფოთლებით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ძროხის ხორცი 217 გ, ღორის ხორცი 168 გ ან ცხვრის ხორცი 210 გ, კვერცხი 10 გ, ორცობილა 20 გ, ცხიმი 12 გ, კარაქი 8 გ, ლიმონი 10 გ, კაპარი 16 გ, კარტოფილი 200 გ, ოხრახუში 5 გ, მარილი 5 გ.

ხაოს თავფეხი უმეფვარი ორცობილაში

ხბოს გაფუფქული თავფეხი კარგად გაასუფთავეთ, შემდეგ თავი გაათავისუფლეთ ტყავისაგან, მხოლოდ ფეხებს მოაშორეთ კანის ძვლები და გაჭერით თითოეული სიგრძით შუაზე. შემდეგ თავი

ვის ტყავი და დაყოფილი ფეხები ჩაუშვით ქვაბში. დაასხით წყალი, დაახურეთ სახურავი და დადგით, რომ იხარშოს; როდესაც საკმარისად მოიხარშება, ამოალაგეთ და მაგიდაზე გაშალეთ. თავის ტყავი შეკუმშული რომ არ დარჩეს, ზევიდან სიმძიმე დაადეთ. შემდეგ ტყავი დაჭერით ზომიერ ნაჭრებად და ფეხებსაც მოაჭერით ზედმეტი ნაწილები; მოაყარეთ მარილი და ამოავლეთ ჯერ ფქვილში, შემდეგ კვერცხის ლიეზონში და ბოლოს თეთრი პურის წმინდად დაფქულ ორცხობილაში; ამრიგად შემზადებული ხბოს ფეხები შეწვით ღორის ქონში ან ერბოში. როდესაც თითოეული ნაჭერი დაწითლდება, ამოალაგეთ ლანგარზე, გარშემო შემოუწყეთ ბოსტნეულის ორი-სამი სახის გარნირი, მათ შორის შემწვარი კარტოფილი, გააფორმეთ ოხრახუმის ფოთლებით და ზევიდან გადაავლეთ გამდნარი კარაქი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ხბოს თავფეხი ნელლად გასუფთავებული 350 გ, კარაქი 10 გ, ქონი 20 გ, კვერცხი 10 გ, ფქვილი 5 გ, ორცხობილა 10 გ, კარტოფილი 100 გ, ორნაირი ბოსტნეული 120 გ, მწვანილი 10 გ, მარილი 5 გ.

ღორის ფეხები ზამთარი ორცხობილაში

გაფუფქული და კარგად გასუფთავებული ღორის ფეხები გაყავით თითოეული შუაზე სიგრძით და ციე წყალში გარეცხეთ, ჩაუშვით ქვაბში და ხარშეთ მანამ, სანამ საკმარისად არ დარბილდება. შემდეგ ამოიღეთ და ძელები მოაშორეთ, მარილი მოაყარეთ და ამოავლეთ ხორბლის თეთრ ფქვილში, გათქვეფილ კვერცხში, მერე თეთრი პურის ორცხობილაში და შეწვით ღორის ქონში; როდესაც საკმარისად შეწითლებული მზად იქნება, ამოიღეთ და დააწყეთ ლანგარზე, ულუფაზე ორი ცალი, გარნირად შემოუწყეთ მოშუშული კომბოსტო ან სხვა შესაფერისი გარნირი, გადაავლეთ კარაქი და გაუშვით ცხელ მდგომარეობაში მწვანილით გაფორმებული.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ღორის ფეხები განსაზღვრული წონის, კარაქი 10 გ, მოშუშული კომბოსტო 150 გ, ფქვილი 10 გ, კვერცხი 10 გ, ორცხობილა 15 გ, ოხრახუმი 5 გ, მარილი 5 გ, ქონი შესაწვავად 12 გ.

ხბოს დაკეპილი ხორცის კატლები

ძროხის კატლეტის მსგავსად შემზადებული დაკეპილი მასიდან გამოიყვანეთ ულუფაზე ხბოს ხორცის ორი ცალი კატლეთი, ამოავლეთ წმინდად დაფქულ თეთრი პურის ორცხობილაში, შეწვით ტაფაზე კარაქში; როცა კატლეთი ორივე მხრით დაწითლდება,

შედგით ჰაერლუმელში; როდესაც მზად იქნება, დააწყეთ ლანგარზე, შემოუწყეთ სამნაირი გარნირი, გვერდით მოუსხით წითელი საწებელი და ზევიდან გადაავლეთ გამდნარი კარაქი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ხბოს ხორცი 159 გ, თეთრი პური 27 გ, რძე 33 გ, პურის ორცხობილა 15 გ, კარაქი 20 გ, კვერცხი 5 გ, კარტოფილი 100 გ, პამიდორი 50 გ, ისპანახი 50 გ, ოხრა-ხუში 5 გ, მარილი 5 გ, წითელი საწებელი 25 გ.

ხბოს დაჰავილი ზორისი ზიტაი სოკოს საფაზლით

ხბოს ხორცის დაკეპილიდან გამოიყვანეთ ულუფაზე ორი ცალი მრგვალი ბიტკი, ამოავლეთ თეთრი პურის წმინდად დაფქულ ორცხობილაში, დატეკუნეთ 1 1/2 სანტიმეტრის სისქემდე და შეწვით ტაფაზე ცხიმში; როდესაც დაწითლდება, შედგით ჰაერლუმელში. გასტუმრების დროს ჩააწყეთ ულუფის ღრმა ჭურჭელში, გარნირად შემოუწყეთ შემწვარი კარტოფილი „პუშინი“ და გადაავლეთ დაკეპილი ქამა სოკო შეზავებული წითელი საწებლით. გაისტუმრეთ ცხელ მდგომარეობაში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ხბოს ხორცი 159 გ, თეთრი პური 27 გ, რძე 33 გ, პურის ორცხობილა 15 გ, კარაქი 20 გ, კვერცხი 5 გ, კარტოფილი 200 გ, სოკო 10 გ, წითელი საწებელი 50 გ, ქამა 5 გ, მარილი 5 გ.

ღორის დაჰავილი ზორისი კატლეთი

ზემოაღნიშნული წესით მომზადებული ღორის ხორცის დაკეპილიდან გამოიყვანეთ ფორმით ულუფაზე ორი ცალი კატლეთი, ამოავლეთ თეთრი პურის ორცხობილაში და შეწვით ტაფაზე ცხიმში; როდესაც კატლეთი დაწითლდება, შედგით ჰაერლუმელში. გაისტუმრეთ ჭარხლით ან მოშუშული კომბოსტოთი და არაჟანში შეზავებული კარტოფილით, ზევიდან გადაავლეთ გამდნარი კარაქი, ხოლო გვერდით მოუსხით წითელი საწებელი: გააფორმეთ ოხრა-ხუშით.

სურსათის ნორმა. ერთ ულუფაზე: ღორის ხორცი 131 გ, პური 27 გ, რძე 33 გ, პურის წმინდა ორცხობილა 15 გ, კარაქი 8 გ, ცხიმი 15 გ, კვერცხი 5 გ, კარტოფილი 100 გ, არაჟანი 10 გ, ჭარხალი ან კომბოსტო 75 გ, მარილი 5 გ, შაქარი 2 გ, ფქვილი 5 გ, წითელი საწებელი 25 გ, ოხრა-ხუში 5 გ.

ღორის დაჰავილი ზორისი ზიტაი მთავი საფაზლით

ზემოაღნიშნული წესით მომზადებული ღორის ხორცის ბიტკის გასტუმრებისას გარნირად მიეცეთ შემწვარი კარტოფილი, ზევიდან გადაავლეთ დაკეპილი მთავი კიტრით, სტაფილოთი, ხახვით, კაპარით

შეზავებული ტომატის საწებელი; გაუშვით თბილ მდგომარეობაში.
სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ღორის ხორცი 131 გ, პური 27 გ, რძე 33 გ, თეთრი პურის ორცხობილა 15 გ, კარაქი 8 გ, ქონი 12 გ, კვერცხი 5 გ, კარტოფილი 200 გ, მყავე კიტრი 20 გ, მყავე პიკულის ხახვი 10 გ, მყავე სტაფილო 10 გ, მყავე კაპარი 5 გ, ტომატის საწებელი 50 გ, მარილი 3 გ, პილპილი 0,01 გ, დაკეპილი კამა 5 გ.

შენიშვნა: ღორის ხორცის დაკეპილიდან, გარდა კატლეტის და ბიტკისა, შეიძლება მომზადდეს შნიცელი არაენის, ხახვისა და სხვა საწებლით.

ცხვრის დაჰაჰილი ზორცის კაბლაბი

ზემოაღნიშნული წესით მომზადებულ ორ ცალ კატლეტს გარნირად შემოუწყეთ კამით შეზავებული მოხარშული კარტოფილი, მწვანე ლობიო და შემწვარი პამიდორი, გვერდით მოუქსით წითელი საწებელი, ხოლო ზევიდან გამდნარი კარაქი გადაავლეთ.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ცხვრის ხორცი 154 გ, კარაქი 8 გ, ცხიმი 12 გ, პური 27 გ, რძე 33 გ, ორცხობილა 15 გ, კარტოფილი 100 გ, პამიდორი 50 გ, მწვანე ლობიო 50 გ, წითელი საწებელი 25 გ, ახალი ოხრახუში 5 გ, მარილი 5 გ, შავი პილპილი 0,01 გ.

ცხვრის დაჰაჰილი ზორცის ზიტაი ხახვით გამომცხვარი

ზემოაღნიშნული წესით მომზადებული ცხვრის ხორცის ორი ცალი ბიტკი დააწყეთ ლანგარზე, შუაზე დაუწყეთ შემწვარი კარტოფილი „პუშკინი“, ზევიდან გადაავლეთ დაკეპილი ხახვით შეზავებული ტომატის საწებელი და მოაყარეთ დაფხვნილი შვეიცარული ყველი, შედგით ჰაერლუმელში გამოსაცხობად; როდესაც მზად იქნება, გაუშვით იმავე ლანგარით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ცხვრის ხორცი 154 გ, ცხიმი 20 გ, პური 27 გ, რძე 33 გ, ორცხობილა 12 გ, კარტოფილი 200 გ, ხახვის საწებელი 100 გ, ყველი 5 გ, მარილი 4 გ, კამა 5 გ.

შეფხვარი ცხვრის ზორცი კარტოფილით

შესაწავად შეარჩიეთ ცხვრის ხორცის ბარკალი ან ბეჭი. დამუშავების დროს ბარკალს მოაშორეთ თქმოს ბრტყელი ძვალი. აგრეთვე კოჭის ძვალი და მოაჭერით პურტები, ხოლო ბეჭს მოაშორეთ მრგვალი და ბრტყელი ძვალი. ხორცი ხეზით ხვეულად შეხვევის შემდეგ გარეცხეთ და მოაყარეთ მარილი, წაუსვით არაენი და დადეთ საწვავზე, მოასხით ქონი და შესაწავად შედგით ჰაერლუმელში. შეწვის დროს დროგამოშვებით გადაავლეთ წყალი და თავისივე სიმპუქნე; როდესაც შეწითლდება და მზად იქნება, ულუფისათვის მოჭერით ორი ან სამი ნაჭერი და დააწყეთ ლანგარზე, მას გარ-

ნირად მიეცით შემწე-რი კარტოფილი და მჟავე კიტრი, ზევიდან გადაავლეთ თავისივე ნაწვავი წვენი და გამდნარი კარაქი; გააფორმეთ მწვანელით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ცხვრის ხორცი 208 გ, კარაქი 5 გ, ცხიმი 10 გ, კარტოფილი 221 გ, ოხრახუში 10 გ, მჟავე კიტრი 50 გ, მარილი 5 გ, თავისივე წვენი 50 გ.

ცხვრის მწვადი „მომავარულთა“

ერთი ულუფისთვის შეარჩიეთ ცხვრის ხორცის ათი ნაჭერი, მათ შორის: ოთხი ნაჭერი თეთრი ხორცი, ორი თირკმელის, ორი ღვიძლის და ორი ნაჭერი ნეკნებიანი. ყველაფერი ეს დაჭერით ერთი ზომის ნაჭრებად, მოაყარეთ მარილი და შავი პილპილი, აურიეთ ერთმანეთში და წამოაგეთ შამფურზე; მწვადს წაუსვით არაქანი, დააწყეთ გაჩაღებულ ნაკვერჩხალზე და ხშირად ატრიალეთ; როდესაც საკმარისად შემწვარი მზად იქნება, წამოაძრეთ და დააწყეთ თბილ ლანგარზე. გარნირად მიეცით მწვანე ხახვი, ახალი ოხრახუშის ფოთლები და ერთი მეოთხედი ნაჭერი ლიმონი ან ტყემლის საწებელი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ზემოაღნიშნული ხორცი ერთად 330 გ, მარილი 5 გ, არაქანი 5 გ, მწვანე ხახვი 50 გ, ოხრახუში 10 გ, ლიმონი 20 გ ან ტყემალი 30 გ, შავი პილპილი 0,01 გ.

შამფარი ღორის ხორცი წითელი კომბოსტოს სალათით

ღორის ბარკალი ან ბექი შესაწვავად შეამზადეთ შემდეგნაირად: ბარკლებს ამოაჭერით თქმოს ბრტყელი ძვალი მთლიანად და გაასუფთავეთ კოჭის მრგვალი ძვალი, ბექს კი მთლიანად ამოაჭერით ძვალი და ხეზით შეკარით ხვეულად, ამის შემდეგ დაამარილეთ და შესაწვავად ჰაერლუმელში შედგით. წვის დროს თანდათანობით გადავლეთ თავისივე სითხე. ხორცის შეწვამდე დაკემსეთ წითელი კომბოსტო, მოაყარეთ მარილი, კარგად დაზილეთ და გაწურეთ ხელით. ამგვარად შემზადებული კომბოსტო მთლიანად ჩაუშვით თიხის ჯამში, მას მოაყარეთ შაქრის ფხვნილი და დაასხით ძმარი (შეიძლება მიუმატოთ მზა მდოგვი და ზეთი).

როდესაც ღორის ხორცი შეიწვება და მზად იქნება, დაჭერით თხელ ნაჭრებად, დააწყეთ ლანგარზე და ზევიდან გადავლეთ თავისივე ნაწვავი წვენი, გააფორმეთ ოხრახუშით ან ახალი სალათით და გაეცით ცხლად. ცალკე მიეცით წითელი კომბოსტოს სალათა.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ღორის ხორცი 173 გ, კომბოსტო 150 გ, მარილი 5 გ, შაქარი 5 გ, ძმარი 10 გ, ოხრახუში 10 გ, მზა მდოგვი 2 გ, ზეთი 3 გ.

ლორის ხორცის 8 ნაჭერი წამოკეთ შემფურზე და შესაწვავად გაჩაღებულ ნაკვერჩხალზე დადეთ, ხშირად ატრიალეთ, რომ მიიღოთ ერთნაირი ფერის მწვადი; როდესაც შეწითლდება და მზად იქნება, გაეციტ ცხელი ლანგარით. მწვადს გარშემო შემოუწყეთ დაკემილი თავიანი ან მწვანე ხახვი და ოხრაბუში, ცალკე მიეციტ ტყემლის საწებელი ან ბროწეულის წვენი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ლორის ხორცი 260 გ, ხახვი 24 გ, ოხრაბუში 10 გ, ტყემალი 40 გ, მარილი 5 გ.

ბატანის ან ცხვრის მწვადი ბადრიჯნითა და პამიდვრით

ბატენის ან ცხვრის ხორცი დაჭერით, ულუფაზე რვა ნაჭერი, მათ შორის ექვსი რბილი და ორი ნეკნებიანი. მოაყარეთ მარილი, აურიეთ ერთმანეთში, ჩაუშვით ღრმა ჭურჭელში, კარგად დატყეპნეთ და 2-3 საათის განმავლობაში შეინახეთ ცივად. მოთხოვნის დროს ხორცი წამოაგეთ შემფურზე მწყობრად, დააწყეთ გაჩაღებულ ნაკვერჩხალზე და ხშირად ატრიალეთ. ხორციდან ერთად შემფურზე წამოაგეთ ღუმეჩართული ბადრიჯანი, ხოლო ათი წუთის შემდეგ პამიდორი და შეწვით; როდესაც მწვადი საკმარისად დაწითლდება, ისე რომ არ გამოშრეს, წამოაძრეთ, დააწყეთ ლანგარზე და შემოუწყეთ შემწვარი ბადრიჯანი და პამიდორი, ამასთან ნწვანე ხახვი და ოხრაბუშის ფოთლები (სურ. 26); გაუშვით ცხელ მდგომარეობაში.



სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ბატენის ან ცხვრის ხორცი 330 გ, ცხვრის ღუმე 20 გ, ბადრიჯანი 75 გ, პამიდორი 75 გ, ხახვი 50 გ, ოხრაბუში 10 გ, მარილი 5 გ, შავი პილპილი ბადრიჯნისათვის 0,01 გ.

სურ. 26. ბატენის ან ცხვრის მწვადი ბადრიჯნითა და პამიდვრით

ბატანის მწვადი ერთ ნაზრად

ბარკლიდან ან ბეჭიდან გამოკერით ხორცი, მოაყარეთ მარილი და კარგად დაზილეთ, რომ ხორცს მარილი გაუჯდეს, ცოტა ხანს გააჩერეთ, შემდეგ წამოაგეთ შემფურზე და დადეთ გაჩაღებულ ნაკვერჩხალზე, მუდმივად ატრიალეთ, შეწითლებისას რამდენჯერმე წაუსვით გამდნარი კარაქი ან ღუმე; როდესაც მზად იქნება, წამოაძრეთ, დადეთ ლანგარზე და შემოუწყეთ მწვანე ხახვი, ოხრაბუშის ფოთლები და ცალკე მიეციტ ახალი ტყემლის საწებელი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ბატენის ხორცი 331 გ, ხახვი 50 გ, ოხრაბუში 10 გ, ტყემალი 50 გ, მარილი 4 გ.

შენიშვნა: ერთი და იმავე წესით და პროდუქტების ერთნაირი ნორმით შეიძლება გაისტუმროთ შამფურზე შემწვარი ბატნის ზურგი თირკმელით, რასაც უმჯობესია შემზადების დროს ააქრათ ზურგის ძარღვი და შემდეგ შეწვათ.

ბატანის ჯიგრის მწვადი აშხაზურად

ბატნის გულ-ღვიძლი და ფილტვები დაჭერით, ერთ ულუფაზე 8 ნაჭერი, მოაყარეთ მარილი, შავი პილპილი, დაკეპილი ძვანე ხახვი და ერთმანეთში აურიეთ. წამოაგეთ შამფურზე და შეწვით ნაკვეთი ხალზე; როდესაც შეწითლდება, წაუსვით კარაქი, მერე შეახვიეთ ბატნის ბადიაში ისე, რომ არ გაიშალოს. ამის შემდეგ გააგრძელეთ შეწვა იმავე წესით; როდესაც მზად იქნება, წამოაძრეთ შამფურიდან და ორად გაჭერით, მოათავსეთ თბილ ლანგარზე, გარშემო შემოუწყეთ მწვანე ხახვი და ოხრაბუში, ცალკე მიეცით კოწახურის ან ახალი ტყემლის საწებელი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ბატნის ჯიგარი 240 გ, ბატნის ბადია 40 გ, კარაქი 10 გ, მწვანე ხახვი 50 გ, ოხრაბუში 20 გ, კოწახურის ან ტყემლის საწებელი 30 გ, მარილი 5 გ, შავი პილპილი 0,1 გ.

სუკის მწვადი

ძარღვებისაგან გაწმენდილი სუკის ბოლო ნაწილს მოაჭერით ულუფაზე ერთი ნაჭერი, მოაყარეთ მარილი და ოდნავ დაზილეთ. ამის შემდეგ წამოაგეთ შამფურზე და დადეთ გაჩაღებულ ნაკვეთი ხალზე. როდესაც შეწითლდება, დროგამოშვებით წაუსვით გამდნარი კარაქი და განუწყვეტლივ ატრიალეთ, მანამ არ შეიწვება; როდესაც მზად იქნება, გაეცით ლანგარით ცხელ მდგომარეობაში. გარნირად მიეცით ხახვი და ოხრაბუში, აგრეთვე ერთი მეოთხედი ლიმონი ან ტყემლის საწებელი, ან ბროწეულის წვენი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: სუკის ხორცი 250 გ, კარაქი 10 გ, ხახვი 50 გ, ოხრაბუში 10 გ, ლიმონი 20 გ ან ტყემალი 50 გ, ან ბროწეულის წვენი 50 გ, მარილი 5 გ.

შემწვარი გოჭი წიწიბურას ფაფით

გოჭი, წონით ოთხი-ხუთი კილოგრამის ოდენა, კარგად გაასუფთავეთ და გარეცხეთ ცივ წყალში. შიგნიდან და გარედან მოაყარეთ



სურ 27. შემწვარი გოჭი წიწიბურას ფაფით

მარილი და მთლიანად გაშლილი ან სიგრძეზე ორად გაჭრილი და-
დეთ საწვავზე კანით ზევით, წაუსვით არაქვანი, მოასხით ქონი და
შესაწვავად პაერლუმელში შედგით. დროგამოშვებით წაუსვით გა-
რედან ცხიმში ან გადაავლეთ თვისივე სიმსუქნე. ვიდრე გოჭი შეიწ-
ვება. მოხალეთ წიწიბურა და წყალში მოხარშეთ. შემდეგ შეაზავეთ
კარაქით და მარილით. როგორც ფანტია ფლავი.

გოჭის ულუფა შედგება განსაზღვრული წონის ორი ნაჭრისაგან,
მას გარნირად მიეცით წიწიბურას ფანტია ფაფა და გადავლეთ გამ-
დნარი კარაქი; გააფორმეთ მწვანილით (სურ. 27).

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: გოჭი 173 გ. კარაქი 20 გ, წი-
წიბურას ბურღული 60 გ, მარილი 5 გ, არაქანი 5 გ, ახალი ოხრა-
ხუში 10 გ.

შამფურზე შამფვარი კუპაბი

ლორის ხორცი ხახვთან ერთად გაატარეთ სორცის საკვებ მანქა-
ნაში, შეაზავეთ კოწახურით, წმინდად დაკეპილი ნივრით და ზირათი,
შეანელეთ მარილით და შავი პილპილით, ისინი კარგად აურიეთ
ერთმანეთში და ცივი წყლით დაზილეთ. ამრიგად მომზადებული ჩა-
სართავით გაავსეთ ღორის დამბალი ნაწლავი ისე, რომ თითო ცალი
გამოვიდეს 150 გრამი, თავი და ბოლო ერთმანეთს მიაკარით ხეზით.
წამოაგეთ შამფურზე და შეწვით ნაკვერჩხალზე, გაუშვით ცხელ
მდგომარეობაში. ულუფაზე ორი ცალი. გარნირად მიეცით დაკემ-
სილი თავიანი ხახვი და ნაშარაბი ან ტყემლის საწებელი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ღორის ხორცი 306 გ, თავი-
ანი ხახვი 30 გ, კოწახური 15 გ ან ბროწეულის მარცვალი 20 გ,
ზირა 0,5 გ, ნაშარაბი ან ტყემალი 30 გ, ღორის ნაწლავი 5 გ, ნიო-
რი 3 გ, მარილი 5 გ, შავი პილპილი 0,5 გ.

ბატენის ნაენგებიანი მწვადი ერთ ნაზრად

ბატენის გვერდებიან ზურგა და მკერდს შუა გამოჭერით ნაქე-
რი. შეწვის წინ მოაყარეთ მარილი და დაზილეთ, რომ მარილი აით-
ვისოს, შეწვის დროს კარაქი წაუსვით. მწვადი წამოაძვრეთ და და-
დეთ ლანგარზე, გარნირად შემოუწყყეთ მწვანე ხახვი და ოხრა-
ხუში, ერთი მეოთხედი ნაჭერი ლიმონი ან ტყემლის საწებელი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ბატენის ხორცი (ნეკნებიანი)
260 გ, ხახვი 50 გ, ოხრა-
ხუში 10 გ, ლიმონი 20 გ ან ტყემალი 30 გ,
მარილი 4 გ.

ბატენის ან ცხვრის ხორცის მწვადი ტაფაზე შამფვარი

ბატენის ან ცხვრის ხორცი დაჭერით, ერთ ულუფაზე რვა-ათი
ნაჭერი, მათ შორის: ოთხი ნეკნებიანი და დანარჩენი ობილი. დაჭ-

რილ სამწვადეს მოაყარეთ მარილი, დაზილეთ. შემდეგ დაალაგეთ კარაქწასმულ თუჯის ცხელ საულუფე. ტაფაზე და დადგით ცეცხლზე; როდესაც ერთ მხარეს დაწითლდება, გადააბრუნეთ მეორე მხარეზე და მერე დაახურეთ სახურავი. მწვადი რომ საკმარისად დაწითლდება და მზად იქნება, მოაყარეთ დაკემსილი მწვანე ხახვი, ოხრაახუშის ფოთლები, კამა და გაისტუმრეთ ცხელ მდგომარეობაში იმავე ტაფით, ნაკვერჩხალზე ან სპირტის ალზე მოშიშხინე. ცალკე მიეცით ახალი ტყემლის საწებელი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ბატნის ან ცხვრის ხორცი 330 გ, მწვანე ხახვი 75 გ, ოხრაახუში 10 გ, კამა 5 გ, კარაქი 10 გ, ტყემლის საწებელი 40 გ, მარილი 5 გ.

ძროხის ხორცის გასტუმრა

ძროხის სუკი, გვერდებიანი ზურგის ან თეძოს რბილი დაჭერით ერთნაირი ზომის ნაჭრებად, ერთ ულუფაზე რვა ნაჭერი. მოაყარეთ მარილი და შავი პილპილი, ერთმანეთში კარგად აურიეთ, შემდეგ მიუმატეთ წმინდად დაკეპილი თავიანი ხახვი, დაფნის ფოთოლი, დანაყილი ბაპარი, ღვინის ძმარი, შეიძლება დაუმატოთ მცირე რაოდენობის ნიგვზის ზეთი და კარგად აურიეთ. ჩაუშვით თიხის ჭურჭელში და გააჩერეთ ორი-სამი დღე. შემდეგ წამოაგეთ შამფურზე და შეწვით ნაკვერჩხალზე. გარნირად მიეცით ოხრაახუშის ფოთლები და მწვანე ხახვი, ცალკე შეიძლება მისცეთ ტყემლის საწებელი ან ლიმონი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ძროხის რბილი ხორცი 215 გ, თავიანი ხახვი 35 გ, ნიგვზის ზეთი 5 გ, ძმარი 10 გ, მარილი 4 გ, პილპილი 0,2 გ, დაფნის ფოთოლი 0,02 გ, ოხრაახუში 5 გ. მწვანე ხახვი 30 გ, ტყემალი 30 გ ან ლიმონი მთელის 1/6, ბაპარი 0,1 გ.

ცხვრის მწვადი მოსამუშაოდ

ცხვრის ხორცს, ერთ ულუფაზე 6 ნაჭერ რბილს და ორ ნეკნებიანს მოაყარეთ მარილი, შავი პილპილი და დაკეპილი თავიანი ხახვი, დააწურეთ ლიმონის წვენი ან ძმარი და ერთმანეთში კარგად აურიეთ. ამრიგად შემზადებული ორი-სამი საათი შეინახეთ ცივად, რის შემდეგ წამოაგეთ შამფურზე და შეწვით ტაფაზე; როდესაც მზად იქნება, გაუშვით ლანგარზე დაწყობილი, გარნირად მიეცით მწვანე ხახვი და ოხრაახუშის ფოთლები, ცალკე მიეცით ბრინჯის ფხვიერი ფაფა.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ცხვრის ხორცი 275 გ, ხახვი 30 გ, მწვანე ხახვი 30 გ, კარაქი 20 გ, ლიმონი 1/6 ან ძმარი 10 გ, ოხრაახუში 10 გ, მარილი 5 გ, შავი პილპილი 0,1 გ.

ლიულა-კეზაბი აზერბაიჯანულად

ცხვრის ხორცი ხახვთან ერთად გაატარეთ ხორცის საყვამლე მანქანაში შეანელეთ მარილითა და პილპილით. გაურიეთ ღუმელში. დააველეთ ცივი წყლით და კარგად დაზილეთ. შემდეგ ერთ ულუფზე განსაზღვრული წონის ქებაბის ხორცი ოთხ ცალად, თითო 12 სანტიმეტრის სიგრძის, წამოაგეთ შამფურზე და შეწვით ნაკვეთი ხალხზე. როდესაც მზად იქნება, შამფურიდან თბილ ლავაშზე დადეთ და შეახვიეთ მრგვლად (სურ. 28). ქებაბს ზევიდან მოაყარეთ თუთუბი (ბარბარისი) და დაკემსილი ხახვი, გაუშვით თბილ მდგომარეობაში.



სურ. 28. ლიულა-კეზაბი აზერბაიჯანულად

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ცხვრის ხორცი 333 გ, ღუმე 10 გ, ხახვი 60 გ, თუთუბი 3 გ, ლავაში 100 გ, მარილი 5 გ, შავი პილპილი 0,1 გ.

ლორის ჯიგარის იმერული კეზაბი

ლორის ჯიგარი (გულ-ღვიძლი) დაჭერით წვრილად, მიუმატეთ ჯიგარის ერთი მეოთხედი წვრილად დაჭრილი ლორის მსუქანი ხორცი და ერთმანეთში არევის შემდეგ გათუთქეთ მღუღარე წყალში, გადაწურეთ და გარეცხეთ. შემდეგ მოშუშეთ სქელძირიან განიერ ქებაში. 10 წუთის შუშვის შემდეგ გადმოღვით და ჩაუმატეთ დაკეპილი ხახვი, ნიორი, კოწახური, ხმელი სუნელი, მარილი და დაკეპილი წიწაკა. ყოველივე ეს აურიეთ ერთმანეთში, ჩაუშვით ლორის ნაწლავში და შეამზადეთ განსაზღვრული წონის, მრგვალი ფორმისა. ბოლოები ხეზით შეუკარით.

კუპატი შეწვით კარაქში ან შამფურზე; როდესაც მზად იქნება, დააწყეთ ლანგარზე, ზევიდან მოაყარეთ დაკემსილი ხახვი და ოხრახუში, ცალკე მიეცით კოწახურის ან ტყემლის საწებელი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ლორის ჯიგარი 280 გ, ლორის ხორცი 40 გ, ძირძურები 20 გ, კოწახური 10 გ, ნიორი 5 გ, ხმელი სუნელი 1 გ, ნაწლავი 80 გ, ხახვი 30 გ, მარილი 5 გ, წიწაკა 1 გ, ტყემალი 50 გ.

ცხვრის მწვადი ჰირიშულად, ფლავით

ცხვრის ხორცი დაჭერით, ერთ ულუფაზე რვა ნაჭერი, მოაყარეთ მარილი და შავი პილპილი, აგრეთვე დაკეპილი ხახვი და აურიეთ ერთმანეთში. ამრიგად შეზავებული სამწვადე ხორცი ორი-სამი სა-

ათის განმავლობაში შეცნახეთ ცივად. შემდეგ წამოაგეთ შამფურზე და შეწვით; როდესაც მზად იქნება, გაუშვით ლანგარით, გარნირად მიეცით ერბოთი შეზავებული ფანტია ფლავი და გააფორმეთ ოხრახუშის ფოთლებით და მწვანე ხახვით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ცხვრის ხორცი 275 გ. ბრინჯი 60 გ, ერბო ან კარაქი 20 გ, ხახვი 40 გ, მარილი 5 გ, დაფუჭული შავი პილპილი 0,1 გ, ახალი ოხრახუში 10 გ, მწვანე ხახვი 30 გ.

ჩხარზე შემწვარი ცხვრის ხორცის მომზადება მწვანე

ბატკნის ან ცხვრის სათბილო დაჭერით, ულუფაზე ხუთი ან ოთხი ბრტყელი ნაჭერი, მიუმატეთ ერთი ცალი ოთხად გაქრილი თავისივე თირკმელი, მოაყარეთ მარილი და შავი პილპილი. აურიეთ ერთმანეთში. ნაკვერჩხალზე დადეთ გასუფთავებული ჩხარი და წაუსვით უმი ცხვრის ღუმა, შემდეგ დააწყეთ შემზადებული ცხვრის ხორცი; როდესაც ირგვლივ დაწითლდება და მზად იქნება, დადეთ ლანგარზე, ზევიდან მოაყარეთ დაკეპილი მწვანე ხახვი, ოხრახუში და კამა, დააწურეთ ლიმონის წვენი ან ღვინის ძმარი და გაისტუმრეთ ცხელ მდგომარეობაში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ცხვრის ხორცი 221 გ. მწვანე ხახვი 50 გ, კამა 5 გ. ოხრახუში 5 გ, მარილი 4 გ, შავი პილპილი 0,01 გ, თირკმელი 20 გ.

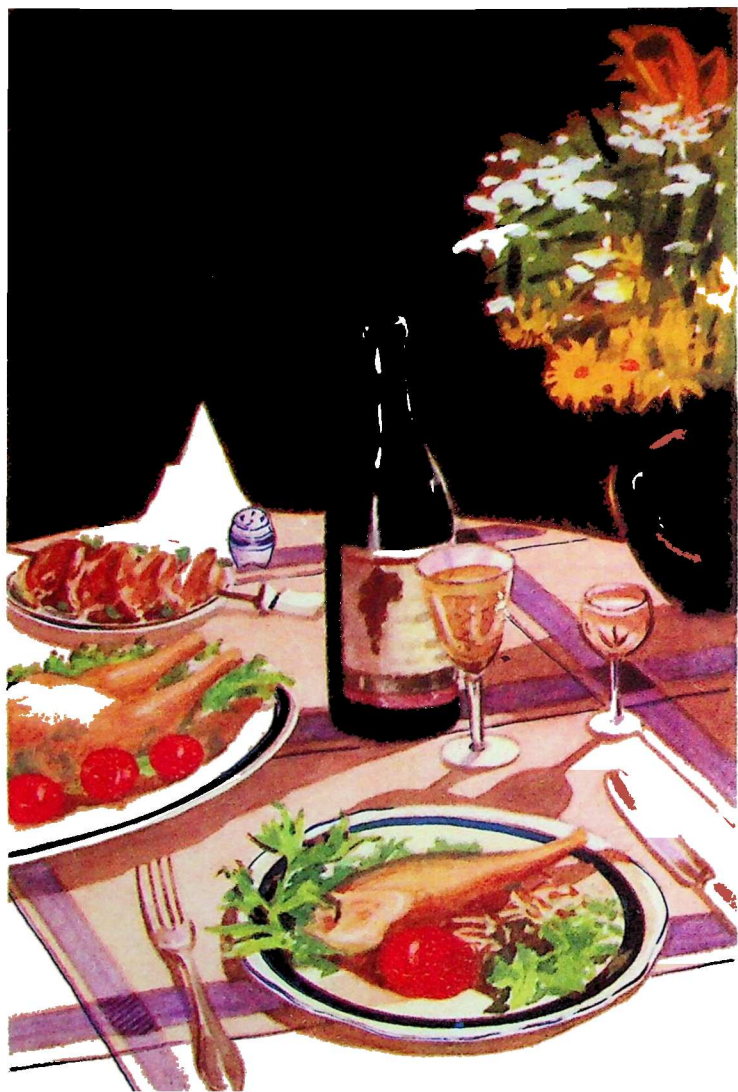
ლორის მკერდის მწვადი ერთ ნაბრად

მოჭერით ლორის მკერდი, ერთ ულუფაზე 10 სანტიმეტრის სიფართის და 25 სანტიმეტრის სიგრძის ერთი მთელი ნაჭერი, მოაყარეთ მარილი, ათი-თხუთმეტ წუთის შემდეგ წამოაგეთ შამფურზე და შეწვით ნაკვერჩხალზე; როდესაც მზად იქნება, ლანგარზე წამოაძრეთ, შემოუწყეთ მწვანე ხახვი და ოხრახუში; ცალკე მიეცით ტყემლის საწებელი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ლორის ხორცი (გვერდები) 260 გ. მწვანე ხახვი 60 გ ან თავიანი ხახვი 40 გ, ოხრახუში 10 გ, ტყემლის საწებელი 40 გ, მარილი 4 გ.









შინაური და გარეული ფრინველის ხორცი

მოხარშული ქათვის ხორცი,
ბრინჯითა და თეთრი საწებლით

მოხარშული ქათამი დაჭერით და მოთხოვნისას დაალაგეთ თეფშზე ან ულუფის სხვა ღრმა ქურჭელზე. გარნირად მიეცით კარაქში გაცხელებული მოხარშული ბრინჯი და ხორცს დაასხით თეთრი საწებელი, გაუშვით თბილ მდგომარეობაში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ქათამი 200 გ, კარაქი 15 გ, ბრინჯი 60 გ, თეთრი საწებელი 100 გ, მარილი 5 გ.

ჩახოხბილი

ჩახოხბილისათვის გამოიყენეთ ხოხობი ან სხვა გარეული ფრინველი, წიწილა, ქათამი. ხორცი ისე დაჭერით, რომ ულუფაზე განსაზღვრული წონის ოთხი ნაჭერი მოდიოდეს. მას მარილი მოაყარეთ და ცხიმში შეწვით; როდესაც ხორცი საკმაოდ შეწითლდება, სქელძირიან ქვაბში ჩაყარეთ, დააყარეთ დაკეპსილი თავიანი ხახვი, შემდეგ ჩაუმატეთ მოხარშული და საცერში გატარებული პამიდორი ან ტომატი. 5 წუთის შემდეგ დაუმატეთ ღვინის ძმარი და დაკეპილი ახალი ტარხუნა, ქინძი. ოხრახუში, შეანელებთ მარილითა და პილპილით. გაეცით ულუფის ღრმა ქურჭლით. ზევიდან მოაყარეთ დაკეპილი ახალი კამა ან ოხრახუში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: აღნიშნული ხორცი 220 გ, კარაქი 20 გ, თავიანი ხახვი 100 გ, პამიდორი 50 გ ან ტომატი 20 გ.

ძმარი 10 გ, აღნიშნული მწვანილეული 10 გ, მარილი 5 გ, პილპილი 0,1 გ.

ქათმის ხორცი ხახვის საწაბლით

გასუფთავებული ქათამი ათ ნაჭრად დაჭერით და მოაყარეთ მარილი. მოათავსეთ დაბალ ფართო ქვაბში, დაამატეთ კარაქი, დაახურეთ თავსახური და მოშუშეთ.

როდესაც ქათმის ხორცი დაწითლდება, ჩაუმატეთ დაკეპილი ხახვი და ნიორი ერთად, მოურიეთ და დაასხით ბულიონი ან წყალი, კიდევ შუშეთ, 10 წუთის შემდეგ ჩაუმატეთ ტომატი, მხოლოდ 5 წუთის შემდეგ ხორცის ბულიონში გახსნილი კარაქში მოშუშული ხორბლის თეთრი ფქვილი, ჩაუმატეთ მრგვლად შემწვარი კარტოფილი და კამა-ოხრახუშის კონა. შეანელებთ მარილით და პილპილით, შეიძლება ჩაუმატოთ ლიმონის წვენი. გაისტუმრეთ ულუფის ღრმა ჭურჭლით, ზემოდან მოაყარეთ დაკეპილი კამა ან ოხრახუში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ქათმის ხორცი 220 გ, კარაქი 20 გ, ხახვი 60 გ, ფქვილი 3 გ, ტომატი 15 გ, ლიმონი 5 გ, მარილი 5 გ, პილპილი 0,1 გ, კამა 5 გ, ნიორი 5 გ.

მოხარშული წიწილა ბრინჯით და თეთრი საწაბლით

მთელი წიწილა, კისრისა და ფეხების მოჭრის შემდეგ, შეკარით კანაფით, ამის შემდეგ მოხარშეთ ორთქლში; როდესაც მზად იქნება, გამოაცალეთ კანაფი და დადეთ ლანგარზე, გვერდით მოაყარეთ ორთქლში მოხარშული ბრინჯი, ზევიდან გადაავლეთ ქათმის ხორცის კვერცხიანი თეთრი საწებელი და ცხლად გაუშვით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: წიწილა 300 გ, კვერცხიანი თეთრი საწებელი 100 გ, ორთქლში მოხარშული ფხვიერი ბრინჯი 150 გ.

წიწილა თეთრი საწაბლით და სოკოთი

წიწილა გასუფთავების შემდეგ შეკარით კანაფით, მოაყარეთ მარილი და ჩადეთ ქვაბში, დაასხით 50 გრამი წყალი, მიუმატეთ კარაქი, თეთრი ძირები, სტაფილო, ხახვი, დაახურეთ ქვაბს სახურავი და ხარშეთ ორთქლში. ამავე დროს კარაქში მოშუშეთ ხორბლის თეთრი ფქვილი და გახსენით წიწილის ნახარშით იმ რაოდენობით, რომ საწებელი ზომიერი სისქის მიიღოს, ჩაუმატეთ ლიმონის წვენი, შეანელებთ, შემდეგ გაწურეთ ტილოს ზელსახოცში და მოათავსეთ ქვაბში. ორთქლის საწებელს ჩაუმატეთ თხლად დაჭრილი დაკონსერვებული ან მოხარშული ქამა სოკო და მოურიეთ, გაშვების დროს წიწილას შეხსენით კანაფი და ჩადეთ ულუფის ღრმა ჭურჭელში, ზევიდან გადაავლეთ ქამა სოკოთი შეზავებული

ორთქლის თეთრი საწებელი და გაუშვით ცხელ მდგომარეობაში.

სურსათ. ს ნორმა ერთ ულუფაზე: წიწილა 300 გ, ქამა სოკო 50 გ, კარაქი 20 გ, ლიმონის წვენი 10 გ, ძირძურები ერთად 10 გ, მარილი 5 გ, ფქვილი 10 გ.

შამწვარი გარეული ფრინველი

ხოხობი, კაკაბი, გნოლი, დურაჯი, მწყერი და სხვ. გასუფთავების შემდეგ შეკერეთ კულინარული წესით, მარილის მოყრის შემდეგ წაუსვით არაჟანი, ჩაღეთ სქელძირიან დაბალ ქვაბში და შეწვით კარაქში. დარბილების მიზნით დროგამოშვებით დაასხით. მცირე რაოდენობით წყალი; როდესაც შეწითლდება და მზად იქნება, დადეთ ლანგარზე, ზევიდან გადაავლეთ ნაწვავი წვენი და კარაქი, გააფორმეთ ოხრახუშით, ცალკე მიეცით ახალი წითელი კომბოსტო ან მწვანე სალათა.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: რომელიმე აღნიშნული ფრინველი 200 გ, კარაქი 20 გ, სალათა 10 გ, მარილი 5 გ, არაჟანი 10 გ, შაქარი 3 გ, ოხრახუში 10 გ.

შამფურზე შამწვარი მწვარი სალათით

კარგად გასუფთავებულ მწყერს ფეხები ჩაუწყეთ მუცლის კანში, მოაყარეთ მარილი, წაუსვით არაჟანი, წამოაგეთ შამფურზე და შეწვით ნაკვერჩხალზე; როდესაც მზად იქნება, დააწყეთ თბილ ლანგარზე, ულუფაზე ორი ცალი გაცით, ცალკე მიეცით გემოზე შეზავებული ახალი სალათა კიტრით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: მწყერი 2 ცალი, არაჟანი 10 გ, სალათა 100 გ, კიტრი 50 გ, ოხრახუში 5 გ, შაქარი 3 გ, მარილი 5 გ.

შამწვარი ინდაური ახალი სალათით

გასუფთავებული ინდაური შეკარით კულინარული წესით, მოაყარეთ მარილი, წაუსვით არაჟანი და მოათავსეთ ტაფაზე, ზევიდან გადაასხით ქონი და შედგით ჰაერლუმელში. შეწვის დროს დროგამოშვებით გადაავლეთ წყალი და შემდეგ თავისი წვენი; როდესაც შეიწვება და მზად იქნება, გაცემის დროს დაქვრით ულუფებად, დააწყეთ ლანგარზე, ზევიდან გადაავლეთ თავისივე ნაწვავი წვენი და გამდნარი კარაქი. გაცემის დროს ცალკე მიეცით წითელი კომბოსტოს სალათა მჟავე კიტრით ან ახალი სალათა კიტრით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ინდაური 264 გ, კარაქი 15 გ, კომბოსტო 150 გ, მარილი 5 გ, მწვანე სალათა 100 გ, არაჟანი 5 გ, მჟავე კიტრი 30 გ.

შემწვარი ქათამი მრგვლად მოშუშული კარტოფილით

გასუფთავებულ ქათამს მუცლის კანში ჩაუწყეთ ფეხები. მოაყარეთ მარილი და წაუსვით არაქანი. დადეთ ტაფაზე, გადაავლეთ ცხიმი და შედგით ჰაერლუმელში შესაწვავად.



სურ. 29. შემწვარი ქათამი მრგვლად მოშუშული კარტოფილით

შეწითლებისას რამოდენიმეჯერ გადაავლეთ თავისი წვენი ან წყალი, რომ დარბილდეს. გაცემის დროს დაკერით, ნაჭრები დააწყეთ ლანგარზე, გარნირად გვერდზე შემოუწყეთ მრგვლად მოშუშული კარტოფილი და ზევიდან გადაავლეთ თავისი

ნაწვევი წვენი და კარაქი. გაათორმეთ ოხრახუშის ფოთლებით (სურ. 29).

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ქათამი 270 გ, კარაქი 15 გ, შესაწვევი ცხიმი 15 გ, მწვანილი 5 გ, კარტოფილი 200 გ, მარილი 5 გ, არაქანი 5 გ.

შამფურზე შემწვარი წიწილა

ერთ ულუფად განკუთვნილ მთელ წიწილას მოაყარეთ მარილი და წაუსვით არაქანი, ამის შემდეგ ის შამფურზე წამოაგეთ და დადეთ ნაკვერჩხალზე, განუწყვეტლივ ატრიალეთ და დროგამოშვებით კარაქი წაუსვით; როდესაც შეწითლდება და მზად იქნება, მოათავსეთ ლანგარზე, გაათორმეთ ოხრახუშის ფოთლებით, ცალკე მიეცით შეზავებულად მწვანე სალათა კიტრით, შეიძლება აგრეთვე მისცეთ შესაფერისი საწებელი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: წიწილა ერთი ცალი, კარაქი 10 გ, არაქანი 5 გ, მარილი 5 გ, სალათა 100 გ, ოხრახუში 10 გ, საწებელი 50 გ.

წიწილა ტაბაკად

გასუფთავებულ წიწილას მუცლის კანში ჩაუწყეთ ფეხები და გაფატრეთ მკერდზე, გაასწორეთ ისე, რომ მიიღოს მრგვალი ფორმა. მოაყარეთ მარილი, წაუსვით არაქანი და შეწვით ტაფაზე ცხიმში; როდესაც მზად იქნება, მოათავსეთ ცხელ ლანგარზე. გარნირად მიეცით შემწვარი კარტოფილი და ცალკე შეზავებული მწვანე სალათა კიტრით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: წიწილა 250 გ (ერთი ცალი). ცხიმი 10 გ, კარაქი 10 გ, არაქანი 10 გ, სალათა 100 გ, კიტრი 50 გ, მარილი 5 გ, კარტოფილი 200 გ.

შემწვარი ბატი მომუშაული კომბოსტოს გარნირით

გასუფთავებულ ბატს ფეხები მუცლის კანში ჩაუწყეთ და შიგნიდან და გარედან მოაყარეთ მარილი, წაუსვით არაქანი, დადეთ ტაფაზე, დაასხით ცოტა წყალი და შეწვით ჰაერლუმელში; როდესაც შეწითლდება და მზად იქნება, დაჭერით ულუფებად და გაეცით მომუშაული კომბოსტოთი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ბატის ხორცი 269 გ, კომბოსტო 200 გ, ტომატი 15 გ, ხახვი 15 გ, სტაფილო 20 გ, თეთრი ძირები 5 გ, ძმარი 5 გ, კარაქი 10 გ, შაქარი 3 გ, მარილი 5 გ, ოხრაბუში 5 გ.

შემწვარი შინაური იხვი მომუშაული ვაშლით

შინაურ იხვს მუცლის კანში ჩაუწყეთ ფეხები, მოაყარეთ მარილი და წაუსვით არაქანი, დადეთ ტაფაზე, მოასხით სიმსუქნე და შესაწვავად შედგით ჰაერლუმელში; როდესაც შეწითლდება, მოასხით დროგამოშვებით თავისივე წვენი. გარნირად მიეცით მომუშაული მკვავე ვაშლი. გაცემის დროს ზევიდან გადაავლეთ თავისივე წვენი და გაათორმეთ ოხრაბუშის ფოთლებით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: იხვის ხორცი 269 გ, ვაშლი 200 გ, არაქანი 5 გ, კარაქი 10 გ, მარილი 4 გ, ოხრაბუში 5 გ.

შემწვარი კაკაბი, გნოლი ან მწვარი არაქნით

აღნიშნულ რომელიმე ნანადირევ ფრინველს გასუფთავების შემდეგ მოაყარეთ მარილი, წაუსვით არაქანი, ჩაალაგეთ დაბალ ფართო ქვაბში, დაასხით გამდნარი კარაქი, დაახურეთ სახურავი და შეწვით; როდესაც კარგად გაწითლდება და მზად იქნება, გამოაცალეთ კანაფი და კაკაბი ან გნოლი მთელად ან შუაზე გაჭრილი, ხოლო მწყერი მთელად ჩადეთ ისევ იმავე ქვაბში, რომელშიც შეიწვა, დაასხით არაქნის საწებელი და ახალი არაქანი, ადუღეთ 5 წუთის განმავლობაში; როდესაც მზად იქნება, დადეთ ულუფის ღრმა ჭურჭელზე, დაასხით არაქნის საწებელი, ცალკე მიეცით სამკუთხედად დაჭრილი კარაქში შემწვარი მოხარშული კარტოფილი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: კაკაბი ან გნოლი მთელი ან მთელის ნახევარი, ან მწყერი ორი ცალი, არაქნის საწებელი 100 გ, არაქანი 15 გ, კარაქი 30 გ, კარტოფილი 200 გ, მარილი 5 გ, ახალი კამა 5 გ.

გასუფთავებული ხოხობი შეკარით კანაფით, მოაყარეთ მარილი და წაუსვით არაქანი, შეწვით ქვაბში ან შამფურზე. მანამ ხოხობი შეიწება, კარაქში მოსუშეთ დაკეპილი ხახვი, 10 წუთის შუშვის შემდეგ ჩაუმატეთ გარჩეული ბროწეულის მარცვლები და კიდევ შუშეთ; როდესაც ხოხობი მზად იქნება, შეხსენით კანაფი, დაჭერით, მოათავსეთ ლანგარზე, ცალკე ან ერთად მიეცით ბროწეულის მარცვლები, ხოხობს ზევიდან გადაავლეთ ნაწვევზე მომზადებული წვენი და გაუშვით ცხლად.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ხოხობი 300 გ, კარაქი 30 გ, არაქანი 5 გ, ბროწეულის მარცვლები 50 გ, ხახვი 30 გ, შაქარი 5 გ, მარილი 5 გ, ოხრახუში 10 გ.

ხოხობის, კაპაზის ან ღურაჯის მჟერდის შეფუთვარი კაბლები

ხოხობს ამოჭერით ნახევარი მკერდის რბილი თავისი ერთი მესამედი ფრთის ძვლით. ამოჭრილ მკერდის რბილს მოაცილეთ პატარა სუკი, შემდეგ მოაშორეთ ძარღვი, თხლად ააჭერით გარსის კანი, გაასუფთავეთ ძარღვებისა და ზედმეტებისაგან, ჩაუმატეთ თავისი პატარა სუკი და მოაყარეთ მარილი, ამოავლეთ კვერცხში და ქალაქის ფუნთუშის მსხვილად გაცრილ ორცხობილაში და შეწვით კარაქში. გასტუმრებისას დადეთ შემწვარ პურზე, გარშემო შემოუწყეთ სამი ან ოთხნაირი ბოსტნეულის გარნირი, ზევიდან გადაავლეთ გამდნარი კარაქი და გააფორმეთ ოხრახუშის ფოთლებით. ცალკე მიეცით დაკეპილი ქამა სოკოთი შეზავებული წითელი საწებელი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ხოხობის ხორცი 247 გ, კარაქი 20 გ, ერბო ან ქონი 10 გ. პური კატლეტის ქვეშ დასადებად 25 გ, ფუნთუშა ორცხობილასათვის 10 გ, კვერცხი 10 გ, კარტოფილი 100 გ, მწვანე ცერცველას მარცვალი 40 გ, მწვანე ლობიო 50 გ, სტაფილო 40 გ, რძე 20 გ, შაქარი 10 გ, მარილი 5 გ, ახალი ოხრა-ხუში 10 გ, ქამა სოკო 10 გ, წითელი საწებელი 50 გ.

ქათმის კაბლები ჩასართავით და ქამა სოკოს საწვალით

ზემოაღნიშნული წესით შემზადებული ქათმის მკერდის რბილი გაჭერით ორად, მოაჭერით ძვალი, შემდეგ დაასველეთ რძეში და გაათხელეთ საბეგვით, თითოეული სამკუთხედი ფორმით. შუა ადგილას დადეთ მოხარშული და წმინდად დაკეპილი ქამა სოკოთი შეზავებული რძის ფაფა. შემდეგ თითოეულს გაუკეთეთ ქათმის ძვალი და მრგვლად შეკარით, მსხლის ფორმის მსგავსად, მოაყარეთ მარილი, ამოავლეთ გათქვეფილ კვერცხში, შემდეგ თეთრი პურის

წმინდად დაფქულ ორცხობილაში და შეწვით ცხელ ერბოში; როდესაც დაწითლდება და მზად იქნება, დააწყეთ ლანგარზე დადებულ შემწვარ პურზე ორი ცალი ისე, რომ ძვლები ორივეს მალა ჰქონდეს, შემოუწყეთ შემწვარი კარტოფილი და ორნაირი ბოსტნეულის გარნირი, ზევიდან გადაავლეთ გამდნარი კარაქი და გააფორმეთ მწვანელით. ცალკე მიეცით დაკეპილი სოკოთი შეზავებული წითელი საწებელი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ქათამი 200 გ, კარაქი 20 გ, ერბო 15 გ, კვერცხი 10 გ, რძე 25 გ, ქაშა სოკო 15 გ, ხორბლის თეთრი ფქვილი 5 გ, თეთრი ორცხობილა 10 გ, თეთრი პური 25 გ, კარტოფილი 150 გ, დაკონსერვებული მწვანე ცერცველა 40 გ, მწვანე ლობიო 40 გ, წითელი საწებელი 30 გ, მარილი 5 გ, მწვანელი 5 გ. ერთი და იმავე წესით შეიძლება მოამზადოთ გარეული ფრინველის კატლეტი ჩასართავით.

ქათმის მკერდის კატლეტი

ქათამს მთლიანად ამოაჭერით მკერდის რბილი ერთი მესამედი ფრთის ძვლით, გაასუფთავეთ, მოაშორეთ შიგნითა პატარა სუკი, გაწმინდეთ ძარღვებისაგან; ამავე დროს ქათმის მკერდის საკატლეტე რბილს თხლად ააჭერით გარეთა კანი, გაწმინდეთ ძარღვებისაგან, ჩაურთეთ თავისივე პატარა სუკი სიგრძით, მოაყარეთ მარილი, ამოაღეთ გათქვეფილ კვერცხში, მერე თეთრი პურის



წმინდად დაფქულ ორცხო- სურ. 30. ქათმის მკერდის კატლეტი ბილაში და შეწვით სპილენძის ტაფაზე კარაქში; როდესაც მზად იქნება, ლანგარზე დადეთ კატლეტის ფორმით გამოყვანილი შემწვარი პური, მასზე დადეთ კატლეტი, გარშემო შემოუწყეთ შემწვარი კარტოფილი და ბოსტნეულის ორნაირი გარნირი. გადაავლეთ გამდნარი კარაქი, გააფორმეთ ახალი სალაითთ ან ოხრაბუშის ფოთლებით (სურ. 30).

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ქათამი 235 გ, თეთრი პური 20 გ, თეთრი პურის ორცხობილა 10 გ, კვერცხი 10 გ, კარაქი 20 გ, ერბო 10 გ, კარტოფილი 150 გ, დაკონსერვებული მწვანე ცერცველა 40 გ, სტაფილო 50 გ, ფქვილი 5 გ, რძე 10 გ, მარილი 5 გ, მწვანელი 10 გ.

მოზრდილი წიწილის მკერდის ნახევარს მოაქერით რბილი თავისი ფრთის ძვლით და ბარკლით. როგორც მკერდს, ისე ბარკალს, მოაქერით ზედმეტი ნაწილები და ძარღვები, დაასველეთ რძეში და დაბეგვით ისე, რომ არ დაიშალოს, თითოეულს სამ-ოთხ ადგილას გაუქერით ხორცი, რომ შეწვის დროს არ მოიკაცვოს, გამოიყვანეთ ულუფაზე ორი ცალი ისეთი ფორმის კატლეტი, როგორი ფორმისაც არის მკერდის ნაწილი. მოაყარეთ მარილი, ამოავლეთ კვერცხის ლიეზონში, მერე წმინდად დაფქულ თეთრი პურის ორცხოზილაში და შეწვით კარაქში; როდესაც საკმარისად დაწითლდება და მზად იქნება, ლანგარზე დააწყეთ ორი ცალი კარაქში შემწვარი სამკუთხედი პური და მასზე კატლეტები დაალაგეთ, გარშემო შემოუწყეთ ბოსტნეულის სამნაირი გარნირი, ზევიდან გამდნარი კარაქი გადაავლეთ და გაუშვით თბილ მდგომარეობაში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: წიწილა 200 გ, კარაქი 20 გ, კვერცხი 10 გ, თეთრი პური 20 გ, კარტოფილი 125 გ, მწვანე ლობიო 50 გ, მწვანე ცერცვი 40 გ, მწვანილი 10 გ, მარილი 5 გ.

ქათმის კატლანი კიევირად

ქათმის ნახევარი მკერდის რბილი ამოქერით თავისი ძვლით, მოაშორეთ ზედმეტი ძვალი და სხვა რბილეული, გაწმინდეთ ძარღვებისაგან და დაასველეთ რძეში, საბეგვით გააბრტყელეთ თხლად ისე, რომ ფრთის ძვალი არ მოშორდეს; გაბრტყელებულ ქათმის რბილს წაუსვით უმი კვერცხის გული, ამავე დროს დაზილეთ კარაქი, რაშიც აურიეთ დაკეზილი ახალი კამა და მოგრძო ფორმით გამოყვანილი კარაქი დადეთ ქათმის გაბრტყელებულ რბილზე შუა ადგილას, გადააფარეთ ქათმის დანარჩენი ხორცი და დანით ყოველი მხრიდან დაფარეთ კარაქი. მოაყარეთ მარილი, ამოავლეთ გათქვეფილ კვერცხში და თეთრი პურის დაფქულ ორცხოზილაში, შეწვით ცხიმში 3-4 წუთის განმავლობაში ისე, რომ ჩართული გაუმდნარი დარჩეს, გაშვების წინ კატლეტი 1-2 წუთით შედგით შესაწვავ კარადაში; როდესაც მზად იქნება, დადეთ ლანგარზე. გვერდით შემოუწყეთ მწვანე ცერცველას და ნამჭისებურად დაჭრილი შემწვარი კარტოფილის გარნირი, გადაავლეთ გამდნარი კარაქი და გააფორმეთ შესაფერისად. ულუფაზე გაეცით ერთი ცალი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ქათმის ხორცი 200 გ, კარაქი 30 გ, ქონი 15 გ, კვერცხი 10 გ, პურის ორცხოზილა 12 გ, გარნირები 150 გ, კამა 3 გ, ოხრახუში 5 გ, რძე 10 გ, თეთრი პური 25 გ, მარილი 4 გ.

ქათმის ღაჟავილი ხორცის შინიძალი

ქათმის რბილი ხორცი დაკეპეთ დანით, შემდეგ მიუმატეთ რძის ნაღებში დამბალი ქალაქის ფუნთუშა, აურიეთ კარგად და კიდევ დაკეპეთ. მოაყარეთ მარილი გემოზე, ამოავლეთ გათქეფილ კვერცხში და მერე წმინდად დაფქულ ქალაქის ფუნთუშის ორცხობილაში. გამოიყვანეთ ულუფაზე ერთი ცალი ბრტყელი ფორმის შინიძელი, შეწვით კარაქში; როდესაც საკმარისად დაწითლდება და მზად იქნება, დადეთ ლანგარზე, გარნირად მიეცით შემწვარი კარტოფილი და მწვანე ცერცველა. ამასთან ერთად შემოუწყეთ ოთხი თხელი ნაჭერი ლიმონი ან ფორთოხალი. ზევითდან გადაავლეთ გამდნარი კარაქი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ქათმის ხორცი 235 გ, ფუნთუშა 50 გ, კვერცხი 1/2, კარაქი 20 გ, ერბო 10 გ, ცერცველა 50 გ, ლიმონი 15 გ, კარტოფილი 150 გ, ოხრახუში 10 გ, რძის ნაღები 20 გ, მარილი 5 გ.

ქათმის ღაჟავილი ხორცის მინიატურული კაბლაბი

მინიატურული კატლეტის მოსამზადებლად ქათმის ხორცის დაკეპილი მოამზადეთ ისეთივე წესით, როგორც ქათმის დაკეპილი ხორცის კატლეტისათვის. ერთი ულუფა მინიატურული კატლეტის მოსამზადებლად აიღეთ განსაზღვრული წონის ქათმის ხორცის დაკეპილი და მთელი რაოდენობიდან გამოიყვანეთ ოთხი ცალი პატარა წვეტიანი კატლეტი, შემდეგ თითოეული კატლეტი ამოავლეთ კვერცხის ლიეზონში, ხოლო ამის შემდეგ ქალაქის ფუნთუშის დაფქულ ორცხობილაში, შეწვით ტაფაზე კარაქში.

როდესაც მზად იქნება, ლანგარზე დააწყეთ შემწვარი თეთრი პური (ზევით ვიწრო და ქვევით ფართო), მასზე წვეტიანი მხრით მალლა დაალაგეთ კატლეტი, შემოუწყეთ კარტოფილისა და ბოსტნეულის სამი-ოთხი სახის გარნირი და გადაავლეთ კარაქი. ცალკე მიეცით წითელ საწებელში შეზავებული დაკეპილი სოკოს საწებელი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ქათამი 278 გ, თეთრი პური 75 გ, კარაქი 25 გ, რძე 20 გ, კვერცხი 10 გ, ოთხნაირი აღნიშნული გარნირი 150 გ, სოკო 10 გ, წითელი საწებელი 30 გ, მარილი 5 გ, ოხრახუშის ფოთლები 10 გ.

ქათმის ღაჟავილი ხორცის კაბლაბი ჩასართავით

აიღეთ ზემოაღნიშნული წესით მომზადებული ქათმის მზა დაკეპილი ხორცი და გამოიყვანეთ ორი ცალი კატლეტი, ორცხობილაში ამოვლებამდე მასში ჩაურთეთ თითო ცალში ოცი გრამის ოღე-

ნობის რძის სქელი ფაფით შეზავებული მოხარშული და წვრილად დაჭრილი ქათმის კუჭ-ღვიძლი და ქამა სოკო, შეახვიეთ კარგად და ამოავლეთ გათქვეფილ კვერცხში, შემდეგ ფუნთუშის ორცხობილაში, შეწვით კარაქში; როდესაც მზად იქნება, დააწყეთ ლანგარზე და გაუშვიეთ კარტოფილისა და ბოსტნეულის სამი-ოთხი სახის გარნირით. ზევიდან გადაავლეთ გამდნარი კარაქი და გააფორმეთ ოხრა-ხუშით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ქათმის ხორცი 278 გ, თეთრი პური 60 გ, კარაქი 25 გ, რძის ფაფა 40 გ, ქათმის ან წიწილის კუჭ-ღვიძლი 25 გ, ქამა ან თეთრი მოხარშული სოკო 15 გ, ოთხი სახის მზა გარნირი 150 გ, კვერცხი 15 გ, ახალი ოხრა-ხუშში ან სალათა 10 გ, მარილი 4 გ.

შენიშვნა: ერთი და იმავე წესით და ჩასართავით შეიძლება მოამზადოთ ქათმის ხორცის ბიტი.

ქათმის დაზავილი ხორცის კაბლავი გარნირით

ამოჭერით ნახევარი ქათმის მკერდის რბილი თავისი ძვლით, სათანადოდ შეამზადეთ, მსუბუქად დაბეგვით და გამოიყვანეთ ქათმის კატლეტის ფორმის, მოაყარეთ მარილი, ამოავლეთ გათქვეფილ კვერცხში და მერე თეთრი პურის მსხვილად დაფქულ ორცხობილა-ქი, შეწვით კარაქში; როდესაც მზად იქნება, ლანგარზე დააწყეთ კატლეტის ფორმის შემწვარი პური და პურზე დადეთ კატლეტი. შემო-უწყეთ სამნაირი გარნირი — შემწვარი კარტოფილი „პაი“, მწვანე ცერცველა და სტაფილო ან ახალი პამიდორი; კატლეტს და გარნირებს ზევიდან გადაავლეთ გამდნარი კარაქი და გააფორმეთ ახალი ოხრა-ხუშის ფოთლებით, გაუშვიეთ თბილ მდგომარეობაში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ქათმის ხორცი 235 გ, თეთრი პური 50 გ, კვერცხი 10 გ, კარაქი 20 გ, ძროხის ცხიმი 10 გ, კარტოფილი 100 გ, მწვანე ცერცველა 40 გ, სტაფილო 50 გ, ოხრა-ხუშში 5 გ, მარილი 5 გ, რძის ფაფა 10 გ.

ქათმის დაზავილი ხორცის შნიცელი

ქათმის მკერდის გაწმენდილი რბილი დასველეთ რძეში, გააბრტყელეთ და შეამზადეთ შესაფერისი ფორმის შნიცელი. მოაყარეთ მარილი, ამოავლეთ გათქვეფილ კვერცხში და შემდეგ თეთრი პურის მსხვილად დაფქულ ორცხობილაში და შეწვით კარაქში; როდესაც საკმარისად დაწითლდება და მზად იქნება, დადეთ ლანგარზე და გარნირად მიეცით შემწვარი კარტოფილი „პაი“ და მწვანე ცერცველა. ზევიდან გადაავლეთ გამდნარი კარაქი, შემოუწყეთ ოთხი თხელი ნაჭერი ლიმონი და გააფორმეთ ოხრა-ხუშის ფოთლებით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ქათმის ხორცი 235 გ. თეთრი პური 50 გ. კვერცხი 15 გ. კარაქი 20 გ. კარტოფილი 150 გ. მწვანე ცერცველა 40 გ. ლიმონი 20 გ. ოხრახუში 5 გ. მარილი 4 გ.

ქათმის დაავადილი ხორცის კაბლვაბი

ქათმის ხორცის რბილი ნაწილები ორჯერ გაატარეთ წმინდასა-
რიან ხორცის საკვებ მანქანაში, მიუმატეთ ქათმის ხორცის რაოდე-
ნობის ერთი მეოთხედი რძეში დამზალი ქალაქის ფუნთუშა ან თეთ-
რი პური, აურიეთ დაკეპილში და მესამედ გაატარეთ საკვებ მან-
ქანაში, შემდეგ დაასველეთ რძით და დაზილეთ ხელით. დაზეღის
დროს დაკეპილში ჩაუმატეთ უმი კვერცხის ცილა, მარილი გემოზე
და რძე, აურიეთ ერთმანეთში და კარგად დაზილეთ. ბოლოს ჩაუმა-
ტეთ დაკეპილის რაოდენობის ერთი მერვედი კარაქი და გათქვიფეთ
კარგად, რის შემდეგ გამოიყვანეთ კატლეტი, ამოავლეთ ფუნთუშის
მსხვილად დაფქულ ორცხობილაში და შეწვით ტაფაში კარაქით;
როდესაც მზად იქნება, დააწყეთ ლანგარზე, შემოუწყეთ კარტოფი-
ლისა და ბოსტნეულის სამი-ოთხი სახის გარნირი, გააფორმეთ ოხ-
რახუშის ფოთლებით და ზევიდან გადაავლეთ გამდნარი კარაქი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ქათმის ხორცი 278 გ. კარა-
ქი 30 გ. რძე 30 გ. ფუნთუშა ან თეთრი პური 38 გ. სამი სახის
ბოსტნეული და კარტოფილი 200 გ. კვერცხი 10 გ. მარილი 5 გ.
ახალი ოხრახუში 5 გ.

ქათმის დაავადილი ხორცის გიტაი ჩასართავით

აიღეთ ზემოაღნიშნული წესით მომზადებული ქათმის ხორცის
დაკეპილი, გამოიყვანეთ ერთ ულუფაზე განსაზღვრული წონის ორი
ცალი ბიტკი და ორცხობილაში ამოვლებამდე მას ჩაურთეთ რძის
სქელ ფაფაში არეული მოხარშული და დაკეპილი ქამა სოკო, შეხვე-
ვის შემდეგ ამოავლეთ კვერცხის ლიეზონში და მერე ქალაქის ფუნ-
თუშის წმინდად დაფქულ ორცხობილაში. ამრიგად შემზადებული
ბიტკი შეწვით ტაფაზე; როდესაც მზად იქნება, პირველად ლანგარ-
ზე დააწყეთ $1\frac{1}{2}$ სანტიმეტრის სისქეზე მრგვლად გამოჭრილი
შემწვარი პური, მასზე დადეთ ბიტკი, შემოუწყეთ ბოსტნეულის სა-
მი სახის გარნირი და გააფორმეთ ოხრახუშის ფოთლებით; ზევიდან
გადაავლეთ გამდნარი კარაქი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ქათმის ხორცი 278 გ. პური
27 გ. რძე 33 გ. კარაქი 20 გ. კვერცხი 10 გ. ქამა სოკო 5 გ. ორ-
ცხობილა 20 გ. ერბო 10 გ. კარტოფილი 100 გ. მწვანე ცერცველა
40 გ. სტაფილო 50 გ. რძის ფაფა 20 გ. პური ბიტკის ქვეშ დასა-
დებლად 20 გ. მარილა 5 გ. ოხრახუში 5 გ.

წიწილა ორცხოვნილში ზეგვარი

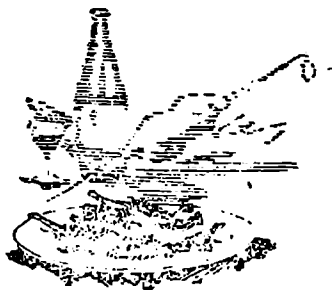
გასუფთავებული წიწილა კულინარული წესით ხეზით შეკარით, მერე ნახევრად მოხარშეთ, რის შემდეგაც გამოაცალეთ ხეზი, მოაყარეთ ღარილი და ამოავლეთ ხორბლის თეთრ ფქვილში. შემდეგ გათქვეფილ კვერცხში და თეთრი პურის წმინდად დაფქულ ორცხოვნილში, მერე შეწვით ცხელ ერბოში ან ქონში; როდესაც მზად იქნება, გაუშვით ლანგარით, შემწვარი კარტოფილით და მჟავე კიტრით, ზევიდან გადაავლეთ გამდნარი კარაქი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: წიწილა მთელი 225 გ, ხორბლის თეთრი ფქვილი 6 გ, მარილი 5 გ, კვერცხი 10 გ, თეთრი პურის ორცხოვნილა 20 გ, ცხიმი 15 გ, კარტოფილი 200 გ, კარაქი 10 გ, ოხრახუში 5 გ.

ორცხოვნილში ზეგვარი წიწილა პოლონურად

გასუფთავებულ წიწილას მოაქერით ფეხები და კისერი ისე, რომ კისრის ტყავი ბეჭზე გადაეფაროს. შემდეგ ბულიონში სქლად მოხარშულ თავნაფქვ ბურღულს ჩაუმატეთ კარაქი, დაკეპილი ახალი კამა და დაკეპილი მოხარშული კვერცხი; ყველა ეს ერთმანეთში კარგად აურიეთ და გააფხეთ წიწილის ჩიჩაყვის ადგილი თავნაფქვი ბურღულისა და კვერცხის ჩასართავით. გადაათარეთ მკერდის და კისრის კანი ბეჭებზე ისე, რომ ფრთის წვერებით დამაგრდეს ბეჭებზე. შემდეგ შეკერეთ კულინარული წესით და მოხარშეთ. ნახევრად მოხარშული ამოიღეთ და მოაშორეთ ხეზი, მოაყარეთ მარილი, ამოავლეთ ხორბლის თეთრ ფქვილში, შემდეგ კვერცხში და ბოლოს თეთრი პურის ორცხოვნილში, რის შემდეგ შეწვით ცხელ ქონში. როდესაც მზად იქნება, დადეთ ლანგარზე, გარნირად მიეცით შემწვარი კარტოფილი და მჟავე კიტრი, გაათორმეთ ახალი ოხრახუშით და ზევიდან გადაავლეთ გამდნარი კარაქი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: წიწილა 224 გ, თავნაფქვი ბურღული 5 გ, კვერცხი ერთი ცალი, ფქვილი 5 გ, ორცხოვნილა 20 გ, კარაქი 15 გ, ქონი 15 გ, კამა 5 გ, კარტოფილი 150 გ, მჟავე კიტრი 50 გ, ოხრახუში 5 გ, მარილი 5 გ.





ბოსტნეულის და კარტოფილის ცხელი კერძები

ყვავილოვანი მოხარშული კომბოსტო ორცხობილას საწებლით

ყვავილოვან კომბოსტოს მოაშორეთ ფოთლები და მოაჭერით ღერო, შემდეგ შუაზე გაჭრილი ჩაუშვით ცივ წყალში, ათი წუთის შემდეგ ჩადეთ ქვაბში და დაასხით ცივი წყალი იმდენი, რომ კომბოსტო დაფაროს. დაახურეთ სახურავი და მოსახარშად დადგით ცხელ ცეცხლზე. საკმარისად მოხარშული გადმოდგით თბილ ადგილას და შეანელეთ მარილით გემოზე. შემდეგ წმინდად გაცრილი თეთრი პურის ორცხობილა მოხალეთ ტაფაზე; როდესაც დაწითლდება, შეურიეთ კარაქი და მუდმივი მორევით ორცხობილაში გააღწეთ, ერთდროულად ჩაუმატეთ ლიმონის წვენი და მარილი.

გაშვების დროს ერთ ულუფაზე განსაზღვრული წონის კომბოსტო დადეთ ულუფის ჭურჭელში და ცალკე მიეცით აღნიშნული პურის ორცხობილას საწებელი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: კომბოსტო 273 გ, კარაქი 15 გ, ორცხობილა 15 გ, ლიმონის წვენი 5 გ, მარილი 5 გ, ოხრა-ხუში 5 გ.

მოხარშული თეთრი სატაცური კვარცხისა და კარაქის საწებლით

გასუფთავებული და დაშვავებული თეთრი სატაცური შეკარით, ულუფაზე ექვსი ცალი, ჩადეთ ქვაბში, დაასხით ცხელი წყალი და

დადგით მოსახარშად; როდესაც მზად იქნება, შეანელეთ მარილით გემოზე. გაშვების წინ პატარა ქვაბში მოათავსეთ ორი კვერცხის გული, ჩაუმატეთ ლიმონის წვენი, მარილი და კარაქი, ქვაბი ჩადგით თბილ წყალში, ურიეთ სანამ გასქელდება. გაშვების დროს სატა-ცურს მოამორეთ ხეზი და ჩააწყეთ ულუფის ჭურჭელში, ცალკე მიეცით აღნიშნული კვერცხის და კარაქის საწებელი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: სატაცური 235 გ, კარაქი 10 გ, 2 კვერცხის გული, ლიმონის წვენი 5 გ, მარილი 5 გ.

ყვავილოვანი კომბოსტო მუსლინის საწებლით

გაწმენდილი და დამუშავებული ყვავილოვანი კომბოსტო ჩაუშვით მარილიან ცივ წყალში. დაახლოებით ერთი საათის შემდეგ უმარილო წყალში მოხარშეთ მთელ-მთელ თავებად, შემდეგ გად-მოდგით და შეანელეთ მარილით. გაცემის დროს, ერთ ულუფაზე განსაზღვრული წონის, ჩადეთ საულუფე ჭურჭელში და გაისტუმრეთ ცხელ მდგომარეობაში (სურ. 31). ცალკე მიეცით კარაქით,

კვერცხის გულითა და რძის ნალებით შეზავებული გათ-ქვეფილი საწებელი—მუსლი-ნი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ყვავილოვანი კომბოსტო 273 გ, კარაქი 15 გ, კვერცხის გული 10 გ, რძის ნალები 20 გ, ლიმონი



სურ. 31. ყვავილოვანი კომბოსტო მუსლი-ნის საწებლით

10 გ, მარილი 5 გ.

ყვავილოვანი კომბოსტო რძის ფაფაში გაშვებული

გარჩეული ყვავილოვანი კომბოსტო მოხარშეთ უმარილო წყალ-ში, შემდეგ შეანელეთ მარილით; ნიკელის ან მელქიორის ჭურჭელ-ზე დაასხით მოხარშული და გემოზე შეზავებული ნახევრად სქელი რძის ფაფის ნორმის ერთი მეოთხედი რაოდენობა და მასზე დადეთ კომბოსტოს ულუფა, შემდეგ კომბოსტოს ზევიდან დაასხით დარ-ჩენილი რძის ფაფის რაოდენობა, მოაყარეთ დაფხვნილი შვეიცარუ-ლი ყველი, მოაწყეთეთ გამდნარი კარაქი და წითელი საწებელი, შედგით ჰაერლუმელში გამოსაცხობად; როდესაც მზად იქნება, საკ-მარისად შეწითლებული გაისტუმრეთ იმავე ჭურჭლით ცხელ მდგო-მარეობაში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ყვავილოვანი კომბოსტო 290 გ, რძის ფაფა 130 გ, კარაქი 5 გ, ყველი 6 გ, მარილი 5 გ.

გრიუსალური კომპოსტო თხელ ცომში შეფუთვარი

გრიუსელური კომპოსტო გაარჩიეთ, გარეცხეთ ცივ წყალში და მოხარშეთ მარილით შეზავებულ მდულარე წყალში; როდესაც მოახარშება, გაწურეთ. შემდეგ კომპოსტოს თითოეული თავი ამოაღეთ ნახევრად თხელ ცომში და შეწვით ერბოში ან ძროხის ქონში; როდესაც საკმარისად დაწითლდება, ამოალაგეთ და გაისტურეთ ლანგარით ცხელ მდგომარეობაში, ზევიდან გადაავლეთ გამდნარი კარაქი. ცალკე მიეცით ტომატის ან კვერცხიანი თეთრი საწებელი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: კომპოსტო 215 გ, მზა ცომი 150 გ, ერბო 10 გ, კარაქი 10 გ, საწებელი 30 გ, მარილი 5 გ.

მწვანე პარკი ლობიო კვარცხით, მართულად

უძარღვო მწვანე პარკი ლობიო გაარჩიეთ და ხელით წვრილად დაამტვრიეთ, გარეცხეთ ცივ წყალში და ჩაუშვით ქვაბში. მოაყარეთ დაკემსილი ხახვი, დაკეპილი რეპანი. ქინძი, კამა, ოხრახუში, მარილი და შავი პილპილი; ყოველივე ამას დაუმატეთ კარაქი ან ერბო და დაასხით წყალი. ხარშვის პროცესში რამოდენიმეჯერ მოურიეთ.

როცა ლობიო დარბილდება და მზად იქნება, მოათავსეთ ტაფაზე, მოსწორების შემდეგ დაასხით რძით შეზავებული გათქვეფილი კვერცხი და მოაწვეთეთ კარაქი. გამოსაცხობად შედგით ჰაერლუმელში. გაეცით იმავე ტაფით, ცხლად. ზევიდან გადაავლეთ გამდნარი კარაქი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ახალი მწვანე პარკი ლობიო 252 გ (ან დაკონსერვებული 334 გ). კარაქი 30 გ, კვერცხი 2 ცალი, ხახვი 48 გ, მწვანილი 10 გ, რძე 25 გ, მარილი 5 გ, პილპილი 0,1 გ.

სატატური კვარცხით, მართულად

მწვანე სატატური გაარჩიეთ, მოამტვრიეთ მაგარი ღეროები, დაჭერით ორი-სამი სანტიმეტრის სიგრძის. გარეცხეთ ცივ წყალში და მოხარშეთ მარილით გემოზე შეზავებულ მდულარე წყალში. შემდეგ გადაწურეთ და ჩაუშვით დაკეპილ მოშუშულ ხახვში და ერთად მოშუშეთ კარაქში, შეაზავეთ დაკეპილი ახალი ქინძით და კამა-ოხრახუშით. შეანელეთ მარილით და შავი პილპილით. ამნაირად შეზავებული სატატური მოათავსეთ ტაფაზე. ზევიდან გადაავლეთ რძეში გათქვეფილი კვერცხი, მოასხით გამდნარი კარაქი და გამოაცხეთ ჰაერლუმელში. გაეცით იმავე ტაფით ცხლად, ზევიდან გადაავლეთ კარაქი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: სატაცური 250 გ, თავიანი ახვი 30 გ, კარაქი 20 გ, რძე 50 გ, კვერცხი 60 გ, მწვანილი 10 გ, ჰარილი 5 გ, შავი პილპილი 0,1 გ.

ჟამა სოკო არაჟნით

ჟამა სოკოს მოაჭერით ფეხის ძირები, გაასუფთავეთ, შემდეგ კარეცხეთ ცივ წყალში, ჩაუშვით ქვაბში, მოაყარეთ მარილი, დაწურეთ ლიმონის წვენი ან ლიმონის სიმჟავე, რომ სოკო არ გაშავდეს, დაახურეთ სახურავი და დადგით მოსახარშად; როდესაც მზად იქნება, გადმოდგით და გააგრილეთ, შემდეგ დაჭერით თითო ცალი ოთხად ან ექვსად, მოშუშეთ კარაქში, 10 წუთის შემდეგ დაასხით არაჟნის საწებელი, შეანელეთ მარილით და ჩაუშვით ულუფის ღრმა ტაფაში, ზევიდან მოაყარეთ დაფხვნილი შეეიცარული ყველი. ამრიგად შემზადებული შედგით შესაწითლებლად ჰაერლუმელში. გაეცით იმავე ტაფით ცხელ მდგომარეობაში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ჟამა სოკო 200 გ, კარაქი 15 გ, არაჟნის საწებელი 75 გ, შეეიცარული ყველი 5 გ, მარილი 3 გ, ლიმონის წვენი 10 გ ან ლიმონის სიმჟავე 5 გ.

თეთრი სოკო კვერცხით, მართულად

თეთრი სოკო ცივ წყალში გარეცხვის შემდეგ ჩაუშვით ქვაბში, მოაყარეთ მარილი, დადგით ფილაქურაზე თავდახურული და მოხარშეთ თავის ორთქლში; როდესაც მზად იქნება, გადმოდგით და დაჭერით სიგრძეზე თხლად, ჩაუშვით ტაფაში და მოშუშეთ კარაქში. 5 წუთის შემდეგ ჩაუმატეთ დაკემსილი მოშუშული ხახვი, დაეპილი ახალი ქინძი, კამა, ოხრახუში, ტარხუნა, შავი პილპილი და ამრიგად შეზავებული მოათავსეთ საუღლუფე ტაფაში. შემდეგ გათქეფეთ კვერცხი, მასში ჩაუმატეთ რძის ნაღები ან არაჟანი და მარილი, მოასხით სოკოზე ისე, რომ კვერცხმა დაფაროს და გამოსაცხობად შედგით ჰაერლუმელში. გაეცით იმავე ტაფით ცხელ მდგომარეობაში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: სოკო 200 გ, ხახვი 25 გ, კარაქი 20 გ, კვერცხი 1 ცალი, რძის ნაღები 15 გ, ყოველგვარი აღნიშნული მწვანილეული 10 გ, მარილი 5 გ, დაფქული შავი პილპილი 0,1 გ.

ნაპრაგი ახალი გომწნეული რძის ფაფით

გაფტქვნილი კარტოფილი დაჭერით კუბიკური მოცულობის ფორმით, ახალი მწვანე პარკი ლობიო დაჭერით ირიბულად, რომების მსგავსად, წვრილად დაჭერით ყვავილოვანი კომბოსტო, გათ-

ლილი სტაფილო დაჭერით ოთხკუთხედი მოცულობის ფორმით; ყველაფერი ეს ცალ-ცალკე მოხარშეთ წყალში, შემდეგ მოათავსეთ დაბალ ფართო ქვაბში ერთად, მიუმატეთ დაკონსერვებული მწვანე ცერცველა, შეაზავეთ კარაქში მოშუშული და საშუალო სისქის რძის ფაფით, შემდეგ ჩაუმატეთ გამდნარი კარაქი, მარილი და კარგად მოურიეთ; როდესაც მზად იქნება, გაუშვით ულუფის ღრმა ჭურჭლით, გვერდებზე შემოუწყეთ სამკუთხედი ხმიადები და გადაავლეთ გამდნარი კარაქი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: კარტოფილი 150 გ. სტაფილო 60 გ. ყვავილოვანი კომბოსტო 50 გ. ახალი ლობიო 60 გ. მწვანე ცერცველა 30 გ. კარაქი 30 გ. ფქვილი 10 გ. რძე 100 გ. მარილი 5 გ. ახალი კამა 3 გ.

ბადრიჯნის პორანი

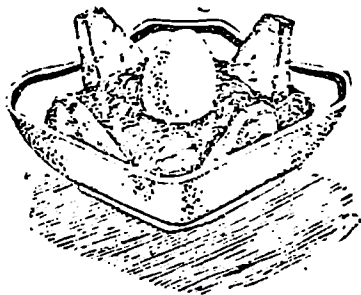
გათალეთ უთესლო ბადრიჯანი, შემდეგ გაჭერით სიგრძეზე სამად და დაჭერით ერთი სანტიმეტრის სისქის ზომით. დაჭრილ ბადრიჯანს მოაყარეთ მარილი და დაზილეთ, რის შემდეგ გაწურეთ ხელით. ამნაირად შემზადებული მასალა ჩაუშვით კარაქით მოშუშულ ხახვში, რომელმაც უნდა იშუშოს ნელ ცეცხლზე. 20 წუთის შემდეგ შეაზავეთ დაკეპილი ახალი ქინძით, კამა-ოხრახუშით, ახალი ზაფრანის ყვავილით და მწვანე წიწკით. მას დაუმატეთ ბულიონი ისე, რომ გასქელდეს; როდესაც დარბილდება. გაეცით ღრმა ჭურჭლით, ზევიდან გადაავლეთ გაწურული მაწონი. მოაყარეთ დაფქული შაქარი და დაფქული დარიჩინი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ბადრიჯანი 250 გ. თავიანი ხახვი 40 გ. მწვანილეული 10 გ. კარაქი 30 გ. მაწონი 30 გ. შაქარი 10 გ. დარიჩინი 5 გ. მარილი 5 გ. წიწკა 3 გ.

ისპანახი რძის ფაფით და

კვერცხით

გარჩეული და გარეცხილი ისპანახი მოხარშეთ მარილ-წყალში, გაწურეთ და გაშალეთ გასაგრილებლად მაგიდაზე, რის შემდეგ გაატარეთ საცერში. ამავ დროს კარაქში მოშუშეთ ხორბლის თეთრი ფქვილი და გახსენით ადუღებულ



რძეში; როდესაც მზად იქნება, სურ. 32. ისპანახი რძის ფაფით და კვერცხით ნება, მას ჩაუმატეთ საცერში გატარებული ისპანახი, შეანელებთ

მარილით. შაქრის ფხვნილით და მიუმატეთ კარაქი; ამასთან მოამზადეთ ქალაქის ფუნთუშა ან თეთრი პური ერთი სანტიმეტრის სისქის, დაასველეთ რძე-კვერცხის ლიეზონში და შეაწითლეთ კარაქით. ისპანახი გაუშვით ღრმა ჭურჭლით (სურ. 32), გარშემო შემოუწყეთ შემწვარი ოთხი ცალი პურის გრენკი და შუაში მოათავსეთ მოხარშული თოხლო კვერცხი, გადააღლეთ კარაქი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ისპანახი 200 გ, კარაქი 25 გ, მარილი 5 გ, თეთრი პური 25 გ.

ბოსტნეულის რაგუ

გაფუქვნილი და გასუფთავებული კარტოფილი, სტაფილო, ხახვი, თეთრი ძირები და თალგამურა დაჭერით ნივრის კბილეების ფორმის და ცხიმში ცალ-ცალკე მოშუშეთ. თეთრთავა კომბოსტო დაჭერით და მოხარშეთ, შემდეგ შემწვარი კარტოფილი და ბოსტნეული აურიეთ, ჩაუმატეთ საწებელი და 10-15 წუთის განმავლობაში მოიყვანეთ ბუღში, რის შემდეგ ჩაუმატეთ დაჭრილი უმი გოგრა ან გოგრუჭა და გააგრძელეთ ბუღვა კიდევ 15-20 წუთი. მზადყოფნამდე 5-10 წუთით ადრე რაგუს მიუმატეთ წამოდულებული კომბოსტო, დაკონსერვებული მწვანე ცერცველა, შეაზავეთ გემოზე მარილით, ნივრით, ახალი კამა-ოხრაბუშით და პილპილით, წამოდულების შემდეგ გადმოდგით და გაეცით ულუფის ღრმა ჭურჭლით ცხელ მდგომარეობაში, ზევიდან მოაყარეთ დაკეპილი კამა ან ოხრაბუში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ხახვი 30 გ, კარტოფილი 67 გ, სტაფილო 56 გ, ახალი კომბოსტო 38 გ, თალგამურა 51 გ, ნიორი 0.1 გ, ტომატი 15 გ, ცერცველა 31 გ, მწვანილეული 8 გ, ცხიმი 26 გ, მარილი 5 გ, პილპილი 0,1 გ.

ისპანახი ზეთით, ჯართულად

ისპანახი გაარჩიეთ, მოაჭერით ფესვები, გარეცხეთ ცივ წყალში, მოხარშეთ მარილით გემოზე შეზავებულ მდუღარე წყალში, შემდეგ გადაწურეთ და გაშალეთ მაგიდაზე; როდესაც სითბისაგან დაიწურება, დანით დაკეპეთ. ზეთში მოშუშეთ დაჭრილი მწვანე ხახვი, ხუთი წუთის შემდეგ ხახვში ჩაუშვით ისპანახი და მოურიეთ; როდესაც გაცხელდება, შეაზავეთ დაკეპილი კამა-ოხრაბუშით, ქინძით, შეანელებთ გემოზე შავი პილპილით ან მწვანე წიწაკით, გაუშვით ულუფის ღრმა ჭურჭლით ცხელ მდგომარეობაში:

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ისპანახი 250 გ, მწვანე ხახვი

50 გ. ყოველგვარი მწვანილეული 10 გ. ზეჟი 20 გ. მარილი 5 გ. პილპილი 0,1 გ.

მოხარშული ახალი პარკი ბარდა კარაქით

უთესლო პარკი ბარდა გაარჩიეთ ძარღვებისაგან, გარეცხეთ და მოხარშეთ მარილით გემოზე შეზავებულ მდულარე წყალში; შემდეგ გადაწურეთ და გააგრილეთ ცივი წყლით. გაცემის დროს გაათბეთ კარაქში და გაისტუმრეთ ულუფის ღრმა ჭურჭლით ცხლად, ზევიდან დაადეთ ერთი ნაჭერი კარაქი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: პარკი ბარდა 250 გ, კარაქი 25 გ, მარილი 5 გ.

ისპანახი კვერცხით, მართულად

ზემოაღნიშნული წესით გარჩეული და გარეცხილი ისპანახი მოხარშეთ მდულარე წყალში. მოხარშული ისპანახი გაწურეთ და მაგიდაზე გაშალეთ, შემდეგ წვრილად დაჭერით და კარაქში მოშუშეთ. მას ჩაუმატეთ მოშუშული დაკემსილი თავიანი ხახვი, ქინძი, ოხრაახუში, კამა და შეანელებ მარილით და შავი პილპილით, ამის შემდეგ მოათავსეთ საულუფე ტაფაზე, ზევიდან დაასხით რძით შეზავებული გათქვეფილი კვერცხი, მოასხით კარაქი და შედგით პაერლუმელში. გაეცით იმავე ჭურჭლით ცხელ მდგომარეობაში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე. ისპანახი 300 გ, კარაქი 30 გ, თავიანი ხახვი 30 გ, აღნიშნული მწვანილეული 10 გ, კვერცხი 2 ცალი, რძე 15 გ, მარილი 5 გ, შავი პილპილი 0,1 გ.

ისპანახი კვერცხით შეიძლება მომზადდეს რძის გარეშეც.

ბრინჯით და ბოსტნეულით სართიანი პამიდორი პრაშნის საწებლით

თბილ წყალში დამბალი ბრინჯი ქვაბში ჩაუშვით, დაასხით იმდენი წყალი, რომ ბრინჯი დაფაროს, ჩაუმატეთ ცხიმი და მარილი, დაახურეთ სახურავი და ხარშეთ ცეცხლზე; როდესაც საკმარისად მოიხარშება, ჩაუმატეთ წვრილად დაჭრილი მოშუშული ხახვი, სტაფილო, თეთრი ძირები, დაკეპილი ახალი კამა, ოხრაახუში, შეანელებ გემოზე მარილითა და შავი პილპილით და კარგად აურიეთ ბრინჯში. ორ ცალ პამიდორს ღეროდან გული ამოაჭერით, გამოიღეთ თესლი და სითხე, შემდეგ გაავსეთ თითოეული აღნიშნული ბოსტნეულის და ბრინჯის ჩასართავით, დაალაგეთ ტაფაზე, მოაყარეთ დაფხვნილი შვეიცარული ყველი და პურის წმინდა ორცხობილა, მოაწვეთეთ გამდნარი კარაქი, წითელი საწებელი და შედგით პაერლუმელში.

როდესაც საკმარისად დაიბრაწება (ისე, რომ არ დაიშალოს), გა-

მოიღეთ და გაისტუმრეთ ლანგარზე ან ტაფაზე დანდებული, ზევიდან გადაავლეთ არაქნის ვარდისფერი საწებელი, მოაყარეთ დაკეპილი ახალი კამა.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: პამიდორი 177 გ, ბრინჯი 18 გ, ხახვი 48 გ, სტაფილო 25 გ, თეთრი ძირები 10 გ, მწვანილი 10 გ, ცხიმი 15 გ, კარაქი 5 გ, არაქნის საწებელი 75 გ, ყველი 5 გ, მარილი 5 გ, პილბილი 0,1 გ.

ბადრიჯანი ბრინჯის და გოსტნეულის ჩასართავით

ორი ცალი ბადრიჯანი გათაღეთ, მოაჭერით თავი და ბოლო, სპეციალური მილით გამოუღეთ გული, შემდეგ თითოეული გაავსეთ ბოსტნეულისა და ბრინჯის ისეთივე ჩასართავით, როგორიც მოამზადეთ პამიდვრისათვის, მოაყარეთ მარილი და შეწვით ტაფაზე ცხიმში; როდესაც საკმარისად შეწითლდება და დარბილდება, გაისტუმრეთ ულუფის ტაფით, ზევიდან გადაავლეთ ტომატის საწებელი, მოაყარეთ დაკეპილი ახალი კამა, ოხრახუში და გაუშვით ცხელ მდგომარეობაში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ბადრიჯანი 180 გ, ბრინჯის და ბოსტნეულის მზა აღნიშნული ჩასართავი 80 გ, ცხიმი 20 გ, ტომატის საწებელი 75 გ, მარილი 3 გ, მწვანილი 5 გ.

მოგრუთა ბრინჯის და გოსტნეულის ჩასართავით

ერთი ცალი ზომიერი მოცულობის მოგრუტა გათაღეთ ან გაფხიკეთ, შემდეგ გამოუღეთ სპეციალური მილით გული და მოხარშეთ, შემდეგ გაწურეთ და გაავსეთ ბოსტნეულის და ბრინჯის ისეთი ჩასართავით, როგორიც მოამზადეთ პამიდვრისათვის. დაალაგეთ ცხიმწასმულ ტაფაზე, შეანელოთ მარილით, წაუსვით არაქანი, მოაყარეთ დაფხვნილი შვეიცარული ყველი და შედგით ცხელ ჰაერულუმელში; როდესაც დაწითლდება და მზად იქნება, გადმოიღეთ და გაუშვით ცხელ მდგომარეობაში ლანგარით ან საულუფე ტაფით, ზევიდან გადაავლეთ არაქნის ვარდისფერი საწებელი, მოაყარეთ დაკეპილი კამა ან ოხრახუში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: მოგრუტა 249 გ, ბრინჯის და ბოსტნეულის მზა აღნიშნული ჩასართავი 75 გ, არაქნის საწებელი 75 გ, ცხიმი 20 გ, არაქანი 5 გ, ყველი 5 გ, კამა 5 გ, მარილი 3 გ.

ბულგარული წიწაკა ბრინჯის და გოსტნეულის ჩასართავით

ბულგარულ წიწაკას გაუფხიკეთ ღერო და მერე გაჭერით სიგრძეზე, გამოუღეთ თესლიანი გული და მოხარშეთ მდუღარე წყალში, შემდეგ გადაწურეთ და გაავსეთ აღნიშნული ბოსტნეულის და ბრინჯის ისეთი ჩასართავით, როგორიც მოამზადეთ პამიდვრის ან

ბადრიჯნისათვის, დაალაგეთ ტაფაზე ღეროებით მაღლა, მოასხით ტომატის საწებელი და გამოსაცხობად შედგით ჰაერდუმელში; როდესაც შეწითლდება და მზად იქნება, გაისტუმრეთ საულუფე ტაფით სამი ცალი. ზევდან გადაავლეთ ტომატის საწებელი, მოაყარეთ დაკეპილი ახალი კამა ან ოხრაბუში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ბულგარული წიწაკა 3 ცალი — 200 გ, ჩასართავი 80 გ, ტომატის საწებელი 75 გ, მწვანილი 5 გ, მარილი 3 გ.

ბადრიჯანი მომუშაული ხახვითა და პამიდვრით

ხახვითა და პამიდვრით მომუშაული ბადრიჯნის მოსამზადებლად შეარჩიეთ უთესლო ბადრიჯანი, გათაღეთ კანისაგან და დაქერით მრგვლად ერთი სანტიმეტრის სისქეზე, მოაყარეთ მარილი და ამოვლეთ ფქვილში, დააწყეთ ტაფაზე და შეწვით ცხიმში, ერთდროულად ბადრიჯანს მოაყარეთ წვრილად დაკემსილი ხახვი და ნიორი და ერთად შუშეთ; როდესაც ბადრიჯნის მთელი რაოდენობა ორივე მხრით დაწითლდება და დარბილდება, დაუმატეთ კანისა და თესლისაგან გასუფთავებული ბრტყლად დაჭრილი ახალი პამიდორი, მარილი, დაკეპილი მწვანე წიწაკა და ახალი კამა, დაახურეთ სახურავი და ორთქლში მოშუშეთ; როცა მზად იქნება, ულუფის ტაფით გაუშვით ცხელ მდგომარეობაში, ზევდან მოაყარეთ დაკეპილი კამა ან ოხრაბუში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ბადრიჯანი 200 გ, ცხიმი 20 გ, ფქვილი 10 გ, ხახვი 50 გ, პამიდორი 100 გ, ნიორი 5 გ, წიწაკა 1 გ, მარილი 4 გ, კამა 10 გ.

მომუშაული გოგრუჟა ხახვის საწებლით

ქორთა გოგრუჟა გათაღეთ კანისაგან, შემდეგ დაქერით ერთი სანტიმეტრის სისქეზე მრგვლად, მოაყარეთ მარილი, ფქვილში ამოვლეთ და შეწვით ცხიმში. შეწვამდე დაკეპილი მწვანე ხახვი და ნიორი მოშუშეთ ცხიმში, ათი წუთის შემდეგ ჩაუმატეთ კანისა და თესლისაგან გასუფთავებული დაჭრილი ახალი პამიდორი და ტომატის მზა საწებელი, გემოზე შეანელეთ მარილითა და პილპილით; როდესაც გოგრუჟა ორივე მხარეზე დაწითლდება, ჩააწყეთ ულუფის ტაფაში, ზევდან ხახვის მზა საწებელი გადავლეთ და წამოაღუდეთ, მოაყარეთ დაკეპილი ახალი კამა და გაუშვით ცხელ მდგომარეობაში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: გოგრუჟა 200 გ, ფქვილი 10 გ, ცხიმი 20 გ, მწვანე ხახვი 50 გ, ნიორი 5 გ, ახალი პამიდორი 50 გ,

მზა ტომატის საწებელი 50 გ, კამა 10 გ, მარილი 4 გ, პილპილი 0,1 გ.

შენიშვნა: ამავე წესით, როგორც გოგრუქა, შეიძლება მოამზადოთ მოშუშე-
ლი გოვრა (კვახი) ხახვის საწებლით. სურსათის ნორმა უნდა აე-
ღოთ იმდენივე, რამდენიც გოგრუქასათვის.

კარტოფილის ზრახი

გათლილი კარტოფილი მოხარშეთ მარილით შენელებულ წყალ-
ში. გაწურეთ და შედგით ჰაერლუმელში გამოსაშრობად, 10 წუთის
შემდეგ გაატარეთ ხორცის საკეპ მანქანაში და ჩაუშვით ფართო
ჭურჭელში, შესაზავებლად მიუმატეთ უმი კვერცხის გული, თეთრი
ფქვილი და კარგად დაზილეთ. მიუმატეთ კარგად მოხარშულ კვერ-
ცხთან ერთად დაკეპილი, კამა-ოხრახუშით შეზავებული მოშუშული
ხახვი, ამოავლეთ დანაყილ ორცხობილაში და შეწვით ცხიმში; რო-
დესაც მზად იქნება, დააწყეთ ლანგარზე ორი ცალი, ზევიდან გა-
დაავლეთ გამდნარი კარაქი, ცალკე მიეცით არაქნის ან ტომატის სა-
წებელი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: კარტოფილი 233 გ, ხახვი
48 გ, ცხიმი 10 გ, ორცხობილა ან პურის ფქვილი 12 გ, კვერცხი
5 გ, არაქნის საწებელი 50 გ, მარილი 5 გ, მწვანილი 5 გ, პილპილი
0,1 გ, კარაქი 5 გ.

კარტოფილის ხვეულა

გათლილი კარტოფილი დაჭერით და გარეცხეთ ცივ წყალში,
შემდეგ დაასხით იმდენი წყალი, რომ დაფაროს და დადგით მოსა-
ხარშად, შეანელებთ მარილით; როდესაც მოიხარშება, გადაწურეთ
და გაატარეთ ხორცის საკეპ მანქანაში. გატარებული კარტოფილი
შეაზავეთ კვერცხითა და ხორბლის თეთრი ფქვილით. კარტოფი-
ლის მასა დადეთ სველ ტილოზე. გაუკეთეთ სიღრმე, რაშიც ჩა-
უშვით მოხარშული კვერცხით და ახალი კამით შეზავებული მოშუ-
შული ხახვი, მოუკარით პირი და გადააბრუნეთ, რომ შეკრული პირი
ქვევიდან მოექცეს, წაუსვით კვერცხი და გამოსაცხობად შედგით
ჰაერლუმელში; როდესაც მზად იქნება, დაჭერით და ულუფებად
დადეთ ლანგარზე, გადაავლეთ არაქნის საწებელი და კარაქი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: კარტოფილი 240 გ, ხახვი
24 გ, კვერცხი 1/2, ცხიმი 10 გ, კამა 5 გ, მარილი 5 გ, შავი პილ-
პილი 0,01 გ, ფქვილი 10 გ, არაქნის საწებელი 30 გ, კარაქი 5 გ.

კარტოფილი გათალეთ და მოხარშეთ მარილით შეზავებულ წყალში, შემდეგ გაწურეთ და გამოსაშრობად შედგით ჰაერლუმელში. 10 წუთის შემდეგ გაატარეთ ხორცის საკებ მანქანაში, ჩაუშვით ფართო ჭურჭელში, მიუმატეთ უმი კვერცხის გული, ხორბლის თეთრი ფქვილი და კარგად მოზილეთ. შემდეგ, ფქვილში ამოვლეთ, შეამზადეთ ულუფაზე ორი ცალი ბიტკი და ცხიმში შეწვით; როდესაც მზად იქნება, დააწყეთ ლანგარზე და ზევიდან გადავლეთ არაჟნის საწებელი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: კარტოფილი 280 გ, ცხიმი შესაწვავად 10 გ, კვერცხი 10 გ, ფქვილი 10 გ, არაჟნის საწებელი 100 გ, მარილი 5 გ, კარაქი გადასავლებად 10 გ.

პარტოფილის კაბლბი სოკოთი

გათლილი კარტოფილი მოხარშეთ, შეანელეთ მარილით. გაწურეთ და გამოსაშრობად შედგით ჰაერლუმელში. 10 წუთის შემდეგ გაატარეთ ხორცის საკებ მანქანაში და მოათავსეთ ფართო ჭურჭელში, მიუმატეთ თეთრი ფქვილი, კვერცხის გული. მოშუშული დაკეპილი თავიანი ხახვი და დაკეპილი მოხარშული სოკო, შავი პილპილი და კარგად დაზეღვის შემდეგ გამოიყვანეთ კატლეტის ფორმის, ამოვლეთ დაფქულ ორცხობილაში. შედგით ჰაერლუმელში და შეწვით ცხიმში; როდესაც დაწითლდება და მზად იქნება, გაუშვით ულუფაზე ორი ცალი კარაქგადავლებული. ცალკე მიეცით სოკოს საწებელი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: კარტოფილი 280 გ, სოკო 10 გ, თავიანი ხახვი 30 გ, ცხიმი 20 გ, კვერცხი 10 გ, ფქვილი 15 გ, მარილი 5 გ, შავი პილპილი 0,1 გ.

ახალი პარტოფილი პრამნის საწვალით

ახალი კარტოფილი გაფცქვენით, გარეცხეთ და მოხარშეთ მარილით შეზავებულ წყალში; როდესაც მზად იქნება, ნახარში გადაწურეთ, მოათავსეთ ულუფის ტაფაში და ზევიდან გადავლეთ არაჟნის საწებელი, მოაყარეთ დაფხენილი შვეიცარული ყველი, მოაწვეთეთ კარაქი და შედგით ჰაერლუმელში; როდესაც შეწითლდება, გამოვლეთ, მოაყარეთ ახალი დაკეპილი კამა და გაუშვით იმავე ტაფით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ახალი კარტოფილი 220 გ, კარაქი 10 გ, მზა არაჟნის საწებელი 100 გ, ყველი 5 გ, კამა 5 გ, მარილი 3 გ.

ახალი კარტოფილი კარაქით და კაშით

ახალი კარტოფილი ზემოაღნიშნული წესით მოამზადეთ და მოხარშეთ, შემდეგ გამდნარი კარაქი გადაავლეთ და დაკეპილი ახალი კაშია მოაყარეთ, გაუშვიტ ცხლად ულუფის ღრმა ჭურჭლით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ახალი კარტოფილი 220 გ, კარაქი 15 გ, ახალი კაშია 5 გ, მარილი 3 გ.

მწვანე ცერცველა კვერცხით, ქართულად

ახალი მოხარშული ან დაკონსერვებული მწვანე ცერცველა გაათბეთ კარაქში, მიუმატეთ დაკეპილი მოშუშული ხახვი, ახალი ქინძი, კაშია და ოხრახუში. შეანელეთ მარილით და შავი პილპილით; ამრიგად შეზავებული ცერცველა ჩაუშვიტ ულუფის ჭურჭელში, მოასწორეთ და ზევიდან დაასხით რძე და დაკეპილი ახალი მწვანილით შეზავებული გათქვეფილი კვერცხი. მოაწვეთეთ კარაქი და შედგით ჰაერლუმელში გამოსაცხობად; როდესაც მზად იქნება, გაუშვიტ ცხლად, იმავე ჭურჭლით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ცერცველა 240 გ, ცხიმი 10 გ, კვერცხი 10 გ, რძე 30 გ, ხახვი 25 გ, მწვანილეული 5 გ, მარილი 3 გ, შავი პილპილი 0,1 გ.

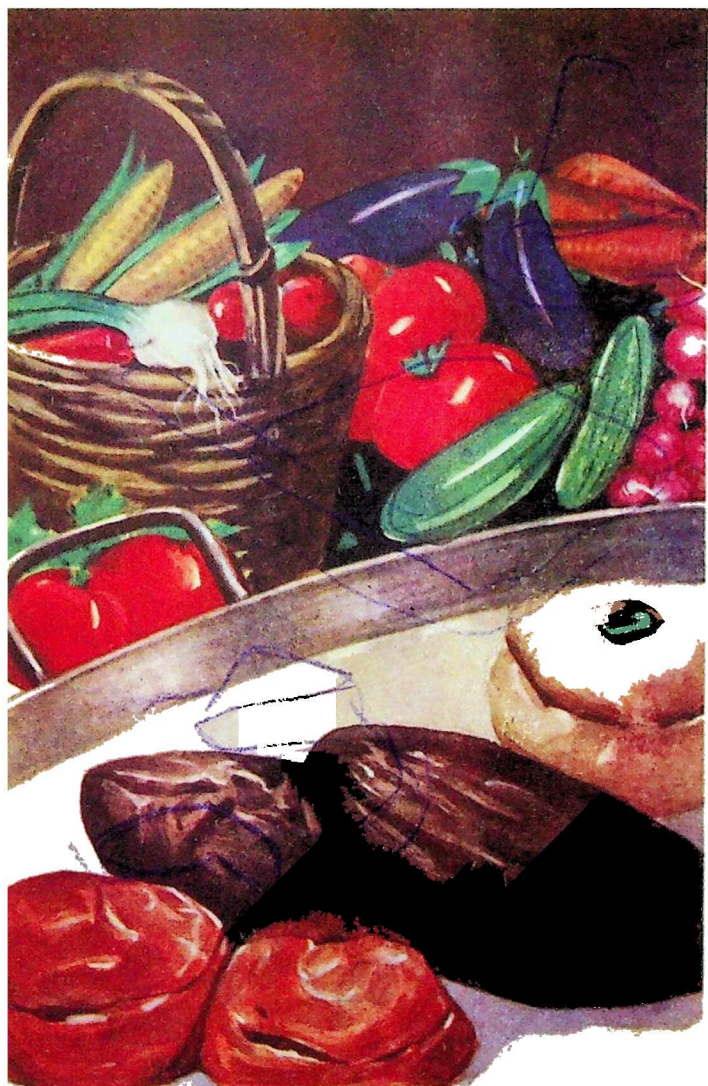
მწვანე ცერცველა თოხლო კვერცხით

ახალი მოხარშული ან დაკონსერვებული მწვანე ცერცველა გაათბეთ კარაქში, მიუმატეთ შაქრის ფხენილი, მარილი, რძის თხელი ფაფა და კარგად მოურიეთ; როდესაც მზად იქნება, გაუშვიტ ულუფის ღრმა ჭურჭლით ცხლად. გარშემო შემოუწყეთ კვერცხში ამოვლებული და შემწვარი თეთრი პურის 4 ცალი გრენკი. ზევიდან დაადეთ თოხლოდ მოხარშული კვერცხი და გამდნარი კარაქი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ცერცველა 230 გ, კარაქი 15 გ, რძის ფაფა 50 გ, პური 25 გ, კვერცხი 1 ცალი, მარილი 3 გ, შაქრის ფხენილი 5 გ.

ბადრიჯნის აჯაფსანდალი

დაკემილი ძირძურები მოშუშეთ ზეთში, 10 წუთის შუშვის შემდეგ ჩაუმატეთ კანისა და თესლისაგან გასუფთავებული, ნივრისებურად დაჭრილი პამიდორი, რის შემდეგ შუშვა გააგრძელეთ 10 წუთს. მერე დაუმატეთ გათლილი ოთხად გაჭრილი კარტოფილი, გათლილი და დაჭრილი ბადრიჯანი, დაკეპილი ქინძი, ოხრახუში,





რეპანი, მწვანე წიწაკა და ნიორი; ყველაფერი ეს ერთმანეთში აურიეთ, შეანელეთ და მოხარშეთ. გაეცით ცხელ მდგომარეობაში. ზევიდან მოაყარეთ დაკეპილი კამა ან ოხრახუში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ბადრიჯანი 100 გ, კარტოფილი 100 გ, პამიდორი 100 გ, ზეთი 20 გ, ხახვი 30 გ, ნიორი 5 გ, მწვანილეული 10 გ, წიწაკა 1 გ, მარილი 5 გ.





ბურღულებისა და მკარონის კერძები

რძის ფლავი

აღუღებულ რძეში ჩაუშვით წინასწარ ნახევრადმოხარშული ბრინჯი, შემქელების შემდეგ შეანელებთ მარილით და ჩაუმატეთ შაქრის ფხვნილი, კარაქი და ვანილის ფხვნილი; როდესაც საკმაოდ მოიხარშება და ნორმალურ სისქეზე დადგება, გაეცით ღრმა ჭურჭლით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: რძე 100 გ, ბრინჯი 67 გ, კარაქი 10 გ, შაქარი 10 გ, მარილი 3 გ, ვანილი 1 გ.

წიწიბურის გაღებია არაჟნით

მოხალული წიწიბურა მოხარშეთ სქლად, მარილით შეზავებულ ცხიმთან წყალში, შემდეგ ტაფას წაუსვით კარაქი და მოხარშული წიწიბურა გაშალეთ ისე, რომ სისქე დაახლოებით 2 სანტიმეტრი ჰქონდეს. ზევიდან დაასხით კვერცხი, მოაყარეთ დაფხვნილი შვეიცარული ყველი, დააწვეთეთ გამდნარი კარაქი და შედგით ჰაერლუმელში გამოსაცხობად; როდესაც მზად იქნება, დაჭერით. ულუფაზე ორი ნაჭერი გაეცით ცხლად, ზევიდან არაჟნის თეთრი საწებელი გადაავლეთ.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: წიწიბურის ბურღული 120 გ, კარაქი 20 გ, კვერცხი 20 გ, ყველი 10 გ, ორცხობილა 10 გ, მარილი 5 გ, არაჟნის საწებელი 50 გ.

ფაბრის ბურღულის ფაბრიკის ფაბრიკა

ადუღებულ წყალში ჩაუშვით გასუფთავებული და გარეცხილი ფეტვის ბურღული, შეანელოთ მარილით და მიუმატეთ კარაქი; როდესაც წყალს შეიშრობს, პაერლუმელში შედგით. მოსვლის შემდეგ ის მაგიდაზე გაშალეთ, გაშრობის შემდეგ ისევ ქვაბში ჩაუშვით, მოასხურეთ წყალი, დაახურეთ სახურავი და დადგით ცეცხლზე, რომ ბუღში მოვიდეს. მას შეიძლება ზევიდან დაკეპილი მოშუშული ხახვი დააყაროთ. გაეცით ღრმა ჭურჭლით, ზევიდან გადაავლეთ ცხიმში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ფეტვის ბურღული 100 გ, წყალი 200 გ, კარაქი 15 გ, ხახვი 20 გ, მარილი 5 გ.

ფლავი კვერცხითა და ხილით

გარჩევის შემდეგ ბრინჯი თბილ წყალში დააღებთ. ორი-სამი საათის დაღობის შემდეგ მოხარშეთ მისი მოცულობის 10-ჯერ მეტ წყალში და შეანელოთ მარილით, 10 წუთის ხარშვის შემდეგ გადაწურეთ და გაშალეთ ხის მაგიდაზე; ბრინჯის გაშრობამდე, ქვაბში ფილაქურზე გააღწეთ ერბო და გამოაცხეთ გათქვეფილი კვერცხი. გამოცხვარ კვერცხს დააყარეთ მოხარშული ბრინჯი, მას თანდათანობით მოავლეთ გამდნარი კარაქი ან ერბო, დაახურეთ სახურავი და დააფარეთ სველი ტილო, რომ დამში მოვიდეს.

როდესაც მზად იქნება, ფლავი გაეცით ლანგარით. ზევიდან დააწყეთ ქიშმიში, შავი ქლიავი, ამასთან დაჭრილი გამომცხვარი კვერცხი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ბრინჯი 90 გ, კარაქი 20 გ, კვერცხი მთელის $1/2$, შავი ქლიავი ან ქიშმიში 30-60 გ, მარილი 5 გ, შაქარი 10 გ.

რძის ფაბრიკა თავენაფკვი ბურღულით

რძე ადუღეთ ქვაბში, მასში. თანდათანობით ჩაუშვით გაცრილი თავენაფკვი ბურღული, მოურიეთ ციცხვით, რომ შენაერთები არ დარჩეს; როდესაც ადუღდება, შეანელოთ მარილით, შაქრის ფხვნილით და კარაქით. გაუშვით ულუფის ღრმა ჭურჭლით, ზევიდან გამდნარი კარაქი მოავლეთ.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: რძე 250 გ, თავენაფკვი ბურღული 50 გ, კარაქი 15 გ, მარილი 2 გ, შაქრის ფხვნილი 5 გ.

გამომცხვარი მაკარონი ჟოფიში

მაკარონი ჩაუშვით მარილით შენელებულ ადუღებულ წყალში. მოხარშვის შემდეგ გადაწურეთ, ჩაუშვით იმავე ქვაბში, ჩაუმატეთ კარაქი, არაქანი, კვერცხი, გარჩეული ქიშმიში და შაქარი. ტაფაზე წაუსვით კარაქი, მოაყარეთ დაფქული თეთრი პურის ორცხობილა,

მასზე მოათავსეთ შეზავებული მაკარონი. მოსწორების შემდეგ წაუსვით გათქვეფილი კვერცხი და შედგით ჰაერლუმელში გამოსაცხობად, შემდეგ ის დაქვრივ ულუფებად და ზევიდან გამდნარი კარაქი მოავლეთ. ცალკე მიეცით ხილის საწებელი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: მაკარონი 80 გ, კარაქი 15 გ, არაჟანი 15 გ, კვერცხი 10 გ, შაქარი 5 გ, მარილი 5 გ, პურის ორცობილა 5 გ, ქიშმიში 10 გ, ხილის საწებელი 30 გ.

გამომცხვარი მაკარონი სტაფილოს ჩასართავით

მარილით შეზავებულ მდუღარე წყალში მოხარშეთ მაკარონი. შემდეგ გადაწურეთ, მოათავსეთ იმავე ქვაბში, ჩაუმატეთ კარაქი, არაჟანი და უმი კვერცხი, კარგად მოურიეთ. ნახევარი რაოდენობის მაკარონი გაშალეთ კარაქქასმულ და დაფქულ ორცობილამოყრილ ტაფაზე. შემდეგ მასზე გაშალეთ ასანთის მსგავსად დაქრილი, მოხარშული და მერე ხახვთან ერთად კარაქში მოშუშული, მარილითა და შაქრის ფხვნილით შეზავებული სტაფილო, ზევიდან მთლიანად დააფარეთ შეზავებული მაკარონის მეორე ნახევარი და კარგად მოასწორეთ. წაუსვით კვერცხი, მოაყარეთ დაფხვნილი შვეიცარული ყველი და შედგით ჰაერლუმელში გამოსაცხობად; როდესაც მზად იქნება, დაქვრივ ოთხკუთხედ ულუფებად, დადეთ ლანგარზე, გვერდით მოუსხიეთ არაჟნის საწებელი, გაუშვით ცხელ მდგომარეობაში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: მაკარონი 80 გ, კარაქი 15 გ, არაჟანი 15 გ, კვერცხი 10 გ, მარილი 5 გ, შაქარი 3 გ, სტაფილო 50 გ, ხახვი 20 გ, არაჟნის საწებელი 30 გ, შვეიცარული ყველი 5 გ.

მოხარშული მაკარონი ყველით

მაკარონი დაამტვრიეთ ზომიერ სიგრძეზე და მოხარშეთ მარილით შეზავებულ მდუღარე წყალში, 30-40 წუთის შემდეგ გადაწურეთ თუშფალანგში. გაშვებისას ზევიდან მოაყარეთ დაფხვნილი შვეიცარული ყველი და გაისტუმრეთ ცხლად.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: მაკარონი 80 გ, კარაქი 15 გ, შვეიცარული ყველი 20 გ, მარილი 5 გ.

მოხარშული მაკარონი ტომათითა და ყველით

ზემოთ აღნიშნული წესით შემზადებული მაკარონი ჩაუშვით კარაქში მოშუშულ ტომატ-პიურეში, დაუმატეთ მარილი, დაფქული შავი პილპილი და ერთმანეთში კარგად აურიეთ. გასტუმრებისას ზევიდან მოაყარეთ დაფხვნილი ყველი.

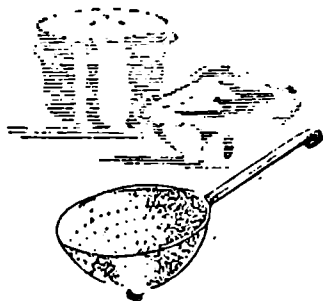
სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: მაკარონი 80 გ, კარაქი 15 გ,

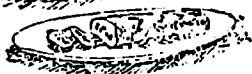
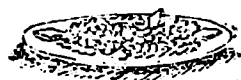
პოლანდიური ყველი 20 გ. ტომატი 40 გ, მარილი 5 გ, მწვანელი
4 გ.

მოხარშული მაკარონი კარაქით ან არაქნით

ზემოაღნიშნული წესით მომზადებულ მაკარონს გადააქვით ცხელი კარაქი ან არაქანი და გაუშვით ცხლად.

სურსათის ნორმა: მაკარონი 80 გ, კარაქი 15 გ ან არაქანი 30 გ, მარილი 5 გ.





კარტოფილის, ბოსტნეულისა და ბურღულ-მაკარონის ცხელი ტარნირები.

მოხარშული კარტოფილი. კარტოფილი გათაღებთ მრგვლად, გარეცხეთ ცივ წყალში და ჩაუშვით ქვაბში. დაასხით წყალი ისე, რომ კარტოფილი დაფაროს, შეანელებთ მარილით; როცა მოიხარშება, გადაწურეთ. მოასხით გამდნარი კარაქი და მოაყარეთ დაკეპილი კამბანობრახუში.

შემწვარი კარტოფილი (ფრიტიურში). კარტოფილი დაჭერით. რძის ასანთის სიმსხო ზომაზე, გარეცხეთ ცივ წყალში და შეწვით ქონში; როდესაც შეწითლდება, გადაწურეთ ქონი. მოაყარეთ მარილი და მოასხით გამდნარი კარაქი.

ასანთის მსგავსი კარტოფილი (პაი). გათლილი კარტოფილი დაჭერით ასანთის მსგავსად. გარეცხეთ ცივ წყალში, გააშრეთ და შემდეგ შეწვით ქონში; როდესაც შეწითლდება, გადაწურეთ ქონი, მოაყარეთ მარილი და მოასხით გამდნარი კარაქი.

ნივრის კბილეების ფორმით დაჭრილი და შემწვარი კარტოფილი. კასრისებურად გათაღეთ კარტოფილი, დაჭერით სიმაღლეზე ექვსად ან რვად, რომ ნივრისებური ფორმა მიიღოს, გარეცხეთ ცივ წყალში და შეწვით ქონში; როდესაც დაწითლდება და მზად იქნება, გადაწურეთ და მოაყარეთ მარილი, მოასხით გამდნარი კარაქი და შემოთუწეთ შემწვარ კერძს.

შემწვარი კარტოფილი („პუშკინი“). კანთანად მოხარშული კარტოფილი გაფცქვენით, დაჭერით თხლად სამკუთხედ ნაკრებად და შეწ-

ვით კარაქში, რის შემდეგაც მოაყარეთ მარილი და დაკეპილი კამა ან ოხრახუში.

კარტოფილის პიურე. გათლილი კარტოფილი მოხარშეთ მარილწყალში, შემდეგ გადაწურეთ და გაატარეთ საცერში. გატარებული მოათავსეთ ქვაბში, გახსენით ცხელი რძით ან წყლით და მიუშაბეთ კარაქი ან მარგარინი; როდესაც საკმარისად გაითქეილება, ზევიდან გადაავლეთ გამდნარი კარაქი.

სტაფილოს გარნირი. გაფუჭვნილი სტაფილო გარეცხეთ და დაჰკერით ნივრისებურად ან კუბიკებად. ამის შემდეგ მოხარშეთ მარილით შეზავებულ წყალში. მოხარშვის შემდეგ გადაწურეთ, შეაზავეთ რძითა და კარაქით (ან მარგარინით).

წითელი ჭარხლის გარნირი. ჭარხალი გათაღეთ, გარეცხეთ ცივ წყალში, დაჰკერით წვრილ ოთხკუთხედ ნაჭრებად, ჩაუშვით ქვაბში და დაუმატეთ ჭარხლის ერთი მესამედი ძმარწყალი და ცხიმი. ხარშეთ თავდახურულ ქვაბში დარბილებამდე. შემდეგ შეაზავეთ რძით, შაქრით და მარილით; ჭარხლის გარნირი წითელი ფერისა უნდა იყოს.

მოშუშული კომბოსტოს გარნირი. ახალი კომბოსტო გაარჩიეთ, დაკემსეთ ასანთის მსგავსად და მოაყარეთ მარილი, დაზილეთ და გაწურეთ ხელით; ამავე დროს კარაქში ან ღორის ქონში მოშუშეთ დაკემსილი ხახვი, სტაფილო და თეთრი ძირები. 10 წუთის შემდეგ ჩაუმატეთ ტომატი და კიდევ შუშეთ 5 წუთი. შემდეგ მასში მოათავსეთ შემზადებული კომბოსტო და გააგრძელეთ შუშვა ნელ ცეცხლზე, დროგამოშვებითი მორევით. 20 წუთის შემდეგ დაუმატეთ ხორცის ნახარში; როცა საკმარად დარბილდება, შეაზავეთ ღვინის ძმრით და შაქრის ფხვნილით.

ისპანახის გარნირი. გარჩეული ისპანახი გარეცხეთ ცივ წყალში, მოხარშეთ მდლურად მარილწყალში და გაწურეთ ხელით. დაჰკერით და ჩაუშვით მოშუშულ მწვანე ხახვში და შეაზავეთ კამა-ოხრახუშით, მარილითა და პილპილით.

პამიდორის გარნირი. პამიდორი გარეცხეთ და შემდეგ გაჰკერით ორ მრგვალ ნაჭრად, დაალაგეთ ტაფაზე, მოაყარეთ მარილი და პილპილი, აგრეთვე გაფხეკილი შვეიცარული ყველი და შედგით ჰაერლუმელში; როდესაც საკმარად გათბება, გადმოღვით და მოაყარეთ ახალი კამა.

ბადრიჯნის გარნირი. ბადრიჯანი გათაღეთ, დაჰკერით ერთი სანტიმეტრის სისქით, მოაყარეთ მარილი და ამოავლეთ ფქვილში, კვერცხის ლიეზონში და ბოლოს თეთრი პურის დაფქულ ორცხო-

ბილაში. შეწვით ქონში; შეწითლების შემდეგ აპოლაგეთ და გადავლეთ ცხიმი.

პარკი ლობიოს გარნირი. ლობიო დაჰერით 5-6 სანტიმეტრის სიგრძეზე და მოხარშეთ მარილწყალში, რის შემდეგაც გადაწურეთ, გაცემის წინ გააცხელეთ კარაქში.

მაკარონის გარნირი. მაკარონი მოხარშეთ მარილწყალში, გადაწურეთ და გააგრძელეთ ცივი წყლით. ამის შემდეგ კარაქში მოშუშეთ ტომატი, 5 წუთის შუშვის შემდეგ ტომატში ჩაუშვით მაკარონი; გაშვების დროს მოაყარეთ დაფხვნილი ყველი.

მოხარშული ბრინჯი. ბრინჯი თბილ წყალში დაალებეთ, ერთი საათის შემდეგ წყალი გადაწურეთ და ბრინჯი ჩაუშვით მეორე ქვაბში, დააწურეთ ხორცის ახალი ნახარში იმდენი, რომ ბრინჯი დაფაროს ოთხი სანტიმეტრის სიმაღლეზე, ჩაუმატეთ კარაქი და მარილი, დაახურეთ სახურავი და მოხარშეთ. შემდეგ ქვაბიდან გადმოიღეთ და გაშალეთ, რომ მიიღოს ფანტია ბრინჯი. ბრინჯის ასეთი გარნირი თეთრი საწებლით გაეცით მოხარშულ ცხელ ქათამზე, წიწილაზე, ხბოს ან ბატკნის მკერდზე.

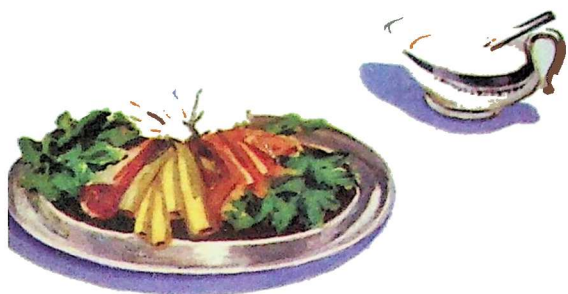
ბრინჯის გარნირი მეორენაირად მოამზადეთ ზემოაღნიშნული წესით, მხოლოდ ტომატის დამატებით; აღნიშნული ხშირად გარნირად გაეცით შემწვარ ცხვრის ხორცზე, დაკეპილი ხორცის ტეფტელზე და სხვ.

წიწიბურა ფხვიერად მომზადებული. გარჩეული წიწიბურა მოხალეთ ჰაერლუმელში; როდესაც საკმარისად შეწითლდება, ჩაუშვით მღუღარე წყალში, მიუმატეთ მარილი და კარაქი, დაახურეთ სახურავი და ადუღეთ ფილაქურაზე, სანამ წყალს არ დაიშრობს. შემდეგ შედგით ჰაერლუმელში გამოსაშრობად; როდესაც მზად იქნება. გაშალეთ, როგორც ფანტია ფლავი და მოათავსეთ ისევ ქვაბში. წიწიბურის ასეთი გარნირი გაეცით შემწვარ გოჭზე, ზრაზზე და სხვ.

ფეტვი გაარჩიეთ, გარეცხეთ და მოხარშეთ ცხიმითა და მარილით შეზავებულ მღუღარე წყალში; როდესაც მზად იქნება, ქვაბიდან გადმოიღეთ და გაშალეთ, შემდეგ ისევ ქვაბში მოათავსეთ. იხმარეთ გარნირებში და დამოუკიდებელ კერძებათაც.

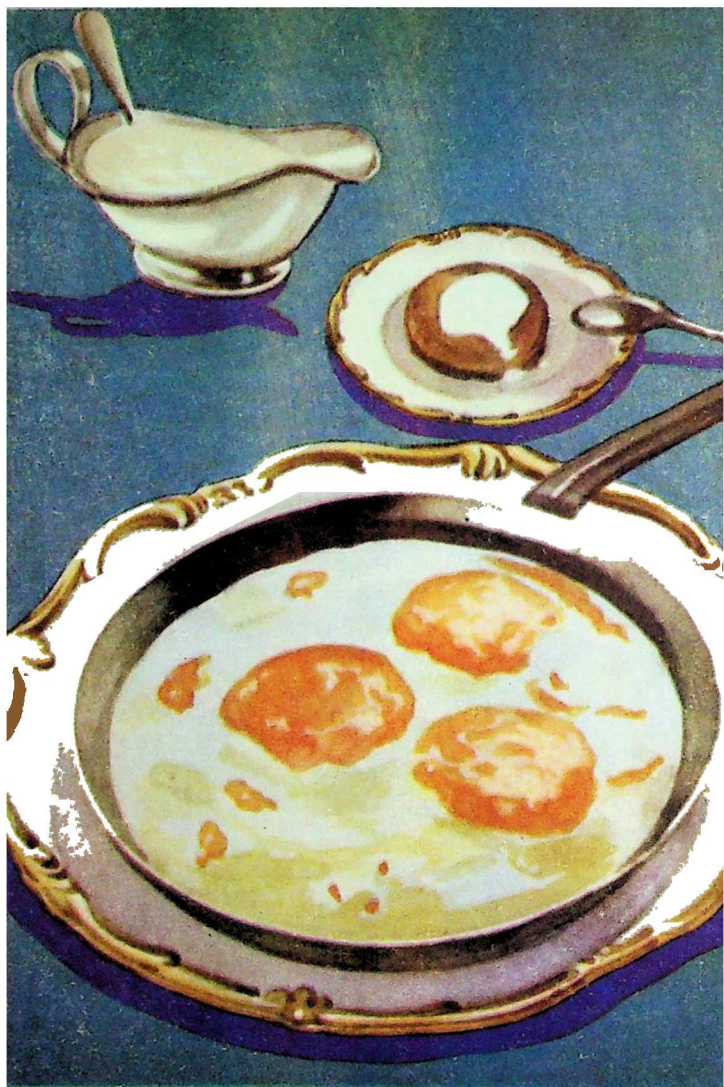
თეთრი ლობიო ტომატით შეზავებული. კარაქში მოშუშეთ დაკეპილი ხახვი, შემდეგ ჩაუმატეთ ტომატი და 5 წუთის შემდეგ მოხარშული გაწურული თეთრი ლობიო, შეაზავეთ მარილითა და შავი პილპილით; როდესაც მზად იქნება, მოათავსეთ ქვაბში.

თეთრი ლობიო. თეთრი ლობიო მოხარშეთ, შემდეგ დაკეპილი ხახვი ცხიმში მოშუშეთ, ჩაუმატეთ ტომატი. 5 წუთის შემდეგ ტომატიან ხახვში ჩაუშვით მოხარშული თეთრი ლობიო, შეაზავეთ მარი-



100





ლითა და შავი პილპლით. ეს გარნორი გაეცით შემწვარ ცხვარზე, ღორზე, შემწვარ დაკეპილებზე და სხვაზე.

სხვადასხვა ლიეზონი

ლიეზონი მზადდება სხვადასხვა სახის, უფრო ხშირად კი ოთხ-ნაირი: გამთბარი რძე-კვერცხის, გამთბარი არაჟნისა და კვერცხის, გათქვეფილი რძე-კვერცხის ცივად. ან ურძეოდ, გათქვეფილი რძე-კვერცხის და ფქვილის.

თითოეული ლიეზონი სხვადასხვა დანიშნულებით იხმარება.

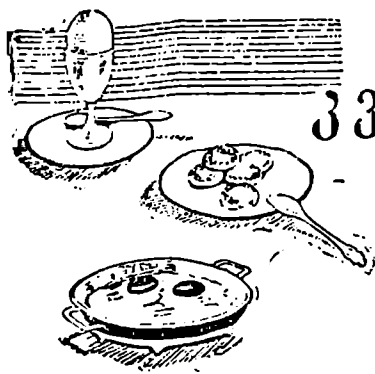
მაგალითად, რძე-კვერცხის გამთბარი ლიეზონი უმეტესად ბურღულების, ბოსტნეულისა და გატარებულ სუპებში იხმარება. არაჟნის კვერცხიანი გამთბარი ლიეზონი — სუპ რასოლნიკში, მწვანე შჩიში და სხვ. გათქვეფილი კვერცხის ლიეზონი იხმარება თევზეულის, ხორცეულისა და ბოსტნეულის ნახევარფაბრიკატების ორცხო-ბილაში ამოსავლებად. ფქვილიანი კვერცხის ლიეზონი იხმარება მცენარეულისა და ბოსტნეულის დაკეპილის ორცხობილაში ამოსავლებად, აგრეთვე ბურღულების ნამცხვრებზე წასასმელად.

გამთბარი რძე-კვერცხის ლიეზონის მოსამზადებლად უმი კვერცხის გული გახსენით თბილი რძით და კვლავ გაათბეთ; როდესაც ოდნავ შესქელდება, გადმოღვით და გაგრილებული გაწურეთ.

არაჟნის ლიეზონის მოსამზადებლად უმი კვერცხის გული გახსენით თბილი არაჟნით, კიდევ გაათბეთ და შემდეგ გაწურეთ.

ფქვილიანი კვერცხის ლიეზონის მისაღებად ფქვილი გახსენით კვერცხითა და რძით, შემდეგ გაწურეთ. გათქვეფილი კვერცხის ლიეზონი უმჯობესია იხმაროთ ისეთი საართიანი ნაწარმის ამოსავლებად, როგორიც არის კიევეური კატლეთი, რძის ფაფით საართიანი კატლეთი და სხვ.





კვერცხის და ხაჭოს კერძები

ომლეტი ჩასართავით

ომლეტი შეიძლება მომზადდეს სხვადასხვა ჩასართავით, როგორც არის ღორის შაშხი, შებოლილი ძეხვი, ყველი, ახალი პამიდორი, მწვანე ხახვი და სხვა.

2 ან 3 ცალი კვერცხი გათქვიფეთ რძეში (ან წყალში) და შემდეგ შეანელებთ მარილით, დაასხით ცხიმოვან თბილ ტაფაზე, შუა ადგილას მოათავსეთ რომელიმე დაჭრილი და შემზადებული ჩასართავი, ნაპირები შეუკეცეთ და მიეცით მოგრძო ფორმა; როდესაც ძირი შეუწითლდება, გაეცით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: კვერცხი 2 ან 3 ცალი, რძე 30 გ, ცხიმი 15 გ, ძეხვი ან ღორის შაშხი 30 გ ან პამიდორი 75 გ, მწვანე ხახვი 23 გ ან ყველი 20 გ.

გაუთქვეფი ერბოკვერცხი

გაუთქვეფი ერბოკვერცხი შეიძლება მომზადდეს როგორც ნატურალურად, ისე ღორის შაშხით, შებოლილი ძეხვით, პამიდორით და სხვ. ულუფის ტაფაზე კარაქში გაათბეთ აღნიშნული რომელიმე ჩასართავი, შესაფერისად დაჭრილი, მას დაადეთ მთელ-მთელი ორი ან სამი ცალი კვერცხი, მოაყარეთ მარილი და ისე შეწვით, რომ კვერცხი არ გამაგრდეს. გაუშვით ცხელ მდგომარეობაში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ორი ან სამი კვერცხი, კარაქი 15 გ, მოხარშული შაშხი 25 გ. ან ძეხვი 25 გ, ან ყველი 20 გ, ან ახალი პამიდორი 50 გ, ან მწვანე სახვი 30 გ.

შენიშვნა: პამიდორი გათუქტო, კანი გააცალეთ და ისე შეაზავეთ ერბოკვერცხი პამიდვრით.

გამომცხვარი ოვლები პამიდვრით

ღრმა ჭურჭელში მოათავსეთ კვერცხი, დაუმატეთ რძე და მარილი, მოურიეთ ციხვით, მერე სპილენძის მოკალულ ტაფაზე გააცხელეთ ცხიმო, მასზე დაასხით გათქეფილი კვერცხის ნახევარი რაოდენობა და შედგით ჰაერლუმელში გამოსაცხობად: როდესაც გამოცხვება, გადმოიღეთ, ზევიდან კვერცხზე გაშალეთ კანისა და თესლისაგან გასუფთავებული დაჭრილი და კარაქში მომუშეული მწვანე სახვი, დაკეპილი ახალი კამა, ოხრახუში, დაფქული შავი პილპილით შეზავებული პამიდორი.

შემდეგ პამიდორზე დაასხით გათქეფილი კვერცხის მეორე ნახევარი და ისევ შედგით ჰაერლუმელში გამოსაცხობად; როდესაც მზად იქნება, გადმოიღეთ, დაჭერით ოთხკუთხედ ნაჭრებად და გაუშვით თბილ მდგომარეობაში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: კვერცხი 2 ან 3 ცალი, რძე 21 გ, ცხიმო 15 გ, მწვანელი 20 გ, პამიდორი 60 გ.

გათქვეფილი ერბოკვერცხი

გათქეფილი ერბოკვერცხი შეიძლება მომზადდეს ნატურალური ან იმავე პროდუქტების ჩასართავით, რაც ზევით იყო აღნიშნული. 2-3 ცალი კვერცხი მოათავსეთ ღრმა ჭურჭელში, შეანელოთ მარილით, გათქვიფეთ და მოათავსეთ კარაქიან ცხელ ტაფაში და შედგით ჰაერლუმელში; როდესაც აფუვდება და მზად იქნება, იმავე ტაფით ცხლად გაეცით.

ახალი სულგუნი გათქვეფილი კვერცხით

ახალი სულგუნი დაჭერით ათი გრამი წონის ნაჭრებად, მოათავსეთ ულუფის ტაფაში და გაათბეთ კარაქით, მოაყარეთ დაკეპილი ახალი ტარხუნა და მასზე დაასხით 2 ან 3 ცალი რძით და მარილით შეზავებული გათქვეფილი კვერცხი და შედგით ჰაერლუმელში გამოსაცხობად; როდესაც მზად იქნება, ცხლად გაეცით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: სულგუნი 50 გ, კარაქი 15 გ, რძე 25 გ, კვერცხი 2 ან 3 ცალი, ტარხუნა 10 გ, მარილი 2 გ.

მშრალი ხაჟო გაატარეთ საცერში, მიუმატეთ კვერცხის გული, შაქრის ფხვნილი და ხორბლის ფქვილი. ყველაფერი ეს ერთმანეთში აზილეთ და შეამზადეთ ბიტკის ფორმის 2 ან 3 ცალი ხაჟომცხვარი, ამოავლეთ ხორბლის თეთრ ფქვილში და შეწვით კარაქში. გაეცით ულუფის ტაფით, ზევიდან კარაქი გადაავლეთ და მოაყარეთ შაქრის ფხვნილი. ცალკე მიეცით არაჟანი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ხაჟო 130 გ, კარაქი 20 გ, ფქვილი 20 გ, კვერცხი 10 გ, არაჟანი 50 გ, შაქრის ფხვნილი 20 გ, მარილი 3 გ.

გირცი უკრაინულად

გირცის მოსამზადებლად გაცერით პურის ფქვილი, ამოაღრმავეთ და შიგ ჩაუშვით ცივი რძე (ან წყალი), კვერცხი, კარაქი და მარილი. ცომის მოზელვის შემდეგ, ხაჟო გაატარეთ საცერში და ჩაუმატეთ ფქვილი, კვერცხის გული, კარაქი, მარილი, შაქარი და კარგად აზილეთ, შემდეგ ცომი გაათხელეთ და მასზე დადეთ 10-12 გრამი ოდენობის დამრგვალებული შეზავებული ხაჟო. ცომს ნაპირებზე კვერცხი წაუსვით, შემდეგ გადააფარეთ ხაჟოს, დაკარით ცომი და მოჭერით ნახევარმთვარის მსგავსად, რის შემდეგ მოხარშეთ მარილით შენელებულ წყალში; როდესაც მზად იქნება, ამოიღეთ და გაეცით ღრმა ჭურჭლით. ზევიდან გადაავლეთ გამდნარი კარაქი და ცალკე მიეცით არაჟანი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ხაჟო 100 გ, რძე 20 გ, კვერცხი 15 გ, ფქვილი 65 გ, კარაქი 10 გ, არაჟანი 30 გ, მარილი 2 გ.

გირცი უარმატულად

ხაჟო გაატარეთ საცერში, მიუმატეთ კვერცხი, კარაქი, შაქარი, მარილი და თეთრი ფქვილი, აურიეთ ერთმანეთში და დაზილეთ. შემდეგ შეზავებული ხაჟო ამოავლეთ ფქვილში და გაათხელეთ ერთი სანტიმეტრის სისქემდე, დაჭერით რომბების მსგავსად ირიბულად, ჩაუშვით მარილით შეზავებულ მდუღარე წყალში მოსახარშად; როდესაც გირცი ამოტივტივდება, ამოიღეთ ქაფქირით, ჩააწყეთ ულუფის ღრმა ჭურჭელში, ზევიდან გადაასხით გამდნარი კარაქი, ცალკე მიეცით არაჟანი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ხაჟო 150 გ, ხორბლის თეთრი ფქვილი 25 გ, კვერცხი 15 გ, შაქარი 10 გ, კარაქი 10 გ, არაჟანი 30 გ, მარილი გემოვნებით.

გაწურული ხაჭო შეზავების დროს მოათავსეთ ღრმა ჭურჭელში და გაშალეთ, რომ თხელი და ერთი ზომის ფენები მიიღოთ. ჩაუმატეთ ორჯერ მეტი რაოდენობის მოხარშული ატრია, უმი კვერცხი, ქიშმიში, შაქრის ფხვნილი, გამდნარი კარაქი, არაყანი, მარილი და ერთმანეთში კარგად აურიეთ. აიღეთ ოთხი სანტიმეტრის სიღრმის ფართლებიანი ჭურჭელი, წაუსვით კარაქი და ჩაუფინეთ თეთრი ქაღალდი, ქაღალდსაც წაუსვით კარაქი და მოაყარეთ თეთრი პურის დაფქული ორცხობილა. ამრიგად მომზადებულ ჭურჭელში ჩაუშვით ატრიის შემადგენლობა და მოასწორეთ, წაუსვით უმი კვერცხი და გამოსაცხობად ჰაერლუმელში შედგით; როდესაც საკმარისად შეწითლდება, გამოიღეთ და ჭურჭლიდან გადმოიღეთ ფურცელზე, მოასწორეთ ქაღალდი და მერე დაქერით განსაზღვრული წონის ულუფებად. გასტუმრებისას გვერდით მოუხსნით არაყნის საწებელი და ზევიდან გამდნარი კარაქი გადაავლეთ.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: უმი ატრია 60 გ ან მოხარშული 150 გ, ხაჭო 75 გ, ნახევარი კვერცხი, არაყანი 10 გ, კარაქი 20 გ, ქიშმიში 10 გ, შაქარი 10 გ, პურის ორცხობილა 10 გ, მზა არაყნის საწებელი 50 გ, მარილი გემოვნებით.

შენიშვნა: ამავე წესით და სურსათის ნორმით შეგიძლიათ მოამზადოთ ვერმიშელი ხაჭოთი.

ბლინურა ხავოთი და არაყნით

ხაჭო გაატარეთ საცერში, შეანელეთ გამდნარი კარაქით, გათქვეფილი კვერცხის გულით, მარილით, შაქრის ფხვნილით და ფქვილით. ამრიგად მომზადებული ერთ ულუფაზე განსაზღვრული წონის ხაჭო ჩაურთეთ მზა გამომცხეარ ბლინურებში და შეახვიეთ ოთხკუთხედი ფორმით, ერთ ულუფაზე ორი ცალი, შეწვით კარაქში; როდესაც დაწითლდება, შედგით ჰაერლუმელში. გამოცხობის შემდეგ დადეთ ლანგარზე, ზევიდან მოაყარეთ შაქრის ფხვნილი, გაეცით თბილ მდგომარეობაში. ცალკე მიეცით არაყანი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: მზა ბლინურები 70 გ, ხაჭო 50 გ, კარაქი 20 გ, ფქვილი 10 გ, შაქარი 10 გ, მარილი 3 გ, არაყანი 30 გ, კვერცხი 10 გ.

თავენაფჰვი ბურღულის ნამცხვარი ხავოთი

ხაჭოთი თავნაფჰვი ბურღულის ნამცხვრის მოსამზადებლად გაცირილი ბურღული მოხარშეთ რძეში. შესქელების შემდეგ ჩაუმატეთ შაქრის ფხვნილი, მარილი და კარაქი; როდესაც მზად იქნება, გაშალეთ ორი სანტიმეტრის სისქის კარაქქაშულ ფურცელზე, გაასწო-

რეთ ერთნაირ სისქემდე და ზევიდან წაუსვით საცერში გატარებული. მარილით შეზავებული ხაჭო, შემდეგ წაუსვით გათქვეფილი კვერცხი და გამოსაცხობად შედგით ჰაერლუმელში; როდესაც მზად იქნება, გაუშვით ერთი ოთხკუთხედი ნაჭერი ლანგარზე დადებული. გვერდით მოასხით სქელი არაყანი.

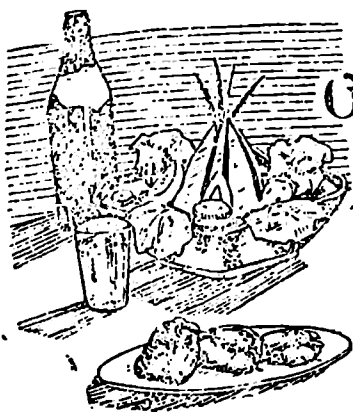
სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: თავნატყვი ბურლული 60 გ, ხაჭო 40 გ, კვერცხი 10 გ, რძე 100 გ, კარაქი 20 გ, არაყანი 20 გ, მარილი 3 გ.

ხაჭოთი გამოცხვარი ბლინურები

ხაჭოთი გამომცხვარი ბლინურების მოსამზადებლად გაწურული ხაჭო გაატარეთ საცერში, შემდეგ ხაჭოს მთელი რაოდენობა მოათავსეთ. ღრმა ჭურჭელში და შეაზავეთ უმი კვერცხით, შაქრის ფხვნილით, გამდნარი კარაქით, დაფქული დარიჩინით და მარილით. კარგად აზილეთ და როდესაც მზად იქნება, მაგიდაზე გაშალეთ თხლად გამომცხვარი ბლინურა, ზემოდან წაუსვით შეზავებული ხაჭო და შეახვიეთ მრგვლად ბლინურაში. შემდეგ დაჭერით სამი სანტიმეტრის სიგრძეზე და აფი ცალი დააწყეთ კარაქწასმულ პატარა ტაფაზე, ზევიდან გადაავლეთ არაყნის საწებელი იმდენი, რომ ბლინურა დაფაროს, მოაყარეთ დაფხვნილი შვეიცარული ყველი და გამოსაცხობად შედგით ჰაერლუმელში; როდესაც საკმარისად შეწითლდება, გამოიღეთ და გადაავლეთ გამდნარი კარაქი, გაუშვით იმავე ტაფით ცხელ მდგომარეობაში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ფქვილი ბლინურებისათვის 50 გ, რძე 15 გ, კვერცხი 20 გ, შაქარი 5 გ, დარიჩინი 1 გ, ხაჭო 101 გ, მარილი 4 გ, ცხიმი წასასმელად 3 გ, კარაქი 20 გ, ყველი 5 გ, მზა არაყნის საწებელი 75 გ.





ცივი

კერძები

თევზი მაიონეზით

თევზი მაიონეზით შეგიძლიათ მოამზადოთ მოხარშული ცივი თართის, ზუთხის, ფარგის, სვიის, თევზთეთრას, კეტასი და სხვა შესაფერისი თევზის. მოხარშულ თევზს მოაქვრით ერთი ზომის და ფორმის ორი ნაჭერი. პირველად ლანგარზე შუა ადგილას მოათავსეთ შეზავებული გარნირის ერთი მესამედი (მოხარშული გაფცქვნილი და წვრილად ოთხკუთხედად დაჭრილი კარტოფილის, სტაფილოს, მჟავე კიტრის ან მჟავე პამიდვრის, დაკონსერვებული მწვანე ცერცველას და კაპარის შემადგენლობისაგან), გარნირზე მოათავსეთ თევზი, რომლის გარშემოც მცირე გროვებად შემოუწყეთ დანარჩენი გარნირი, თევზს გადააღლეთ მაიონეზი ისე, რომ დნფაროს, ხოლო გარნირს გადააღლეთ საკაზში და გააფორმეთ ფოთლებით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: თართი ან ზუთხი 20G გ, სვია 170 გ, ფარგა 254 გ, ორაგული, თევზთეთრა ან კეტა 222 გ, მზა საწებელი მაიონეზი 150 გ, მზა საკაზში 20 გ, ზემოხსენებული მზა გარნირი 150 გ, სალათა ან ოხრახუში 10 გ, მარილი 5 გ.

მოხარშული ცივი თევზი გაფაცივებულ ფინანგადავლავალი

მოხარშულ ცივი თევზს: თართს, ზუთხს, კანარს, ლოქოს, ფარგას, სვიას, ქარიულაბიას, კეტას, ცქვრინს ან ორაგულს მოაქვრით ულუფაზე ერთი სანტიმეტრის სისქის ერთი ბრტყელი ირიბული ფორმის ნაჭერი. ღრმა ტაფაში ჩაასხით ყელე 0,5 სანტიმეტრის სისქით;

როდესაც გაცივდება, მასზე დააწყეთ თევზის ნაჭრები ისე, რომ მათ შორის მანძილი იყოს 1-2 სანტიმეტრი.

თევზის თითოეული ნაჭერი მორთეთ ლიმონით, სტაფილოთი, ოხრახუშით, ამასთან სტაფილოსგან რაიმე ნახატი გააკეთეთ. შემდეგ გაფორმებულ თევზს ზევიდან გადაავლეთ ნახევრად გაცივებული თევზის გამჟღავნებელი ექვსი იმდენი, რომ დაფაროს და გასაცივებლად დადგით ყინულზე; როდესაც საკმარისად გაცივდება და მზად იქნება, გაცემის დროს მოჭერით ულუფაზე ერთი ნაჭერი თევზი და დადეთ ლანგარზე, გარშემო გარნირად შემოუწყეთ წვრილად, ოთხკუთხედად დაჭრილი მყავე კიტრი, მოხარშული სტაფილო, დაკონსერვებული მწვანე ცერცველა და მოხარშული ჭარხალი, გააფორმეთ ოხრახუშის ფოთლებით ან ახალი სალათით. ცალკე მიეცით ძმრით შეზავებული, სახეხში გატარებული პირშუშხა ან მაიონეზის საწებელი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: მოხარშული აღნიშნული თევზი — თარით 188 გ, ზუთხი 188 გ, ჭანარი 271 გ, ლოქო 230 გ, ფარგა 239 გ, სვია 158 გ, ქარიყლაპია 235 გ ან ორაგული 210 გ, კვერცხი 10 გ, მზა ექვსი 100 გ, სტაფილო 20 გ, მყავე კიტრი 15 გ, ცერცველა 10 გ, ჭარხალი 15 გ, ოხრახუში ან სალათა 10 გ, მარილი 5 გ, პირშუშხას მზა საწებელი 30 გ, ძმარი 10 გ, ლიმონი მთელის 1/15.

მოხარშული ცივი თევზი ბოსტნეულის გარნირით

კულინარული წესით მოხარშული მთელის ნახევარი თარით, ზუთხი, სვია ან სხვა თევზი გაცივების შემდეგ გაასუფთავეთ ზემოთ ნაწილებისაგან, დაჭერით ბრტყლად, ირიბულად. ულუფაზე განსაზღვრული წონის ორი ნაჭერი, დააწყეთ ლანგარზე, შემოუწყეთ ბოსტნეულის ოთხი ან ხუთნაირი გარნირი და თევზის ექვსი, გააფორმეთ მწვანე სალათით ან ოხრახუშით. ცალკე მიეცით საფხეკელში გატარებული და შეზავებული პირშუშხა.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: თარით 185 გ, ზუთხი 188 გ ან სვია 157 გ, ბოსტნეულის გარნირები 150 გ, მზა პირშუშხა 40 გ, სალათა ან ოხრახუში 10 გ, თევზის ექვსი 30 გ, მარილი 5 გ, ბოსტნეულები და დაფნის ფოთოლი 5 გ.

დაფუთვადი უმწვარი თევზი

მუქუქისათვის დაჭრილი სტაფილო, თავიანი ხახვი და თეთრი ძირები ჩაუშვით სქელძირიან დაბალ ქვაბში ერთად და მოშუშეთ ზეთში, 10 წუთის შემდეგ ჩაუმატეთ ტომატი და კიდევ შუშეთ, მანამ ცხიმი ტომატის ფერს მიიღებს, შემდეგ გახსენით თევზის ნა-

ხარშითა და ძმრით, ჩაუმატეთ დაფნის ფოთოლი, მარილი და პილპილი; როდესაც წვენი მზად იქნება, მასში ჩაუშვით მარილითა და პილპილით შენელებული, ფქვილში ამოვლებული და ზეთში შემწვარი დაჭრილი ფარგა, ქანარი, კაპარკინა, ზუთხი ან სხვა თევზი და გასაცევებლად ყინულზე დადგით. გაუშვით ულუფაზე ორი ნაჭერი, ღრმან კურკლით, თავისი საწებლით, ზევიდან დაადეთ ორი თხელი ნაჭერი ლიმონი და მოაყარეთ დაკეპილი კამა ან ოხრაბუში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ფარგა, ქარიყლაპია ან კაპარკინა 211 გ, ქანარი 109 გ, ზუთხი 188 გ, ზეთი 10 გ, ტომატი 20 გ, ძმარი 10 გ, ფქვილი 6 გ.

ფარგა ან ლოქო ნიგოზით

გასუფთავებულ ფარგას ან ლოქოს ააჭერით ხერხემლის ძვალზე რბილი და ფერდის ძვლები, შემდეგ დაჭერით ერთი ზომის ირიბულ ნაჭრებად, მოაყარეთ მარილი და დაფქული შავი პილპილი, ამოვლეთ თეთრი პურის ფქვილში და შეწვით ზეთში. მანამ თევზი შეიწვეება, წმინდასაციან ხორცის საკებ მანქანაში ორჯერ გაატარეთ ნიგოზი, ხახვი, დაკეპილი ახალი ქინძი, კამა და ოხრაბუში. გატარებული მასალა დაზილეთ და გახსენით თევზის ძვლების ნახარშით, ღვინის ძმრით და შეანელებთ მარილითა და პილპილით; როდესაც საკმარისად შემწვარი თევზი მზად იქნება, დააწყეთ ღრმა ლანგარზე და ზევიდან ცხელ თევზს გადაავლეთ აღნიშნული ნიგოზის მზა საწებელი. გაუშვით ცივად, ულუფაზე ორი ნაჭერი, ზევიდან მოაყარეთ ბროწეულის ან კოწახურის მარცვლები, დაკეპილი ქინძი და ახალი კამა.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: თევზი 211 გ, ნიგოზი 25 გ, ხახვი 10 გ, პურის ფქვილი 10 გ, ზეთი 10 გ, აღნიშნული მწვანე-ლექული 10 გ, ძმარი 5 გ, ბროწეული 20 გ ან კოწახური 10 გ, მარილი 5 გ, შავი პილპილი 0,1 გ.

შამფხარი ახალი ქამბალა ნიგოზისა და ბროწეულის საწებლით

შემზადებული ახალი ქამბალა, ულუფაზე ორი ნაჭერი, დაჭერით ბრტყლად, მოაყარეთ მარილი და შავი პილპილი, ამოვლეთ თეთრი პურის ფქვილში და შეწვით ზეთში; როდესაც მზად იქნება, საკმარისად დაწითლებული დააწყეთ ლანგარზე და ზევიდან გადაავლეთ დაკეპილი ქინძით, კამა-ოხრაბუშითა და მწვანე ხახვით შეზავებული და ბროწეულის წვენით გახსნილი წმინდად დანაყილი ნიგოზი. გაშვების დროს ზევიდან მოაყარეთ დაკეპილი კამა და ბროწეულის მარცვლები.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ქამბალა 200 გ, ნიგოზი 25 გ,

ბროწეული 50 გ, ზეთი 10 გ, ფქვილი 10 გ, მწვანილეული 10 გ, მარილი 5 გ, შავი პილპილი 0,1 გ.

მოხარშული ლოქო ქართულად

ქვამარილით შეზავებულ მდუღარე წყალში მოხარშული ლოქო ამოიღეთ და შესაგრილებლად გაშალეთ მაგიდაზე, მოასხურეთ ცივი წყალი. ნაჭრები მოათავსეთ ლანგარზე და გააფორმეთ ოხრახუშის ფოთლებით, ცალკე მიეცით ღვინის ძმარში გახსნილი დაკეპილი ახალი ქინძი.

ამავე წესით მოამზადეთ და გაუშვით ჭანარი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ლოქო 225 (ჭანარი 209) გ, ღვინის ძმარი 20 გ, ქვამარილი 10 გ, ქინძი 10 გ, ოხრახუში 5 გ.

ვინეგრები თევზით

ვინეგრეტი უმჯობესია მოამზადოთ რომელიმე ხრტილოვანი თევზით. რისთვისაც მოხარშული გაცივებული თევზი დაჭერით ოთხკუთხედ თხელ ნაჭრებად, მიუმატეთ თევზის ფორმით დაჭრილი მოხარშული და გაფცქვნილი კარტოფილი, სტაფილო, კანისა და თესლისაგან გასუფთავებული მჟავე კიტრი და დაკონსერვებული კაპარი. ვინეგრეტის მთელ შემადგენლობას მიუმატეთ მზა საწებელი „იუჟენი“, ძმარი, მარილი და შავი პილპილი, ერთმანეთში კარგად აურიეთ. ამრიგად შეზავებული ვინეგრეტი მოათავსეთ ვაზაზე ან საუზმის თეფშზე და გააფორმეთ ლამაზად მწვანილით, კვერცხით, წვრილად დაკეპილი ქელეთი და მაიონეზის საწებლით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: თევზი 100 გ (ფილე — 40), კარტოფილი 30 გ, მჟავე კიტრი 30 გ, სტაფილო 20 გ, კაპარი 10 გ, მწვანე სალათა 10 გ, კვერცხი 20 გ, მაიონეზი 30 გ, თევზის ქელე 40 გ, საწებელი „იუჟენი“ 10 გ, ბოსტნეული 10 გ, მარილი 5 გ, პილპილი 0,1 გ, ძმარი 5 გ.

თევზის სალათა

თევზის სალათა შეიძლება მოამზადოთ როგორც ხრტილოვანი, აგრეთვე ფარგა თევზისგან. მოხარშული და გაცივებული თევზი დაჭერით განსაზღვრული წონის ერთ ულუფაზე 4 თხელი სამკუთხედი ნაჭერი, სასალათეში პირველად დადეთ მაიონეზით შეზავებული კარტოფილი, სტაფილოს, პამიდვრის და მჟავე კიტრის სალათა, შემოუწყეთ 4 ნაჭერი თევზი და გარშემო ლამაზად გააფორმეთ, ზევიდან გადაავლეთ თხელი მაიონეზი და დაადეთ სამი ან ოთხი ცალი ზეთის ხილი, ან მოაყარეთ დაკეპილი ახალი კამა.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: თევზი 190 გ. კარტოფილი 55 გ. კიტრი 38 გ, სტაფილო 20 გ, პამიდორი 29 გ. სალათა და კაპა 28 გ. მაიონეზი 60 გ. ლიმონის წვენი ან ძმარი 5 გ, მარილი 5 გ, საწებელი „იუჟნი“ 10 გ, ზეთის ხილი 10 გ.

ცოცხალი ან ხრახული სივალე

მოხარშეთ ადგილობრივი ცოცხალი თევზი. ამოლაგების შემდეგ მაგიდაზე გაშალეთ და მოაშხევეთ ცივი წყალი, გააცივეთ, დააწყეთ ლანგარზე, გააფორმეთ მწვანე ოხრახუშით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ცოცხალი 250 გ, მარილი 10 გ, შაბი 1 გ, ახალი ოხრახუში 10 გ.

ამავე წესით გაეცით ხრახულიც.

თევზის გამწვანებელი მუყუყი

თევზის გამწვანებელ მუყუყის მოსამზადებლად აიღეთ კეფალი ან ლოქოს რბილესი, გაათავისუფლეთ ძვლებისაგან, დაჭერით ულუფაზე ორი ნაჭერი, მოხარშეთ მარილით შეზავებულ მდულარე წყალში; როდესაც მზად იქნება, ამოალაგეთ და ნახარშში ჩაუშვით დაჭრილი თევზის ძვლები და კიდევ გამოხარშეთ, რომ წვენი მაგარი და გემრიელი მიიღოს. შემდეგ მოხარშული თევზი ჩააწყეთ დაბალ ფართო ქვაბში და დაასხით ტილოში ან მარლაში გაწურული თევზის ნახარში იმდენი, რომ თევზი დაფაროს. ჩაუმატეთ მოხარშული, მრგვლად დაჭრილი სტაფილო, თეთრი ძირები, ხახვი და დაფნის ფოთოლი, ამასთან სურნელოვანი პილპილი და ძმარი, დადგით ფილაქურზე და ხელმეორედ წამოადუღეთ, ხუთი წუთის შემდეგ გადმოდგით და გააცივეთ ყინულზე.

ამრიგად მომზადებული თევზის გამწვანებელ მუყუყი, ულუფაზე ორი ნაჭერი, გაეცით სასალათოთ ან ღრმა ლანგარით, ზემოდან დაასხით გაცივებული მუყუყის წვენი, ცალკე მიეცით პირშუშას საწებელი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ფარგა თევზი 211 გ, ძმარი 10 გ, მარილი 5 გ, ხახვი 15 გ, სტაფილო 15 გ, თეთრი ძირები 10 გ, დაფნის ფოთოლი 0,02, სურნელოვანი პილპილი 1 გ, პირშუშას საწებელი 30 გ.

ქაშაყი გოსნეულის გარნირით

ქაშაყს მოაჭერით თავი, კუდი და ჩამოაჭერით მუცელი, გადასერეთ სიგრძით ზურგზე და გაფცქვენით კანისაგან, ააქერით ხერხემლის ძვლიდან რბილი და დაჭერით ირიბულ ნაჭრებად. დააწყეთ საქაშაყე ლანგარზე, მიუღეთ თავი და კუდი მთელი ქაშაყის მსგავ-

სად. შემდეგ ჯგუფებად ან სიგრძეზე მწყრივად დააწყეთ მოხარშული, ოთხკუთხედებად დაჭრილი და შეზავებული სხვადასხვა ბოსტნეულის გარნირით, როგორიცაა: კარტოფილი, სტაფილო, კარხალი. მაგრად მოხარშული კვერცხი, მჟავე კიტრი, ხახვი. ქაშაყზე ზევიდან გადაავლეთ ძმრით თხლად გახსნილი მდოგვი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ქაშაყი 80-90 გ, კვერცხი 10 გ, კარტოფილი 15 გ, სტაფილო 15 გ, კარხალი 15 გ, მჟავე კიტრი 20 გ, ხახვი 20 გ, ოხრახუში 5 გ, მდოგვის საწებელი 10 გ.

ქაშაყი გარნირით შეიძლება უკვერცხოდაც გასცეთ.

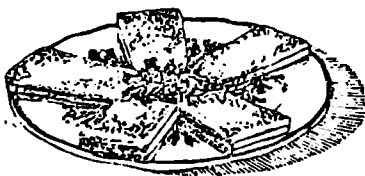
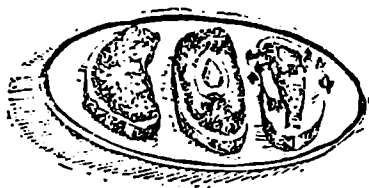
დაამილი ქაშაყი

ქაშაყი გაფცქვენით კანისაგან, შემდეგ რბილი გაათავისუფლეთ ძვლებისაგან. რბილის მთელი რაოდენობა დაეკებთ დანით, შეაზავეთ დაეპილი ხახვით, მოხარშული კარტოფილით, მიუმატეთ მაიონეზი, აურიეთ ერთმანეთში კარგად და დადეთ მთელი ქაშაყის მსგავსად სპეციალურ ლანგარზე, გარშემო გააფორმეთ მოხარშული დაეპილი კვერცხით და ოხრახუშის ფოთლებით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: დაეპილი ქაშაყი 100-160 გ, კარტოფილი 75 გ. მჟავე კიტრი 30 გ, ხახვი 25 გ, კვერცხი 0,5 ც, მაიონეზი 15 გ, ძმარი 10 გ, ოხრახუში 5 გ.

ბუტერბროდები

ბუტერბროდი, თავისი სახელწოდების მიხედვით, ნიშნავს კარაქიან პურს. ის მზადდება როგორც ღია — ერთმაგი პურით (სურ. 33), ისე დახურული — ორმაგი პურით (სურ. 34). ბუტერბროდი კარაქის გარდა სხვა პროდუქტებისაგანაც მზადდება. შეგიძლიათ კარაქქანსაშუღ პურზე დადოთ ყველი, ძეხვი, შაშხი, შემწვარი ან მო-



სურ. 33-34. ღია და დახურული ბუტერბროდები

ხარშული ხორცეული, ხიზილაღ, შებოლილი და მოხარშული თევზეული. შპროტი, კილკა. სარდინი, ქაშაყის რბილი და სხვ. ბუტერბროდზე შეგიძლიათ რამოდენიმე პროდუქტიც დადოთ.

ბუტერბროდებისთვის ყველი, ხორცეული ან თევზეული ისე დაჭერით, განსაზღვრული წონის ერთი ან ორი თხელი ნაჭერით, რომ პურის ფართობი მთლად დაფაროს. ბუტერბროდს, რომელი სახის პროდუქტითაც არ უნდა იქნას მომზადებული, უმჯობესია ჰქონდეს ერთი ფორმა და ზომიერი მოცულობა. ბუტერბროდისთვის, გარდა პურისა, შეგიძლიათ იხმაროთ ქალაქის ფუნთუშა ან ბატონი, რასაც დაჭრით ერთი სანტიმეტრის სისქეზე, ირიბად, მოგრძო ნაჭრად, რისთვისაც განსაზღვრულია ორმოცი გრამი პური.

მზადდება აგრეთვე პატარა ბუტერბროდები შემწვარ პურზე. ასეთ ბუტერბროდებს ეწოდება „კანაპე“.

ინდაურის ან მათიის საცხივი

საკმარისად გასუფთავებულ ინდაურს ან ქათამს მოაჭერით თავ-კისერი და ფეხები. შემდეგ მუცლის ღრუში ჩაუწყეთ კანკები და ჩაღეთ ქვაბში, დაასწით იმდენი წყალი, რომ ინდაური ან ქათამი დაფაროს, თავდახურული დადგით ფილაქურზე მოსახარშად. ამავე დროს ჩაუმატეთ დაფნის ფოთოლი და სურნელოვანი პილპილი, დაახურეთ სახურავი და აღუღეთ; როდესაც ფრინველი ნახევრად მოიხარშება, ამოიღეთ, მოაყარეთ მარილი. წაუსვით არაქანი და საწვავზე დადებული შედგით შესაწვავად ჰაერლუმელში.

სანამ ფრინველი საკმარისად დაწითლდება და შეიწვება, ხახვი წმინდად დაკეპთ, მოათავსეთ ქვაბში, მოშუშეთ ნიგვზიდან გამოხდილ ზეთში და ფრინველის ნახარშ სიმსუქნეში, 10 წუთის შემდეგ ჩაუმატეთ თეთრი პურის ფქვილი და კიდევ შუშეთ. შემდეგ თანდათანობით გახსენით ფრინველის ნახარშით; როდესაც აღუღდება, შეანელეთ მარილით და ღვინის ძმრით, შემდეგ ჩაუმატეთ ჯერ დაკეპილი და შემდეგ დანაყილი ნიორი, კამა. ქინძი, პილპილი, ოსრახუში და ზაფრანის ყვავილი. ეს შემადგენლობა გახსენით საცივის წვენით და შეურიეთ საცივის შემადგენლობას.

შემწვარი ინდაური ან ქათამი დაჭერით ულუფებად და ჩააწყეთ საცივის წვენში, ჩაუმატეთ ხელი სუნელი. საცივი რომ თეთრი გამოვიდეს, გადმოდგმის წინ ჩაუმატეთ საცერში გატარებული ან წმინდად დანაყილი, საცივის წვენით გახსნილი ნიგოზი. თბილ საცივში ჩაუმატეთ კვერცხი და ზაფრანის ყვავილი, მოურიეთ კარგად და გადმოდგით გასაცივებლად. საცივს უნდა ახასიათებდეს ზომიერი სისქე, ოდნავ სიმჟავე და სიმხურვალე, ამასთან უნდა იყოს სურნელოვანი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ინდაური 313 გ ან ქათამი 299 გ, ხახვი 30 გ, ნიგოზი 30 გ, ფქვილი 5 გ, არაქანი 5 გ, კვერცხი 10 გ, ყოველგვარი აღნიშნული მწვანილეული 10 გ, ნიორი 3 გ,

მარი 5 გ, დაფნის ფოთოლი და სურნელოვანი პილპილი 2გ. მარი-
ლი 5 გ, პილპილი 0.1 გ. ხმელი სუნელი 0,5 გ, ზაფრანა 1 გ, მიხაკ-
დარიჩინი 1 გ.

შემწვარი იხვი ხორცის გაშვებვალე ჟელეთი
„მაროაულად“

შემწვარი იხვის მკერდის რბილი დაჭერით კატლეტის ფორმის
მსგავსად, ულუფაზე ექვსი ნაჭერი. ერთ მხარეს წაუსვით სქლად
დადუღებული და ნახევრად შეზავებული ტომატისა და მოსკოვე-
რი საწებელი. ამრიგად შემზადებული იხვის ხორცი მწყობრად და-
ალაგეთ ერთიმეორისგან დაშორებით ფარფლებიან ჭურქელზე,
თითოეულ ნაჭერს ზევიდან დაადეთ თითო ნაჭერი თხლად დაჭრი-
ლი ქაშა სოკო და იხვის ხორცს ზევიდან გადაავლეთ ღვინო მადე-
რათი შეზავებული მუქი ჩაისფერი ხორცის გამჭვირვალე წებოვანი
მაგარი ჟელე. ამრიგად მომზადებული იხვის ხორცი გასაცივებლად
დადგით ყინულზე; როდესაც გაცივდება და მზად იქნება, მოჭერით
თითოეული ნაჭერი თავისი ფორმით გამოყვანილი, პირველად ლან-
გარზე შუაში დადეთ ჯერ გათლილი, მერე თხლად დაჭრილი და ოდ-
ნავ ტკბილად მოხარშული, გემოზე შეზავებული მყავე ვაშლის ან კომ-
შის სალათა, შემდეგ სალათას გარშემო შემოუწყეთ ჟელეთი გაცი-
ვებული იხვის ხორცი ისე, რომ სალათა დაფაროს, გარშემო გა-
აფორმეთ ფერადი ბოსტნეულით და მწვანე ახალი სალათით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: იხვი 150 გ, ვაშლი ან კომში
70 გ, სოკო 10 გ, ტომატი 20 გ, მოსკოვეური სოუსი 10 გ; ღვინო მადე-
რა 10 გ, მზა ხორცის ჟელე 100 გ, ბოსტნეული გარნირებად
80 გ, ახალი სალათა ან ოხრახუში 10 გ, შაქარი 5 გ, დარიჩინი 1 გ,
მარილი 3 გ.

ღვიძლის პაუტაბი ცოფში გაშვებვარი

თხლად დაჭერით ხახვი, სტაფილო, თეთრი ძირები და ღორის
ზურგის მარილიანი ქონი (შპიგა), ერთად ჩაუსვით ქვაბში და მოშუ-
შეთ თავდახურული. ათი წუთის შემდეგ მოშუშულში ჩაუმატეთ
თხუთმეტი გრამის ოდენობით დაჭრილი ხბოს ან ძროხის ღვიძლი,
მოურიეთ, დაახურეთ სახურავი და შუშეთ ზომიერ ცეცხლზე; რო-
დესაც საკმარისად მოიშუშება და მზად იქნება, ორჯერ გაატარეთ
წმინდასაციან ხორცის საკეპ მანქანაში ან საცერში და ღვიძლის
მთელი რაოდენობა მოათავსეთ ქვაბში, ერთდროულად ჩაუმატეთ
ღვიძლის რაოდენობის ერთი მეოთხედი, ხორცის წმინდასაციან
საკეპ მანქანაში ორჯერ გატარებული ძროხის ან ხბოს რბილი ხორ-
ცი და უმი კვერცხი, საფხეკელში გატარებული შვეიცარული ყვე-

ლი. მოსკოვური სოუსი. ღვინო მადერა, ცივი ბულონი. მარილი და შავი პილპილი; ყველაფერი ეს აურიეთ ხის სარევიტ და კარგად დაზილეთ. დაჭერით ღორის ზურგის მარილიანი ქონი, შემდეგ გაათხელეთ აღნიშნული წესით მომზადებული ნაზუქის ცომი და ჩააფინეთ პაშტეტის სპეციალურ ფორმაში ან ცომი გამოქვრით მოგრძო ოთხკუთხედი ფორმის, მასზე გაშალეთ მზა ღვიძლის ერთი მესამედი, ღვიძლზე ზევიდან დააწყეთ სიგრძით დაჭრილი ღორის ქონი, დაუმატეთ და გაშალეთ მეორე მესამედი ღვიძლი და მასზე დაჭრილი ღორის ქონი; კიდევ დაუმატეთ და გაშალეთ ღვიძლი ისე, რომ პაშტეტში ღვიძლის ჩასართავი სისქით რვა სანტიმეტრის სიმაღლის, მოგრძო ოთხკუთხედი ფორმის გამოვიდეს. შეახვიეთ გათხელებულ ცომში და შეუყარით პირები მჭიდროდ და დადეთ ფურცელზე შეკრული პირით ქვევით, წაუსვით კვერცხი და სიგრძით გადაკარით ერთი სანტიმეტრის სიფართის თხელი ცომი. ზევიდან პაშტეტს გაუკეთეთ სასულებები და შედეთ პაერლუმელში გამოსაცხობად; როდესაც საკმარისად გამოცხვება და მზად იქნება, გამოიღეთ და გააცივეთ, შემდეგ გადაკრული ცომის შიგნით ამოჭერით გამომცხვარი ცომის ზედაპირი ისე, რომ პაშტეტის ჩასართავი მთელი სიფართით გამოჩნდეს. ზევიდან გააფორმეთ მოხარშული ქათმის ღვიძლით და ქამა სოკოთი, მერე ზევიდან გადავლეთ გამჭვირვალე მუქი ჩაისფერი წებოვანი ხორცის მაგარი ნახარში იმდენი, რომ გაივსოს თავამდე და გააცივეთ. ცომის ზედა ნაპირები გააფორმეთ გათქვეფილი კარაქით; გაცემისას პაშტეტი დაჭერით, ულუფაზე განსაზღვრული წონის ორი ნაჭერი და დადეთ ლანგარზე, გააფორმეთ სალათით ან ოხრახუშის ფოთლებით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ღვიძლი 65 გ, ხორცი 15 გ, ღორის ქონი, 30 გ, ყოველგვარი ძირძურები 5 გ, კვერცხი 50 გ, ღვინო 10 გ, ყველი 5 გ, მზა ცომი 120 გ, სოუსი 10 გ, მარილი 4 გ, პილპილი 0,01 გ, კარაქი 15 გ, სალათა ან ოხრახუში 5 გ.

გარეული ფრინველის დედაქალაქური სალათა

შემწვარი გარეული ფრინველის ხორცი დაჭერით თხელ და წვრილ ნაჭრებად. ასევე დაჭერით მოხარშული ახალი კარტოფილი, დამწნილებული კიტრი. მოხარშული კვერცხი და მწვანე ახალი სალათა. ეს შემადგენლობა შეაზავეთ ერთად მაიონეზით, სქელი არაქნით, საწებელი „იუჟენით“, შეანელოთ მარილით, შავი პილპილით და ძმრით, მოათავსეთ სასალათეზე და შესაფერისად გააფორმეთ.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: გარეული ფრინველი შემწვა-

რი 0,5, მოხარშული კარტოფილი 60 გ, მოხარშული კვერცხი 1 ცალი, მჟავე კიტრი 50 გ, ახალი მწვანე სალათა 15 გ, საწებელი „იუენი“ 15 გ, მაიონეზი 15 გ, არაჟანი 15 გ, ძმარი 5 გ, მარილი 2 გ.

ქათმის ან ინდაურის ხორცის სალათა

შემწვარი, კანმოშორებული ქათმის ან ინდაურის რბილი ხორცი დაჭერით თხელ სამკუთხედ ნაჭრებად. მიუმატეთ ასევე დაჭრილი მოხარშული კარტოფილი, იმავე ფორმით დაჭრილი, კანისა და თეს-



სურ. 35. ქათმის ან ინდაურის ხორცის სალათა

ლისგან გასუფთავებული მჟავე კიტრი, გაფცქვნილი მოხარშული კვერცხი, მოხარშული ყვავილოვანი კომბოსტო ან თაღგამი, ახალი სალათა და კანისა და თესლისგან გასუფთავებული თხლად დაჭრილი ახალი პამიდორი. მოათავსეთ ღრმა ჭურჭელში (სურ. 35), ჩაუმატეთ არაჟანი და მაიონეზი, დააწურეთ ლიმონის წვე-

ნი, შეანელებთ მარილით და შავი პილპილით, ერთმანეთში კარგად აურიეთ და მოათავსეთ ამალღებული ფორმის სასალათეში. გარშემო გააფორმეთ ბოსტნეულით და ზევიდან მოხატეთ მაიონეზით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ქათმის ან ინდაურის ხორცი 225 გ, კარტოფილი 50 გ, მჟავე ან ახალი კიტრი 40 გ, პამიდორი 50 გ, კომბოსტო ან თაღგამი 45 გ, კვერცხი 1 ცალი, სალათა 30 გ, არაჟანი 30 გ, მაიონეზი 20 გ, მარილი 3 გ, პილპილი 0,01 გ, ლიმონი 10 გ, მწვანილეული 10 გ.

ხორცის სალათა

სალათისათვის ხორცი დაჭერით ულუფაზე ექვსი თხელი ნაჭერი, შემდეგ ფეხიან სასალათეში დადეთ მაიონეზით შეზავებული თხლად დაჭრილი მოხარშული კარტოფილი, გაფცქვნილი უთესლო მჟავე კიტრი, მოხარშული სტაფილო და ახალი მწვანე სალათა, ბოსტნეულს გარშემო სიმაღლით შემოუწყეთ აღნიშნული წესით დაჭრილი ხორცის ნაჭრები. სალათის ნაპირები გააფორმეთ ოთხად დაჭრილი მოხარშული კვერცხით, მჟავე ან ახალი კიტრით, პამიდვრით, ახალი სალათით ან ოხრაზუშით. გასტუმრების დროს ხორცის სალათას ზევიდან გადაავლეთ საწებელი „იუენი“ და დაკეპილი ახალი კამით შეზავებული და ოდნავ შეთხელებული მაიონეზი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: შემწვარი ხორცი — ძროხის 131 გ, ხბოს 143 გ, ცხვრის 131 გ ან ენა 90 გ. მოხარშული კარტოფილი 50 გ, სტაფილო 25 გ, მყავე კიტრი 30 გ, ახალი სალათა 30 გ, 1 ცალი კვერცხი, მაიონეზი 50 გ, საწებელი „იუენი“ 15 გ, ახალი კამა 5 გ, პამიდორი 20 გ, ძმარი 5 გ, მარილი 3 გ.

ვინაგრები სორცით

თხლად სამკუთხედად დაჭერით შემწვარი ხორცი, მიუმატეთ ხორცის ფორმით დაჭრილი მოხარშული კარტოფილი, სტაფილო, გათლილი უთესლო მყავე კიტრი, კაპარი და მოხარშული კვერცხი. ყველა ეს შემადგენლობა მოათავსეთ ღრმა ჭურჭელში, მიუმატეთ მაიონეზი, არაჟანი, საწებელი „იუენი“, მარილი, შავი პილპილი, ლიმონის წვენი ან ძმარი, ერთმანეთში კარგად აურიეთ და შემდეგ დააწყეთ ვახაზე ან სასალათეში ამალღებული ფორმით. ზევიდან გააფორმეთ კვერცხით, ყელეთი. ოხრახუშით და სხვ.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: შემწვარი ხორცი—ძროხის, ცხვრის 131 გ, ხბოს 143 გ, კარტოფილი 60 გ, მყავე კიტრი 40 გ, კვერცხი 1 ცალი, სტაფილო 30 გ, სალათა 30 გ, მაიონეზი 50 გ, არაჟანი 10 გ, საწებელი „იუენი“ 10 გ, მზა ყელე 40 გ, მარილი 3 გ, პილპილი 0,1 გ, ძმარი 5 გ, მწვანელი 5 გ.

ცხვრის, ხბოს ან ღორის უმარცხარი სორცი ცივად, გოსტინაულის გარანიკებით და ტუპალის საწებლით

კულინარული წესით შემზადებულ რომელიმე აღნიშნული წვრილფეხა საქონლის ხორცის ბარკალს ან ხვეულად შეკრულ ბექსს შოაყარეთ მარილი და შეწვით ჰაერღუმელში; როდესაც ზომიერად შემწვარი მზად იქნება, გაგრილების შემდეგ დაჭერით, დაალაგეთ ლანგარზე, მწყობრად შემოუწყეთ ცივი და ახალი ან მყავე ბოსტნეულის გარანიკი — პამიდორი, კიტრი, მყავე კომბოსტო, მწვანე სალათა ან ასპიგი (ხორცის ყელე). ამრიგად გაფორმებული გაუშვით ტყემლის საწებლით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ხბოს ხორცი 241 გ, ცხვრის 221 გ, ღორის 173 გ, ცხიმი 1,5 გ, კიტრი 50 გ, პამიდორი 50 გ, კომბოსტო 50 გ, სალათა 20 გ, ასპიგი 20 გ, მარილი 5 გ.

მოხარშული გოვი არაჟნით უმარცხავალი პირფუშხას საწებლით

სიგრძით ორად გაჭრილი გოვი შეამზადეთ და მოხარშეთ ისე, რომ თეთრი გამოვიდეს, რისთვისაც საჭიროა პირველად წამოდუღებული წყალი გადაღვართ და დაასხათ სუფთა ცხელი წყალი, ადუღოთ თავდახურული, სანამ მზად იქნება. ამის შემდეგ შეანელებთ

მარილით, გაგრილებული გოჭი დაქერით ულუფებად და დააწყეთ ლანგარზე. მას გარშემო შემოუწყეთ ზაფხულში ახალი კიტრი და პამიდორი მწვანილით, ზამთარში კი — ბოსტნეულის ვანეგრეტი, მჟავე კიტრი და მწვანილი. ცალკე მიეცით არაყნით შეზავებული გახეხილი პირშუშხა.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: გოჭი 200 გ, ბოსტნეული გარნირად 150 გ, პირშუშხა 20 გ, არაყანი 20 გ, მარილი 5 გ, ოხრაბუში 5 გ.

ლორის შაშხი გოსტნეულის გარნირებით

მოხარშული და გაცივებული ლორის შაშხი (ბარკალი ან ბეჭი) დაქერით თხელ და ბრტყელ ნაჭრებად, ულუფაზე სამი ნაჭერი, დააწყეთ ლანგარზე; გააფორმეთ მჟავე ან ახალი ბოსტნეულით და მწვანილით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: შაშხი 164 გ, ბოსტნეული 100 გ, ახალი სალათა 15 გ.

ლორის თავფანის მუშაობა

გაასუფთავეთ ლორის ფეხები, ყურები და კუდი, შემდეგ ფეხები დაქერით სიგრძით შუაზე და მოაშორეთ კანქის მრგვალი ძვლები, ყურები სიგრძეზე ოთხად ან ექვსად დაქერით, გარეცხეთ ცივ წყალში, ჩაუშვით ქვაბში და დაასხით ცივი წყალი იმდენი, რომ ხორცი დაფაროს და მოსახარშად დადგით; როდესაც ხორცი ნახევრად მოიხარშება, ნახარში გადაღვარეთ და მის ნაცვლად დაასხით იმდენი წყალი, რამდენიც ნახარში იყო; როდესაც ადუღდება, ჩაუმატეთ დაფნის ფოთოლი, მრგვლად და თხლად დაჭრილი გაფცქვნილი სტაფილო, გაფცქვნილი მთელ-მთელი წვრილი ხაზვი, ბაპარი, მიხაკი და მარილი. ამრიგად შეზავებული მუყუყის ხორცი საკმარისად რომ მოიხარშება, დაუმატეთ ღვინის ძმარი იმდენი, რომ მუყუყს წვენი შესამჩნევად მჟავე ჰქონდეს. ათი წუთის დუღილის შემდეგ გადმოდგით და გაცივეთ თავის ნახარშ წვენში. გაშვების დროს დააწყეთ ულუფის ღრმა ჭურჭელში და ცოტა რაოდენობის თავისივე წვენი დაასხით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ლორის ფეხები 200 გ, ყურები და კუდი 200 გ, ძმარი 20 გ, ხაზვი 10 გ, სტაფილო 10 გ, მიხაკი 0,5 გ, ბაპარი 0,02 გ, დაფნის ფოთოლი 0,02 გ, მარილი 5 გ.

შამფხარი ქროხის სათბილო ტყეპლის საწავალით

ძროხის ზურგის ძარღვებაჭრილი და გასუფთავებული სათბილო შეწვით ისე, რომ ცვრიანი დარჩეს. გაცივების შემდეგ დაქერით თხლად და ბრტყლად, ულუფაზე 3 ნაჭერი, დააწყეთ ლანგარზე

მოკეცილად, გარნირად მოუწყეთ ახალი ან მჟავე კიტრი და პამიდორი, შეიძლება ბოსტნეულის ვინეგრეტი, გააფორმეთ ახალი სალათით და გაფხეკილი პირშუშხათი, ცალკე მიეცით შეზავებული ტყემლის საწებელი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ხორცი სათბილო 200 გ, კიტრი და პამიდორი 100 გ, ვინეგრეტი 100 გ, ახალი სალათა 15 გ, ტყემალი 30 გ, მარილი 5 გ.

ლორის თავფხის ლაბა

გასუფთავებული ღორის თავფეხი დაშალეთ სახსრებში, გარეცხეთ და დადგით მოსახარშად. წყალი დაასხით იმდენი, რომ თავფეხი დაფაროს. ნახევრად მოხარშვის შემდეგ დაუმატეთ გასუფთავებული მთელ-მთელი თავი ხახვი, სტაფილო და დაფნის ფოთოლი, ხარშეთ თავმოხდილ ჭურჭელში. მოხარშვის შემდეგ გაათავისუფლეთ ძვლებისაგან და წვრილად დაჭერით, დაჭრილი ხორცი ჩაუშვით მეორე ქვაბში და მთლიანად დააწურეთ თავისივე ნახარში წვენი, კიდევ აადუღეთ და შემდეგ შეანეღეთ მარილით, დატყული შავი პილპილით და დანაყილი ნივრით; როდესაც მზად იქნება, სპეციალურ ჭურჭელში ჩააფინეთ 7 ან 8 ნაჭერი მრგვლად და თხლად დაჭრილი მოხარშული სტაფილო, მერე მასში მოათავსეთ შემზადებული მასა, გასაცივებლად დადეთ ყინულზე. გაცემის დროს გაცივებული ლაბა დაჭერით ბრტყელ ნაჭრებად, დაალაგეთ ლანგარზე, შემოუწყეთ ბოსტნეულის მჟავე გარნირი, ცალკე მიეცით გაფხეკილი და შეზავებული პირშუშხა.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ღორის თავფეხი 200 გ, ნიორი 5 გ, მარილი 3 გ, პილპილი 0,1 გ, სტაფილო 10 გ, ხახვი 10 გ, დაფნის ფოთოლი 0,02 გ, პირშუშხა 30 გ, ძმარი 10 გ, მჟავე გარნირი 100 გ, ოხრახუშის ფოთლები 5 გ.

ხზოს თავფხის საცივო

დამუშავების შემდეგ ფეხები გაჭერით სიგრძით შუაზე. მხოლოდ თავს ამოაჭერით ენა და ტენი, რის შემდეგ დაჭერით ოთხად და მთელი შემადგენლობა ერთად დადგით მოსახარშად; როდესაც მზად იქნება (საკმარისად დარბილებული), ხორცი ამოალაგეთ და დაჭერით წვრილად, ჩაუშვით მეორე ქვაბში, დააწურეთ თავისი ნახარში და შეაზავეთ მარილით, შავი პილპილით, დაკეპილი ნივრით, ყვითელი კოჭათი და წმინდად დანაყილი ნიგვზით. ამრიგად შეზავებული ხზოს თავფხის საცივი მოათავსეთ ტაფაში; როდესაც გაცივდება, ულუფებად დაჭრილი გაისტუმრეთ ლანგარით, მჟავე გარნირითა და პირშუშხას საწებლით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ხბოს თავფეხი 200 გ, ნიორი 5 გ, ყვითელი კოქა 1 გ, მარილი 3 გ, შავი პილპილი 0,1 გ, ნიგოზი 15 გ, მჟავე გარნირი 100 გ, პირშუშხას საწებელი 30 გ, ახალი ოხრახუში 5 გ.

მოხარშული კვერცხი კვერცხის გულის კრებით, ცივად

კვერცხები მოხარშეთ მდულარე წყალში. როდესაც მზად იქნება, გააცივეთ და გაარჩიეთ ნაჭუჭისაგან, გაჭერით სიგრძით შუაზე ისე, რომ მეტ-ნაკლები არ გამოვიდეს, შემდეგ თითოეულს ამოულეთ გული და გაატარეთ საცერში. გატარებული კვერცხის გული მოათავსეთ ქვაბში, ჩაუმატეთ გამდნარი კარაქი, დადგით ყინულზე და ურჩეთ ხის სარევიტ, რომ კარგად გაითქვიფოს, ჩაუმატეთ მარილი და კიდევ მოურიეთ. ამრიგად მომზადებული კვერცხის გულის კრებით გაავსეთ მოხარშული კვერცხის ცილის თითოეული ნახევარი. გასტუმრების დროს დააწყეთ ლანგარზე და ზევიდან მოაყარეთ დაკეპილი ახალი ტარხუნა ან კამა.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: კვერცხი 3 ცალი, კარაქი 65 გ, მარილი 3 გ, ტარხუნა ან კამა 5 გ, სალათა ან ოხრახუში 10 გ.

მოხარშული კვერცხი მაიონეზით

მოხარშული კვერცხი გააცივეთ და გაფცქვენით. შემდეგ გაჭერით სიმალლით შუაზე, ამოიღეთ გული და გაატარეთ საცერში. გატარებული კვერცხის გული მოათავსეთ ქვაბში, მიუმატეთ კვერცხის გულის რაოდენობის ზეთის ხილის ან სხვა ზეთით მომზადებული მზა სქელი მაიონეზი, კარგად მოურიეთ და ამრიგად შეზავებული მაიონეზით გაავსეთ მოხარშული კვერცხის ცილის თითოეული ნახევარი, ლამაზად მოხატეთ და მოაყარეთ დაკეპილი ახალი კამა. გასტუმრების დროს დაალაგეთ ფაიფურის ლანგარზე და გააფორმეთ მწვანლით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: კვერცხი 3 ცალი, მზა მაიონეზი 60 გ, მარილი 2 გ, კამა 5 გ, მწვანლილეული გასაფორმებლად 5 გ.

ახალი გოსტინელის სალათა — „გაჰაფხული“

მოხარშული და გაფცქვნილი ახალი კარტოფილი, სტაფილო, ჭარხალი, კიტრი, მწვანე ხახვი, ქორფა ბოლოკი, ახალი სალათა, კამა და მოხარშული კვერცხი დაჭერით თხლად, სამკუთხედად და აურიეთ ერთმანეთში, მიუმატეთ არაყანი, მზა მაიონეზი, მზა მდოგვი და ძმარი, შეანელეთ მარილით. შაქრის ფხვნილით და შავი პილპილით. ამის შემდეგ კიდევ აურიეთ ერთმანეთში, დააწყეთ სასალათეზე ან

ვაზაზე. ლამაზად გააფორმეთ პამიდვრით. მოხარშული კვერცხით, მწვანე სალათით და სხვა ბოსტნეულით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ახალი კიტრი 38 გ, მწვანე ხახვი 38 გ, ახალი მწვანე სალათა 56 გ, ბოლოკი 53 გ, კამა 5 გ, კვერცხი 0.5 ც, არაქანი 40 გ, მაიონეზი 10 გ, ძმარი 5 გ, მარილი 4 გ, შავი პილპილი 0,1 გ.

ისპანახი ნიგვზით

ისპანახი გაარჩიეთ, მოაშორეთ უვარგისი ფოთლები, მოაჭერით ფესვები, გარეცხეთ ცივ წყალში და მოხარშეთ მარილით შენელებულ მდლდარე წყალში. შემდეგ გადაწურეთ და გაშალეთ მაგიდაზე; როდესაც გავრილდება, დაკეპეთ მსხვილად. ამავე დროს მოამზადეთ ნიგვზის საკაზმავი, რისთვისაც გარჩეული ქინძი, კამა, ოხრაახუში, ომბალო, ნიორი, წიწაკა დაკეპეთ, მერე გარჩეულ ნიგვზთან ერთად დანაყეთ. ამრიგად შემზადებული ნიგვზის საკაზმავი გახსენით ღვინის ძმრით და შეურიეთ ისპანახს. მიუმატეთ დაკეპილი თავიანი ხახვი და მარილი. ერთმანეთში აურიეთ და მოათავსეთ საუზმის თეფშზე; გაეცით ცივად.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ისპანახი 300 გ, ნიგოზი 20 გ, ხახვი 15 გ, ნიორი 2 გ, ძმარი 10 გ, წიწაკა 0,5 გ, მარილი 5 გ, აღნიშნული ყოველგვარი მწვანილეული 7 გ.

ახალი კიტრისა და პამიდვრის სალათა

გათლილი ახალი კიტრი და გარეცხილი ახალი პამიდორი გაჭერით შუაზე და შემდეგ თხლად დაჭერით, ჩააწყეთ სასალათეში, მოაყარეთ მარილი და შავი პილპილი, დაკეპილი ახალი კამა-ოხრაახუში და მწვანე ხახვი, დაასხით ღვინის ძმარი და მაშინვე გაეცით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ახალი კიტრი 100 გ, პამიდორი 100 გ, მწვანე ხახვი 20 გ, კამა და ოხრაახუში 5 გ, ძმარი 5 გ, მარილი 3 გ, პილპილი 0,1 გ.

გოსტინაულის ვინეგრები

მოხარშული და გაფქვნილი კარტოფილი, სტაფილო, ჭარხალი და მჟავე კიტრი დაჭერით თხლად, სამკუთხედებად, მიუმატეთ მოხარშული თეთრი ლობიო და მჟავე კომბოსტო, აგრეთვე დაკემილი თავიანი ხახვი, რაც შემდეგ შეაზავეთ მაიონეზით (ან ზეთით), მზა მდოგვით, ძმრით, მარილით და პილპილით. ამრიგად შეზავებული ვინეგრები მოათავსეთ ვაზაზე ან სასალათეზე. ზევიდან მოაყარეთ დაკეპილი კვერცხი და გააფორმეთ ბოსტნეულით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: კარტოფილი 100 გ, მჟავე კომბოსტო 40 გ, ჭარხალი 40 გ, სტაფილო 30 გ, მჟავე კიტრი 30 გ,

თეთრი ლობიო 10 გ, თავიანი ხახვი 20 გ, კვერცხი 10 გ, მზა მათი-
ნეზი 15 გ, მზა მდოგვი 5 გ, ძმარი 5 გ, მარილი 3 გ, პილპილი 0,1 გ,
მწვანელი 5 გ.

ახალი ზარდლის სალათა პრაშნით

მოხარშული ახალი ქარხალი გაფცქვენიტ, დაჭერით სამკუთხე-
დებად, მოათავსეთ ღრმა ჭურჭელში, მიუმატეთ დაკემსილი ახალი
ხახვი და კამა, მოხარშული დაკემსილი კვერცხი, მარილი, შავი პილ-
პილი, შაქრის ფხვნილი და არაჟანი. ერთმანეთში აურიეთ, დააწყეთ
სასალათეზე და გააფორმეთ ბოსტნეულიტ. ზევიდან მოაყარეთ და-
კეპილი ახალი კამა.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ქარხალი 200 გ, ხახვი 30 გ,
კამა 10 გ, კვერცხი 20 გ, არაჟანი 40 გ, შაქარი 5 გ, მარილი 3 გ,
შავი პილპილი 0,01 გ.

ახალი ბადრიჯნის ხიზილაა

ახალი ბადრიჯანი გამოსაცხობად შედეთ ჰაერლუმელში; როდე-
საც მზად იქნება (საკმარისად დარბილებული), გაფცქვენიტ კანი-
საგან, მიუმატეთ კანისა და თესლისაგან გასუფთავებული ახალი პა-
მიდორი, დაკემსილი მწვანე ხახვი და დაკეპილი ახალი კამა. შემ-
დეგ ხიზილაას მთელი შემადგენლობა დანით დაკეპეთ, შეკაზმეთ
ღვინის ძმრით და ნიგვზის ზეთით, შეანელეთ მარილიტ და შავი
პილპილიტ.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ბადრიჯანი 200 გ, პამიდორი
100 გ, მწვანე ხახვი 25 გ, ძმარი 5 გ, ნიგვზის ზეთი 10 გ, მარილი
4 გ, შავი პილპილი 0,1 გ.

კეჟერა ფხალი ნიგვზით

კეჟერა ფხალი გათალეთ კანისაგან, დაჭერით ორი სანტიმეტრის
სიგრძე-სიგანეზე სამკუთხედებად. დაჭრილი მთელი რაოდენობა მო-
ათავსეთ ღრმა ჭურჭელში, მიუმატეთ დაკემსილი თავიანი ხახვი.
შემდეგ ჩერ დაკეპეთ და მერე წმინდად დანაყეთ გარჩეული და გა-
სუფთავებული ნიორი, ახალი ქინძი, კამა-ობრაახუში, წიწაკა და ნი-
გოზი, ეს საკაზმავი გახსენით ღვინის სუსტი ძმრით და შეუერთეთ
დაჭრილ კეჟერა ფხალს, აურიეთ ერთმანეთში, შეანელეთ მარილიტ,
ზევიდან მოაყარეთ დაკეპილი კამა ან ობრაახუში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: კეჟერა ფხალი 300 გ, ნიგოზი
30 გ, თავიანი ხახვი 20 გ, მწვანელეული 5 გ, ნიორი 2 გ, ძმარი
5 გ, მარილი 3 გ, წიწაკა 0,1 გ.

მარცხენი ლობიო ნიგოზით

ლობიო გარჩევის შემდეგ გარეცხეთ და მოხარშეთ დარბილებამდე; როდესაც მზად იქნება, გაწურეთ და მოათავსეთ ღრმა ჭურჭელში, ჩაუმატეთ წმინდად დაკეპილი ხახვი, ნიორი, ქინძი, კამა, ოხრახუში, ხმელი სუნელი, წმინდად დანაყილი ნიგოზი, შეანელეთ მარილით, შავი პილპილითა და ძმარით; აღნიშნული მასალით შეზავებული ლობიო გაისტუმრეთ საუზმის თევზით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ლობიო 80 გ, ხახვი 25 გ, ნიგოზი 30 გ, ძმარი 5 გ, ნიორი 2 გ, ხმელი სუნელი 1 გ, ყოველგვარი ახალი მწვანელი 10 გ, მარილი 3 გ, პილპილი 0,1 გ.

ახალი საბატარი ნიგოზით

მინდვრის სატაცური გაარჩიეთ, მოაშორეთ მაგარი ღეროები, დაჭერით ორი სანტიმეტრის სიგრძეზე, მოხარშეთ მარილით შეზავებულ მდუღარე წყალში; როდესაც მზად იქნება, გაწურეთ და მოათავსეთ ღრმა ჭურჭელში. ჩაუმატეთ ჯერ გარჩეული, შემდეგ დაკეპილი და დანაყილი ნიგოზი, ნიორი, ქინძი, კამა, ოხრახუში, დაჭრილი მწვანე ხახვი, მარილი, პილპილი და ძმარი. ეს მასალა კარგად აურიეთ სატაცურში და გაუშვით საუზმის თევზით ცივად.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: სატაცური 250 გ, ახალი ხახვი 25 გ, ნიორი 2 გ, ყოველგვარი ახალი მწვანელი 10 გ, ნიორი 30 გ, მარილი 5 გ, ძმარი 5 გ, პილპილი 0,1 გ.

ახალი სოკო ნიგოზით

ახალი თეთრი ან ქაშა სოკო გარჩევის შემდეგ გარეცხეთ, ჩაუშვით ქვაბში, მოაყარეთ მარილი, დაწურეთ ლიმონის წვენი ან ძმარი და მოხარშეთ თავდახურული; როცა მზად იქნება, დაჭერით თხლად, მოათავსეთ ღრმა ჭურჭელში, ჩაუმატეთ დაკეპილი და შემდეგ დანაყილი ნიგოზი, ხახვი, ქინძი, კამა, ოხრახუში, მარილი, პილპილი და ძმარი; გაუშვით საუზმის თევზით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ახალი სოკო 200 გ, ნიგოზი 30 გ, ხახვი 25 გ, ყოველგვარი მწვანელი 10 გ, ძმარი 5 გ, მარილი 5 გ, პილპილი 0,1 გ.

შეავეთილი დანდური

გარჩევის შემდეგ დანდური მოხარშეთ მარილწყალში, შემდეგ გაწურეთ და დაჭერით ზომიერ ნაჭრებად. მიუმატეთ დაკეპილი ხახვი, ნიორი და ახალი ქინძი, ნიგოზის ზეთი, ღვინის ძმარი და აურიეთ ერთმანეთში; გაეცით საუზმის თევზით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: დანდური 300 გ, ნიორი 10 გ, ღვინის ძმარი 10 გ, ნიგოზის ზეთი 5 გ, ახალი ქინძი 10 გ, მარილი 5 გ.

ჯონჯოლი

ქარგად დამწნილებულ ჯონჯოლს მიუმატეთ დაკემსილი ხახვი, ზეთი, ღვინის ძმარი და აურიეთ ერთმანეთში. გაეცით საუზმის თეფშით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ჯონჯოლი 200 გ, ხახვი 15 გ, ზეთი 5 გ, ძმარი 5 გ.

ბადრიჯანი ნიგვზით

მთელ-მთელი ლურჯი ბადრიჯნები გამოაცხეთ ჰაერლუმელში; როდესაც მზად იქნება (საკმარისად დარბილდება), გამოალაგეთ, გაფცქვენით კანისაგან და დაჭერით ორი სანტიმეტრის სისქეზე. დაჭრილი ბადრიჯანი ჩაუშვით სათანადო ჭურჭელში, მიუმატეთ გარჩეული ჯერ დაკეპილი და შემდეგ წმინდად დანაყილი ნიგოზი, წიწაკა, ახალი ქინძი, კამა-ობრახუში, ომბალო, დაკეპილი თავიანი ხახვი. შემდეგ მიღებული ნიგვზიანი საკაზმავი მასალა გახსენით ღვინის ძმრით, მიუმატეთ მარილი, შეუერთეთ აღნიშნულ დაჭრილ ბადრიჯანს და აურიეთ ერთმანეთში. გაუშვით საუზმის თეფშით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ბადრიჯანი 305 გ, ნიგოზი 20 გ, ნიორი 2 გ, ძმარი 10 გ, თავიანი ხახვი 15 გ, პილპილი 0,4 გ, ყოველგვარი აღნიშნული მწვანილეული 10 გ, მარილი 4 გ.

მწვანე ლობიო ნიგვზით

უძარღვო პარკი ლობიო გაარჩიეთ, ხელით დაამტვრიეთ და მოხარშეთ მარილით შეზავებულ მდუღარე წყალში; როდესაც მზად იქნება, გადაწურეთ და მოათავსეთ სათანადო ჭურჭელში, მიუმატეთ დაკეპილი თავიანი ხახვი და აგრეთვე გარჩეული და გასუფთავებული, ჯერ დაკეპილი და მერე წმინდად დანაყილი ნიგოზი, ნიორი, წიწაკა, ახალი ქინძი, კამა, ოხრახუში, ომბალო. მიღებული ნიგვზიანი საკაზმავი მასალა გახსენით ღვინის ძმრით, მიუმატეთ მარილი და შეუერთეთ მოხარშულ ახალ ლობიოს, ერთმანეთში აურიეთ და ამრიგად შეზავებული ლობიოს ულუფა გაუშვით საუზმის თეფშით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: პარკი ლობიო 200 გ, ნიგოზი 20 გ, თავიანი ხახვი 15 გ, ნიორი 2 გ, ძმარი 10 გ, ყოველგვარი აღნიშნული მწვანილეული 20 გ, მარილი 5 გ, წიწაკა 0,5 გ.

ახალი პარხლის ფოთოლი ნიგვზით

ახალი ქარხალი თავისი ძირებით და ფოთლებით გაარჩიეთ, მოაშორეთ უვარგისი ფოთლები, შემდეგ მოაჭერით ძირები და მოხარ-

შეთ ცალკე, ხოლო ფოთლები თავისი ტოტეებით გარეცხეთ და მოხარშეთ მარილით შეზავებულ მდუღარე წყალში; როდესაც მზად იქნება, გადაწურეთ, გააგრილეთ და ხელით გაწურეთ. შემდეგ დანით დაკეპეთ, მოათავსეთ ღრმა ფართო ჭურჭელში, მიუმატეთ მოხარშული, გაფცქვნილი და თხლად დაჭრილი ჭარხლის ძირები, ამასთან დაკეპილი ხახვი; შემდეგ ერთად დაკეპეთ ქინძი, კამა, ოხრახუში, პილპილი, ნიორი, მიუმატეთ გარჩეული ნიგოზი და გაატარეთ წმინდასაციოან საკებ მანქანაში ან დანაყეთ სანაყში. დანაყილი მასალა შეურიეთ ჭარხალს და აურიეთ ერთმანეთში, დაასხით ღვინის ძმარი და შეანელეთ ისე, რომ ოდნავ სიმჟავე და სიცხარე ეტყობოდეს.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ჭარხალი 250 გ, ნიგოზი 20 გ, ხახვი 25 გ, ნიორი 2 გ, მწვანელი 10 გ, მარილი 5 გ, პილპილი 0,1 გ, ძმარი 5 გ, ხმელი სუნელი 1 გ.

ბადრიჯნის საცვივი

საცივისათვის შეარჩიეთ ლურჯი, ნაკლებთესლიანი ბადრიჯანი. გაფცქვნის შემდეგ მას მოაჭერით ღეროები ისე, რომ ხელის მოსაკიდი დარჩეს. შემდეგ გაჭერით 6 სანტიმეტრის სიგრძით და 3 სანტიმეტრის სიღრმით და წამოხარშეთ. ამის შემდეგ დაალაგეთ მაგიდაზე და დაადეთ მძიმე ფიცარი, რომ სითხისაგან დაიწუროს. ვიდრე ბადრიჯანი დაიწურება, მოამზადეთ— გაფცქვნილი თავიანი ხახვი, ნიორი, ქინძი, კამა, ოხრახუში, ნიახური და წიწკა, ყველაფერი ეს დაკეპეთ წვრილად და აურიეთ ერთმანეთში, მიუმატეთ ხმელი სუნელი, წმინდად დანაყილი ნიგოზი, მარილი და კიდევ აურიეთ. შემდეგ შემზადებულ ბადრიჯანს შიგნით გაჭრილში მოაყარეთ მარილი და გაავსეთ თითოეული მწვანელისა და ნიგოზის ჩასართით, ჩაალაგეთ თიხის ან მომინანქრებულ ჭურჭელში, ჩაუმატეთ დაფნის ფოთოლი და სურნელოვანი პილპილი; შემდეგ ღვინის ძმრით გახსენით დანარჩენი დანაყილი ნიგოზი, შეანელეთ მარილით, პილპილით და დაასხით ბადრიჯანს ისე, რომ დაფაროს. გაეცით ულუფაზე ორი ცალი ბადრიჯანი თავისივე წვენი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ბადრიჯანი 213 გ, ნიგოზი 44 გ, ხახვი 15 გ, ნიორი 5 გ, პილპილი 0,1 გ, მწვანელი 10 გ, ხმელი სუნელი 1 გ, დაფნა და ბაპარი 0,4 გ, მარილი 5 გ, ძმარი 10 გ.

ახალი კომპოსტოს ფხალი ნიგოზით

ახალი კომპოსტო დაჭერით წვრილად. ასანთის მსგავსად და მოხარშეთ. გაცივების შემდეგ გაწურეთ, ჩაუშვით ჭურჭელში, მიუმატეთ თხლად დაკემსილი ხახვი და ზემოთ აღნიშნული წესით მომზა-

დებულის შეკაზმული ნიგოზი, შეანელებთ მარილით და აურიეთ ერთ-მანეთში. გაეცით საუზმის თეფშით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ახალი კომბოსტო 300 გ, ნიგეზის საწებელი 50 გ, მარილი 4 გ, ხახვი 10 გ.

ბადრიჯანი ცივად გოსტინულის ჩასართავით

პირველად უმჯობესია მოამზადოთ ჩასართავი, რისთვისაც წვრილად დაჭერით ხახვი, სტაფილო, თეთრი ძირები, კომბოსტო და ნიორი, ყველაფერი ეს ერთად ჩაუშვით დაბალ ფართო ქვაბში, ჩაუმატეთ ზეთის ხილის ან მზესუმზირას ზეთი, დადგით ზომიერ ცეცხლზე და შუშეთ თხუთმეტი-ოცი წუთი, რის შემდეგ ჩაუმატეთ სქელი ტომატი და კიდევ შუშეთ, სანამ ბოსტნეულები საკმარისად არ დარბილდება. შემდეგ შეანელებთ მარილით, შავი პილპილით, დაკეპილი ახალი კამა-ოხრაბუშით და შაქრის ფხვნილით.

როდესაც ჩასართავი მზად იქნება, გაფქვევნი ნაკლებტესლიანი ბადრიჯანი, მოაჭერით თავი და ბოლო, სპეციალური მილით გამოუღეთ გული და გაავსეთ აღნიშნული წესით მომზადებული ბოსტნეულის მზა ჩასართავით, მოაყარეთ მარილი და ამოავლეთ პურის ფქვილში, ჩააწყეთ ტაფაში და შეწვით ზეთში; როდესაც ბადრიჯანი დაწითლდება, ზევიდან დაასხით ბულიონით გახსნილი ტომატის საწებელი იმდენი, რომ ბადრიჯანი დეფაროს და შედგით ჰაერლუმელში, ათი წუთის შემდეგ გადმოდგით და გააცივეთ. გაშვებისას ზევიდან გადაავლეთ თავისი ტომატის საწებელი და მოაყარეთ დაკეპილი ახალი კამა ან ოხრაბუში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ბადრიჯანი 210 გ, სტაფილო 40 გ, ხახვი 30 გ, ახალი კომბოსტო 25 გ, თეთრი ძირები 20 გ, კამა ან ოხრაბუში 10 გ, ტომატი 25 გ, ზეთი 15 გ, პურის ფქვილი 5 გ, მარილი 5 გ, პილპილი 0,1 გ, შაქარი 2 გ, ნიორი 5 გ.

ბულგარული წიწაკა გოსტინულის ჩასართავით, ცივად

წიწაკას გაუსუფთავეთ ღეროები, თითოეული გაჭერით ხუთი სანტიმეტრის სიგრძეზე და ამოაჭერით თესლი, შემდეგ გათუთქეთ მღულარე წყალში, გაწურეთ და თითოეული გაავსეთ ბოსტნეულის ისეთი ჩასართავით, როგორიც მოამზადეთ ბადრიჯანისათვის; შემდეგ წიწაკა დაალაგეთ ზეთწასმულ ტაფაზე, ღეროებით ზევით, ზევიდან გადაავლეთ თხელი ტომატის საწებელი იმდენი, რომ წიწაკა ნახევრად დაიფაროს, შედგით ჰაერლუმელში და როდესაც ოდნავ შეწითლდება, გამოიღეთ და გააცივეთ, გაუშვით ულუფაზე ორი ცალი, ზევიდან გადაავლეთ ტომატის საწებელი, მოაყარეთ დაკეპილი კამა ან ოხრაბუში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ბულგარული წიწკა 200 გ, ბოსტნეულის მზა ჩასართავი 80 გ, ტომატის საწებელი 50 გ, ზეთი 10 გ, მწვანილი 5 გ, მარილი 3 გ.

პამიდორი გოსტნეულის ჩასართავით, ცივად

ულუფაზე შეარჩიეთ სამი ცალი ერთი ზომის პამიდორი, გარეცხეთ ცივ წყალში, თითოეულს ღეროს მხრიდან მოაჭერით თავები და ამოასუფთავეთ თესლისაგან, შემდეგ თითოეული გააესეთ ბოსტნეულის ისეთი ჩანართავით, როგორიც მოამზადეთ ბადრიჯნისათვის, დაახურეთ თავები, დაალაგეთ ზეთწასმულ ტაფაზე და შედგით პაერლუმელში; როდესაც პამიდორი კარგად გათბება, გამოიღეთ და გააცივეთ, გაშვების დროს ზევიდან გადაავლეთ პამიდორის ან ტომატის საწებელი, მოაყარეთ დაკეპილი ახალი კამა ან ოხრაბუში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: პამიდორი 177 გ, ბოსტნეულის მზა ჩასართავი 75 გ, ტომატის საწებელი 50 გ, კამა 5 გ, ზეთი 5 გ, მარილი 3 გ.

სოკოს ხიზილალა

დამწნილებული მყავე ან მოხარშული ახალი თეთრი სოკო წმინდად დაკეპეთ დანით, მიუმატეთ სოკოს რაოდენობის ერთი მესამედი დაკეპილი ახალი ან თავიანი ხახვი, შეაზავეთ ნიგვზის ზეთით, ღვინის ძმრით, დაკეპილი ახალი კამით, მარილით და შავი დაფქული პილპილით. გაეცით სასალათით, ზევიდან მოაყარეთ დაკეპილი ახალი კამა ან ოხრაბუში და გააფორმეთ ახალი სალათით ან ოხრაბუშის ფოთლებით.

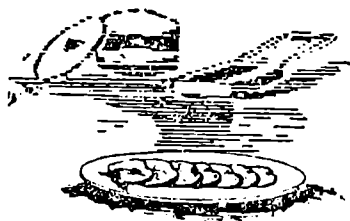
სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: დამწნილებული ან მოხარშული თეთრი სოკო 210 გ, ხახვი 70 გ, ახალი კამა 10 გ, ზეთი 10 გ, ღვინის ძმარი 10 გ, მარილი 3 გ, პილპილი 0,1 გ.

პარხლის ხიზილალა

სუფრის უძარღვო წითელი პარხალი გარეცხეთ და გამოაცხეთ პაერლუმელში ან მოხარშეთ წყალში; როდესაც პარხალი საკმარისად შეიწვება ან მოიხარშება, გაფცქვენით კანისგან, დაჭერით და მიუმატეთ მას პარხლის ერთი მეოთხედი ხახვი, გაატარეთ ერთად ხორცის საკეპ მანქანაში, გატარებული მასა მოათავსეთ ქვაბში, ჩაუმატეთ პარხლის რაოდენობის ერთი მეოთხედი კანისა და თესლისგან გასუფთავებული ახალი პამიდორი ან ტომატი, დაკეპილი ახალი კამა ან ოხრაბუში, შექრის ფხვნილი, მარილი, შავი პილპილი, მზა მდოგვი, ზეთი და ღვინის ძმარი, მოურიეთ კარგად; როდესაც მზად

იქნება, დააწყეთ სასალათოზე ან საუზმის თეფშზე და ზევიდან მოაყარეთ დაკეპილი ახალი კამა.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: კარხალი 225 გ, ხახვი 25 გ, ახალი კამა 10 გ, პამიდორი 45 გ ან ტომატი 15 გ, შაქარი 5 გ, მზა მდოგვი 5 გ, ზეთი 5 გ, ძმარი 5 გ, მარილი 3 გ, პილპილი 0,01 გ.





ცომის ნაწარმი

საზოგადოებრივი კვების სა-
წარმოებში ამზადებენ სხვადასხვა
სახის საფუარიან ან უსაფუარო
ცომს.

ფქვილი შედგება ცილებისა-
გან, სახამებლისაგან, შაქრისაგან,
ცხიმისაგან, მინერალური მარი-

ლებისა და სხვა ორგანული შენაერთებისაგან.

ცომის დამზადების დროს ყველაზე დიდი მნიშვნელობა აქვს
ფქვილის ცილებს, რომელთა დიდი ნაწილი ფქვილის წყალში გახს-
ნის დროს იბერება (წყალს შეიწოვს) და წარმოიქმნება წებოვანი
მასა, რომელსაც წებოვვარა ეწოდება. წყლის რაოდენობასთან და-
კავშირებით, ცომის კონსისტენცია სხვადასხვანაირია — მკვრივიდან
თხელამდე.

ფქვილში წებოვვარას რაოდენობა გავლენას ახდენს ცომის
სტრუქტურაზე, ამიტომ სხვადასხვა სახის ცომის მოსამზადებლად
საჭიროა სხვადასხვა წებოვვარას შეცულობა. მაგალითად, ფენოვა-
ნი ცომის მისაღებად საჭიროა ფქვილი, რომელიც არანაკლებ 40
პროცენტ წებოვვარას შეიცავს, ხოლო ფხვიერი ცომი — 30-32
პროცენტს.

საზოგადოებრივი კვების საწარმოებში ამზადებენ შემდეგი სა-
ხის ცომს: საფუარიანი (ხაშინი), აფუებული, აუფუებელი და ცო-
მი ბლინებისა და ალაღებისათვის, უსაფუვრო (უხაშო) — შეზავე-
ბული, საბისკვიტე, ფხვიერი, ფენოვანი, დამდულრული, თხელი
(კლიარი) და ცომი ატრიისათვის.

საფუარიანი (ხაშიანი) ცომი

საფუარიანი ცომის მოსამზადებლად ფქვილს, წყლისა და მარილის გარდა, დაუმატეთ საფუარი (ხაში), რომელიც წარმოადგენს მიკროორგანიზმს — საფუარის სოკოებს.

საფუარის ცხოველქმედობის პროცესში მიიღებთ ღვინის სპირტს და ნახშირჟანგის აირს. ნახშირჟანგის აირი ცდილობს გამოვიდეს ცომიდან, აფხეიერებს მას და ქმნის ფორიანობას.

გაფუების დროს ცომში წარმოიშობა კიდევ სხვა მრავალი რთული პროცესი.

გაფუებისათვის საუკეთესო ტემპერატურაა — 27-32°, 45-50° დროს გაფუება წყდება.

საფუარიანი (ხაშიანი) ცომი, უსაფუერო ცომთან განსხვავებით, მეავე ცომად იწოდება.

უგამეხვული ცომეულობის მომზადება

მეავე ცომი

მეავე ცომის მოსამზადებლად ქვაბში ჩაასხით ოდნავ თბილი რძე ან თბილი წყალი. მასში გახსენით საფუარი, დაუმატეთ მარილი, შაქრის ფხვნილი და ხორბლის თეთრი გაცრილი ფქვილი ისე, რომ ცომი მაწვნის სისქისა გახდეს. დაახურეთ სახურავი და მოათავსეთ თბილ ადგილას; როდესაც ცომი გაფუვდება, გადმოდგით და შეამზადეთ კვერცხით, გამდნარი კარაქით და ფქვილით. ზომიერი სისქის ცომი ზილეთ ხანგრძლივად იქამდე, რომ ხელზე არ ეკვრებოდეს. ხელმეორედ გასაფუებლად მოათავსეთ თბილ ადგილას; როდესაც ცომი ამოვა, შესაძლებელია იგი გამოიყენოთ სხვადასხვა სახის ნამცხვრების მოსამზადებლად.

სურსათის ნორმა: ფქვილი 1000 გ, რძე 500 გ, კვერცხი 5 ცალი, შაქრის ფხვნილი 50 გ, კარაქი 100 გ, საფუებელი 8 გ, მარილი 10 გ.

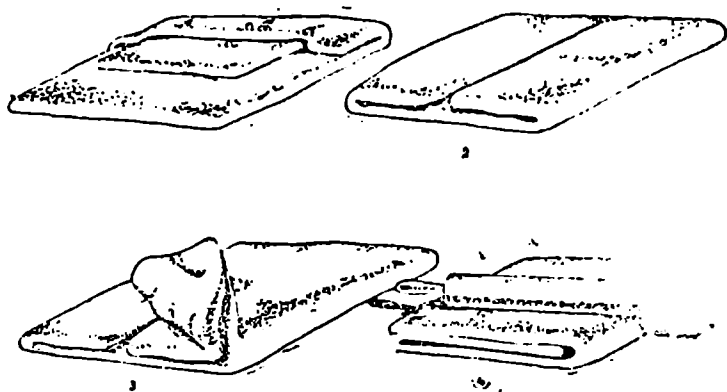
უგამეხვული (ნაუჯი) ცომი

ხორბლის თეთრი ფქვილი გაცერით, გაუკეთეთ სიდრმავე, რაშიც ჩაუშვით არაჟანი, მარილი, კვერცხი, შაქრის ფხვნილი, კარაქი და საჭმელი სოდა. ყოველივე ეს აზილეთ სწრაფად ისე, რომ ცომმა ძარღვი არ გაიკეთოს. მომზადებული ცომი შეიძლება გამოიყენოთ დანიშნულებისამებრ, სხვადასხვა სახის ნამცხვრებისათვის.

სურსათის ნორმა: ფქვილი 30 ან 72 პროცენტია 1 კგ. არაქანი 120 გ, მარილი 5 გ, კვერცხი 1 ცალი, შაქრის ფხვნილი 10 გ, კარაქი 100 გ, საკმელი სოდა 0,5 გ.

ფენა ცომი

ფქვილი გაცერით წმინდა საცერში, ამოღრმავეთ, მასში ჩაუშვით მარილით შეზავებული ცივი წყალი, კვერცხი, კარაქი, ლიმონის წვენი, მარილი, შაქრის ფხვნილი და მოზილეთ ძარღვიანი მაგარი ცომი. ცომს მოაყარეთ ფქვილი და 30-40 წუთს დაასვენეთ. შემდეგ



სურ. 36.

ცომი გაათხელეთ ოთხკუთხედად 2-2,5 სანტიმეტრის სისქით, შუა ადგილას მოათავსეთ ოთხკუთხედად გამოყვანილი წინასწარ ფქვილში აზელილი კარაქი (სურ. 36), გადააფარეთ ცომი და შეუჯარით პირები შუაში ისე, რომ კარაქი დაიფაროს და ცომი ერთმანეთს მჭიდროდ შეუერთდეს; ამის შემდეგ მარდანით ცომი თანდათანობით გაათხელეთ ერთი მეტრის სიგრძით, 35 სანტიმეტრის სიგანით და 1,5-2,5 სანტიმეტრის სისქით. შემდეგ დაკეცეთ ოთხ ფენად და კიდევ გაათხელეთ. უკანასკნელად დაკეცილი ცომი გაათხელეთ ერთი სანტიმეტრის სისქეზე და 30-40 წუთით გაიტანეთ სიცივეში; ამის შემდეგ კვლავ მოკეცეთ და გააბრტყელეთ. ფენა ცომისაგან შეგიძლიათ მოამზადოთ ტკბილღვეზელა, ღვეზელა და კულებიაკი.

სურსათის ნორმა: ფქვილი 30 პროცენტია 1 კგ, წყალი 500 გ, კვერცხი 40 გ, კარაქი 100 გ, ლიმონის წვენი 10 გ, მარილი 10 გ, შაქრის ფხვნილი 10 გ.

ბლინურების ცომის მოსამზადებლად

ბლინურების ცომის მოსამზადებლად კვერცხი, მარილი და შაქარი გათქვიფეთ, დაუმატეთ რძე, ერთმანეთში კარგად აურიეთ და ჩაუშვით ხორბლის თეთრ ფქვილში, ციცხვით კარგად გათქვიფეთ და გაწურეთ წმინდა საცერში. მზა ცომი ჩამჩით დაასხით გაცხელებულ ცხიმწასმულ ტაფაზე და ორივე მხრიდან გამოაცხეთ.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ფქვილი 40 გ, რძე 100 გ, მარილი 0,5 გ, შაქარი 3 გ, ერბო 2 გ.

პელმენის და შინაური აბრიის ცომი

პელმენისთვის ცომის მოსამზადებლად გაცერით 30 ან 72 პროცენტის ფქვილი, გაუკეთეთ სიღრმე, რაშიც ჩაასხით ცოტა რაოდენობის ცივი წყალი, ჩაუმატეთ კვერცხი და მარილი და ერთმანეთში აურიეთ, დაზილეთ კარგად ისე, რომ მაგარი ძარღვიანი ცომი მიიღოთ: 30 წუთის დასვენების შემდეგ შეიძლება გამოიყენოთ დანიშნულებისამებრ.

სურსათის ნორმა 1 კგ ცომზე: ფქვილი 260 გ, წყალი 90 გ, კვერცხი 23 გ, მარილი 5 გ.

ხინკლის ცომი

ხინკლისთვის ცომის მოსამზადებლად გაცრილ ხორბლის თეთრ ფქვილს გაუკეთეთ სიღრმე, ჩაასხით თბილი წყალი, ჩაუმატეთ მარილი, მოზილეთ პელმენის ცომთან შედარებით უფრო მაგარი ცომი, დაზილეთ რაც შეიძლება კარგად, რომ ცომი ძარღვიანი მიიღოთ. ამრიგად მომზადებული ცომი დასვენების შემდეგ შეიძლება გამოიყენოთ დანიშნულებისამებრ.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ხორბლის ფქვილი 30 გ, მარილი 0,5 გ, წყალი 10 გ.

ბლინისა და ოლაფის ცომი

ბლინის ცომის მოსაზელოდ შაქარი, მარილი და საფუარი გახსენით თბილ რძეში ან წყალში: მას ჩაუმატეთ ხორბლის ფქვილი, გამდნარი ცხიმი, კვერცხი და კარგად მოზილეთ, შემდეგ კიდევ დაუმატეთ გამდნარი ცხიმი და კვლავ მოზილეთ. იმავე ჭურჭლით 3-4 საათით მოათავსეთ თბილ ადგილას გასაფუებლად.

ბლინები გამოაცხეთ კარგად გაცხელებულ ცხიმწასმულ ტაფაზე, საჭიროა გადააბრუნოთ მეორე მხარესაც. გაცემის დროს ცალკე მიეცით: 40 გ არაქანი ან 25 გ ერბო, ან 25 გ ხიზილალა, ან 50 გ ქაშაყი, ან 50 გ კეტა.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ფქვილი 75 გ, სუფრის მარგარინი 8 გ, მარილი 1,5 გ, საფუარი 3 გ, წყალი ცომის მოსაზელოდ 118 გ, შაქარი 3 გ.

ოლადის ცომიც ისევე მზადდება, როგორც ბლინების, ხოლო მისი ცომი უფრო სქელი კონსისტენციისა უნდა იყოს.

გასტუმრების დროს ცალკე მიეცით: 10 გ ერბო, 20 გ არაჟანი ან 15 გ მურაბა.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ფქვილი 85 გ, შაქარი 3 გ, მარილი 1,5 გ, საფუარი 2,5 გ, მარგარინი 9 გ.

დამფუძრული (მოსარგული) ცომი

ქებაში ჩაასხით წყალი, ჩაუმატეთ კარაქი, შაქარი, მარილი და აადუღეთ; შემდეგ მასში ჩაუშვით გაცრილი 30 პროცენტიანი ფქვილი, მოურიეთ და კარგად დაზილეთ. საკმარისად მოხარშული ცომა გადმოდგით და თანდათანობით მორევით შეაზილეთ კვერცხი. მოხარშული ცომი გამოუშვით საკონდიტრო ტომრებიდან ცხიმწასმულ საკონდიტრო ფურცელზე მოგრძო ან მრგვალი ფუნთუშეულის სახით. ასეთი ცომისგან შეგიძლიათ მოამზადოთ ეკლერი, შუ და სხვ.

სურსათის ნორმა 1 კგ მოხარშული ცომისათვის: წყალი 450 გ, ფქვილი 510 გ, კარაქი 255 გ, კვერცხი 760 გ, მარილი 12 გ.

ნახევრად სქელი ცომი

ნახევრად სქელი ცომის (კლიასის) მოსამზადებლად აიღეთ ხორბლის 30 პროცენტიანი თეთრი. ფქვილი, გაცერით საცერში, შემდეგ ფქვილის მთელი რაოდენობა ჩაუშვით ქებაში, ჩაუმატეთ ცივი რძე, კვერცხის გული, შაქრის ფხვნილი, მარილი და კარგად დაზილეთ, მიუმატეთ გამდნარი კარაქი და კიდევ მოურიეთ. შემდეგ გათქვიფეთ კვერცხის ცილა და თანდათანობით შეურიეთ ცომს. ამრიგად მომზადებული ცომი იხმარეთ თევზის, შემწვარი დაბეგვილი კატლეტის და სხვათა ამოსავლებად.

სურსათის ნორმა 1 კგ და 700 გ ცომისთვის: ფქვილი 30 პროცენტიანი 500 გ; რძე 500 გ, 10 ცალი კვერცხი, შაქრის ფხვნილი 20 გ, კარაქი 50 გ, მარილი 10 გ.

ფხვიერი ცომი

ფხვიერი ცომის მოსამზადებლად ხორბლის თეთრი ფქვილი გაცერით მაგიდაზე, გაუკეთეთ სიღრმე, ჩაუშვით ერთმანეთში კარგად შერეული კარაქი, შაქრის ფხვნილი, კვერცხი, არაჟანი, ვანილი, მარილი და ლიმონის გაფხეკილი ქერქი; ყოველივე ეს კარგად მოზილეთ, ისე სწრაფად, რომ ცომმა ძარღვი არ გაიკეთოს. შემდეგ გააბრტყელეთ 5-6 მმ სისქეზე და დაჭერით ტორტიანათვის, ნამცხვრისათვის და სხვ.

სურსათის ნორმა 1 კგ ცომისათვის: ხორბლის თეთრი ფქვილი 570 გ, კარაქი 134 გ, არაუანი 67 გ, კვერცხი 83 გ, შაქარი 17 გ, მარილი 7 გ, წყალი 134 გ.

ბისკვიტის ცომი

ბისკვიტის ცომი ორნაირად მზადდება: ცივი და ცხელი წესით. ცივი წესი. კვერცხის გული კარგად დაზილეთ შაქარში, დაუმატეთ ხორბლის ფქვილი და მოზილეთ, შემდეგ მასში ფრთხილად შეიყვანეთ კარგად გათქვეფილი აქაფებული კვერცხის ცილა.

ცხელი წესი. კვერცხს შეუერთეთ შაქარი და მუდმივი გათქვეფით მასა გააცხელეთ 45-50 გრადუსამდე, შემდეგ გაცხელება შეწყვიტეთ და გააგრძელეთ გათქვეფა, ვიდრე ის მოცულობით 2-3-ჯერ არ გაიზრდება. ამის შემდეგ ჩაყარეთ ფქვილი და ერთმანეთში კარგად აურიეთ.

ბისკვიტის ცომი, ცივი თუ ცხელი წესით მომზადებული, გადმოიღეთ ღრმა და განიერ ქაღალდჩაფენილ ტაფაში და გამოაცხეთ 200° ტემპერატურაზე. გამომცხვარი ცომიდან გააყეთეთ ტორტი და ტკბილდვეზელა.

სურსათის ნორმა 1 კგ ცომისათვის: შაქარი 350 გ, კვერცხი 650 გ, ხორბლის ფქვილი 30 ან 72 პროცენტიანი 355 გ.

ცომი „რომინი ბაზისათვის“

ორი კილოგრამი „ბაბას“ ცომის მოსამზადებლად ნელთბილ რძეში გახსენით დარეისილი საფუარი, მას დაუმატეთ ფქვილი, დაზილეთ კარგად, დაახურეთ სახურავი და დადგით თბილ ადგილას; როდესაც აფუფდება, გადმოდგით და იმავე ჭურჭელში შეაზავეთ შაქრის ფხვნილით, კვერცხის გულით, ნაღების მარგარინით, კონიაკით, მარილით, ვანილით. ყველაფერი ეს აურიეთ ცომში, დაუმატეთ კიდევ ფქვილი, კარგად დაზილეთ ისე, რომ ცომი ხელს არ ეკვროდეს. ამის შემდეგ ჩაუმატეთ გარჩეული და გარეცხილი ქიშმიში; როდესაც ცომი ხელმეორედ აფუფდება და მზად იქნება, მოათავსეთ შემზადებულ ფორმაში. რომ აფუფდება, ზევიდან წაუსვით კვერცხის ლიეზონი და მოაყარეთ დაკეპილი გაფცქვნილი ნუში; მერე გამოსაცხობად შედგით ზომიერ ცხელ ღუმელში. „ბაბას“ ცომი მოამზადეთ თბილ სადგომში.

სურსათის ნორმა 2 კგ ცომისთვის: რძე 400 გ, საფუარი 20 გ, ფქვილი 30 პროცენტიანი 800 გ, შაქრის ფხვნილი 300 გ, კვერცხის გული 120 გ, მარგარინი 250 გ, კონიაკი 50 გ, მარილი 5 გ, ვანილი 1 გ, ქიშმიში 100 გ.

დაფქული შაქარი, კარაქი, მარილი, ამონიუმი, ლიმონის ესენციის დამატებით, დაზილეთ და გათქვიფეთ რაც შეიძლება კარგად, შემდეგ თანდათანობით ჩაუმატეთ კვერცხის გული, გარჩეული და გარეცხილი ქიშმიში, კარგად გათქვიფილი კვერცხის ცილის ერთი მესამედი, მიუმატეთ ფქვილი, შემდეგ დანარჩენი კვერცხის ცილა და მოზილეთ ცომი ისე, რომ არ აიჭრას.

ამრიგად მომზადებული კექსის ცომი ჩაუშვით თეთრ ქაღალდ-ჩაფენილ, კარაქწასმულ და ფქვილმოყრილ სპეციალურ ფორმაში და შედგით გამოსაცხობად იმ ვარაუდით, რომ ჰაერლუმელში სითბო ერთნაირი იყოს, მხოლოდ არა უმეტესი 200°; როდესაც კექსი მზად იქნება, გამოიღეთ, მოაშორეთ ქაღალდი და მოაყარეთ დაფქული შაქარი.

სურსათის ნორმა ერთ კგ კექსზე: ფქვილი 290 გ, კარაქი 220 გ, შაქარი 220 გ, 4 ცალი კვერცხი, მარილი 1 გ. ამონიუმი 1 გ, ქიშმიში 100 გ, ესენცია 1 გ, დაფქული შაქარი 10 გ.

ნუშის ცომი

ნუშის ცომის ტკბილღვეზელას მოსამზადებლად ან გამოსაცხობად აიღეთ შაქრის ფხენილი, კანისგან გაფცქვნილი, დაკეპილი ნუში, აურიეთ შაქარში და გაატარეთ წმინდასაციანი ხორცის საკემანქანაში. გატარებული ნუში და შაქარი მოათავსეთ ქვებში, აურიეთ ხის სარევიტ, 20 წუთის მუდმივი რევის შემდეგ ჩაუმატეთ ხორბლის თეთრი ფქვილი, გათქვიფეთ უმი კვერცხის ცილა და თანდათანობით შეიყვანეთ ცომში; როდესაც მზად იქნება, ცომი გამოუშვით სპეციალურ საკონდიტრო ტომრიდან კარაქწასმულ ქაღალდ-დაფენილ ან კარაქწასმულ ფქვილმოყრილ თუნუქის ფურცელზე იმ ვარაუდით, რომ თითოეული ტკბილღვეზელა ერთმანეთისგან ერთი სანტიმეტრით იქნეს დაშორებული და რომ სისქე ნაპირებზე ერთ სანტიმეტრამდე ჰქონდეს, მხოლოდ შუაგულში ორი სანტიმეტრი. ცომიდან გამოიყვანეთ 100 ცალი ტკბილღვეზელა, გამოსაცხობად შედგით 150—160° სითბოს ჰაერლუმელში; როდესაც გამოცხვება, გამოიღეთ და აიღეთ ფურცლიდან მთელ-მთელად.

სურსათის ნორმა: შაქრის ფხენილი 3875 გ, ნუში 1935 გ, ფქვილი 516 გ, კვერცხი 1550 გ.

ცომი ვანილიანი ნამცხვრისათვის

ვანილიანი ნამცხვრის მოსამზადებლად აიღეთ გაცრილი ფქვილი, გაუკეთეთ სიღრმევე, მასში ჩაუშვით რძის ნალები, კარაქი, შაქ-

რის ფხვნილი, კვერცხის გული, მარილი, ვანილი, თაფლი, საჭმელი სოდა. მოზილეთ საჩქაროდ, რომ ცომმა ძარღვი არ გაიკეთოს. შემდეგ აღნიშნული ცომის რაოდენობიდან გამოიყვანეთ მრგვალი ფორმის, თხელი სამოცდაათი ცალი ნამცხვარი, გამოაცხეთ ზომიერად თბილ ჰაერლუმელში; როდესაც მზად იქნება, გამოიღეთ და დაყუდებული გააგრილეთ.

სურსათის ნორმა 1 კგ ცომისთვის: ფქვილი 30 პროცენტიანი, 625 გ, რძის ნაღები 100 გ, კარაქი 185 გ, შაქრის ფხვნილი 225 გ, კვერცხის გული 31 გ, მარილი 2 გ, ვანილი 2 გ, თაფლი 20 გ, საჭმელი სოდა 1 გ.

ცომი ფხვიარი ნახცხრისათვის

ფხვიერი ნამცხვრის ცომის მოსამზადებლად 30 პროცენტიანი გატრილი ფქვილი დაყარეთ მაგიდაზე, გაუკეთეთ სიღრმე, ჩაუშვით შაქრის ფხვნილი, დახელილი კარაქი, კვერცხის გული და მარილი, აზილეთ საჩქაროდ, რომ ცომმა ძარღვი არ გაიკეთოს. შემდეგ ცომის მთელი რაოდენობიდან გამოიყვანეთ სამოცი ცალი ნამცხვარი. ნამცხვრის მთელი რაოდენობა დაალაგეთ თუნუქის ფურცელზე და წაუსვით კვერცხის რძიანი ლიეზონი, მოაყარეთ გაფქვნილი და დაკეპილი ნიგოზი და გამოსაცხობად შედგით ზომიერი სითბოს ჰაერლუმელში; როდესაც მზად იქნება, შეწირლებული გამოიღეთ და მოაყარეთ დაფქული შაქარი.

სურსათის ნორმა 1 კგ ცომისთვის: ფქვილი 522 გ, შაქარი 210 გ, კარაქი 315 გ, კვერცხი 4 ცალი, მარილი 0,5 გ.

ცომი ვაფლისათვის

ვაფლის ცომის მოსამზადებლად გამდნარი კარაქი ჩაუშვით ქვაბში. კარაქში შეურიეთ კუთვნილი ფქვილის ნორმის ნახევარი რაოდენობა, დადგით ყინულზე და კიდევ ურიეთ განუწყვეტილად, სანამ კარაქი კარგად არ გაითქვიფება და არ გასქელდება. მორევის დროს თანდათანობით ჩაუმატეთ უმი კვერცხის გული და 5 წუთის შემდეგ დანარჩენი ხორბლის თეთრი ფქვილი. შეაზავეთ მარილით, შაქრით და ვანილით, თანდათანობით ცივი რძით გახსენით და ბოლოს, ამრიგად შეზავებულ ცომში შეურიეთ სქლად გათქვეფილი რძის ნაღები და შემდეგ გათქვეფილი კვერცხის ცილა. რძის ნაღებისა და კვერცხის ცილის ცომში შეერთება ისე უნდა მოხდეს, რომ ცომი არ აიჭრას. მზა ცომი შეინახეთ ცივად, შემდეგ გამოაცხეთ სპეციალურ ცხიმწასმულ ცხელ ფორმაში.

სურსათის ნორმა სამ ულუფა ცომზე: ფქვილი 30 პროცენტიანი 200 გ, კარაქი 50 გ, კვერცხი 5 ცალი, შაქარი 30 გ, მარილი 4 გ, რძე 150 გ, რძის ნაღები 100 გ, ვანილი 0.02 გ.

ცომი ნუშით და ხილით

ნუშით და ხილით ტკბილი ცომის მოსამზადებლად ოდნავ თბილ რძეში გახსენით დაწნეხილი საფუარი, მერე ჩაუმატეთ ხორბლის თეთრი ფქვილი იმდენი, რომ თხელი ცომი მიიღოთ, დაახურეთ სახურავი და დადგით თბილ ადგილას; როდესაც ამოიწვეს და აფუქდება, გადმოდგით და მასში შეურიეთ კვერცხის გული, გამდნარი კარაქი, შაქრის ფხვნილი, მარილი, კონიაკი, ვანილი, კარტოფილის ფქვილი და ისე დაზილეთ, რომ ცომი ხელზე აღარ ეკვროდეს, ბოლოს ჩაუმატეთ დაკეპილი და მოხალული ნუში, გარჩეული და გარეცხილი ქიშმიში, წვრილად, ოთხკუთხედებად დაჭრილი ცუკატი და ცომში კარგად აურიეთ, დაახურეთ სახურავი და ხელმეორედ დადგით ასაფუებლად; როდესაც ამოიწვეს. გამოსაცხობად მოათავსეთ კარაქწასმულ და ფქვილმოყრილ ოთხკუთხედ ფურცელზე; გაასწორეთ თანაბრად და ზევიდან წაუსვით რძე, კვერცხი და მოაყარეთ კანგაცლილი და დაკეპილი ნუში, შედგით ზომიერად თბილ ჰაერულუმელში; როდესაც შეწითლდება და საკმარისად გამოცხვება, დაჭერით ოთხკუთხედ ნაჭრებად, ზევიდან მოაყარეთ დაფქული შაქარი. გაისტუმრეთ ყავაზე და ჩაიზე.

სურსათის ნორმა 1 $\frac{1}{2}$ კილოგრამ ცომზე: რძე 300 გ, საფუარი 20 გ, ხორბლის ფქვილი 400 გ, კარტოფილის ფქვილი 100 გ, კარაქი 100 გ, შაქარი 300 გ, კვერცხის გული 100 გ, კონიაკი 50 გ, ნუში 150 გ, ქიშმიში 50 გ, ცუკატი 50 გ, ვანილი 0,01 გ, მარილი 5 გ.

„სავარენის“ ცომი

„სავარენის“ ცომის მოსამზადებლად აიღეთ ოდნავ თბილი რძე და ჩაასხით ღრმა ჭურჭელში, ჩაუმატეთ დაწნეხილი საფუარი და გახსენით რძეში კარგად. ამავე ღროს ჩაუმატეთ ცომისათვის განსაზღვრული რაოდენობის გაცრილი 30 პროცენტიანი ფქვილის ნახევარი რაოდენობა, მოურიეთ კარგად. ამრიგად მომზადებული ცომის საფუარი დადგით თბილ ადგილას და გადააფარეთ ტილო; როდესაც აფუქდება და ზემოთ ამოვა, გადმოდგით და შეაზავეთ შაქარში გათქვეფილი კვერცხით, ვანილით, კარაქით, კონიაკით, მარილით; მიღებული მასალა შეურიეთ ცომს, შემდეგ ჩაუმატეთ ფქვილის მეორე ნახევარი, დაზილეთ რაც შეიძლება კარგად იქამდე, რომ ცომი ხელზე აღარ მიეკრას. ამავე ღროს ცომის ჭურჭელს წაუსვით გამდნარი კარაქი და მასში ჩაუშვით ცომი, ხელმეორედ ასაფუებლად

დადგით თავდახურული. ერთდროულად „საგარენის“ სპეციალურ ფორმებს წაუსვით კარაქი და მოაყარეთ ფქვილი, ჩადეთ განსაზღვრული წონის ცომი ისე, რომ ფორმა არ გაივსოს; 10 წუთის შემდეგ შედგით ზომიერად თბილ ჰაერლუმელში; როდესაც შეწითლდება და საკმარისად გამოცხვება, გამოიღეთ და გაათავისუფლეთ ფორმიდან. გასტუმრების დროს. „საგარენი“ დაალბეთ თბილ სიროფში და ზევიდან დაუწყეთ მოხარშული სხედასხვა ტკბილი ხილი, გადააველეთ ჭერამის ან ჟოლოს ტკბილი პიურე.

სურსათის ნორმა: ფქვილი 825 გ, კარაქი 225 გ. შაქრის ფხვნილი 300 გ, კვერცხი 12 ცალი, საფუარი 50 გ, რძე 500 გ, ვანილი 5 გ, კონიაკი 50 გ, მარილი 5 გ.





ცომეულის ხორთიანი ნახარში

მზავენ ცომის ღვეზელს ხორცის ჩასართავით

ხორცის ჩასართავით მზავენ ცომის შემწვარი ღვეზელას მოსამზადებლად, ცომი ისეთივე პროდუქტებითა და წესით შეამზადეთ და მოზილეთ, როგორც ზემოთ მზავენ ცომის მომზადებისას იყო აღნიშნული.

ვიდრე მოზელები ცომი ხელმეორედ ამოვა და აფუელება, მოამზადეთ ხორცის ჩასართავი, რისთვისაც ძროხის ხორცი გაატარეთ ხორცის საკებ მანქანაში, ჩაუშვით ტაფაში კარაქში მოშუშულ თავიან ხახვთან ერთად და კარგად შუშეთ; როდესაც ოდნავ შეწითლდება, მოაყარეთ ხორბლის თეთრი ფქვილი, აურიეთ ერთმანეთში და მეორეჯერ გაატარეთ ხორცის საკებ მანქანაში. გატარებული ხორცის ჩასართავი იმავე ტაფაში მოათავსეთ, დაასველეთ ხორცის პირველი ნახარშით, გააცხელეთ ფილაქურზე და შეაზავეთ დაკეპილი მოხარშული კვერცხით, კამა-ოხრახუშით, ცხიმით, მარილითა და შავი პილპილით; ამავე დროს მზა აფუეებული ცომი გაათხელეთ მარდანით და მოჭერით მრგვალი ფორმის. მასზე დაალაგეთ განსაზღვრული წონის ხორცის ჩასართავი, შეაზვიეთ მოგრძო ფორმით, დაალაგეთ კარაქწასმულ ფურცელზე და დიდგით გასაფუებლად.

შემდეგ შეწვით (ფრიტიურში) ცხელ ქონში ან ზეთში (ღვეზელთან შეფარდებით ცხიმი 4-ჯერ მეტი უნდა იყოს); როდესაც დაწითლდება და მზად იქნება, გაეცით ცხელ მდგომარეობაში.

სურსათის ნორმა 100 ცალზე: ფქვილი 3300 გ, შაქარი 200 გ, სუფრის მარგარინი ან ზეთი 100 გ, საფუარი 100 გ, წყალი ცომის მოსაზელად $1\frac{1}{2}$ ლ.

1 კგ ჩასართავზე: ხორცი 1650 გ, სუფრის მარგარინი 70 გ, თაიანი ხახვი 120 გ, ხორბლის ფქვილი 10 გ, დაფქული პილპილი 0,5 გ, მწვანილეული 10 გ, მარილი 20 გ, ცხიმი შესაწვავად 500 გ.

ფენა ცომის ღვეზელა ხორცის ჩასართავით

ზემოაღნიშნული წესით მომზადებული ფენა ცომი მარდანი თანაბრად გაათხელეთ. შემდეგ მრგვლად მოჭერით. ცომის ნახევარ მხარეზე დააწყეთ ხორცის ჩასართავი, ჩასართავის წინა მხარეს წაუსვით გათქვეფილი კვერცხის ლიეზონი, ჩასართავს გადააფარეთ ცომის მეორე თავისუფალი მხარე და დააკარით წასმულ კვერცხს. შემდეგ მწყობრად დაალაგეთ თუნუქის ფურცელზე, ზევიდან წაუსვით კვერცხის ლიეზონი და გამოსაცხობად შედგით პაერლუმელში; როდესაც საკმარისად აიწვეს და მზად იქნება, გამოდგით და გაეცით თბილ მდგომარეობაში. ერთ ცალ ღვეზელზე ცომი უნდა იყოს 60 გ, ხოლო ჩასართავი 25 გ.

ნაზუქის ცომის ღვეზელა ხორცის ჩასართავით

აღნიშნული წესით მომზადებული ნაზუქის ცომი მარდანი გაათხელეთ ერთი სანტიმეტრის სისქემდე, შემდეგ მოჭერით სპეციალური მრგვალი ფორმის ამოსაღებით. თითოეულ მოჭრილ ცომზე დადეთ ზემოთ აღნიშნული წესით მომზადებული ხორცის ჩასართავი და შემდეგ შეახვიეთ შერჩეული ფორმის მიხედვით.

შემზადებული ღვეზელა დააწყეთ კარაქწასმულ ფურცელზე, წაუსვით გათქვეფილი კვერცხის ლიეზონი, რის შემდეგ შედგით პაერლუმელში გამოსაცხობად; როდესაც მზად იქნება, წაუსვით კარაქი და გაუშვით თბილ მდგომარეობაში.

მჟავე ცომის შეაწვარი ღვეზელა კომბოსტოს ჩასართავით

შემწვარი ღვეზელასათვის მჟავე ცომი იმავე წესით შეაზავეთ, როგორც ეს ზემოთაა აღნიშნული. კარგად მოხელილი ცომის მეორედ გაფუებამდე გარჩეული კომბოსტო წმინდად დაკეპეთ, ნახევრად მოხარშეთ და ხელით გაწურეთ. შემდეგ ჩაუშვით დაბალ სქელძირიან ქვაბში და წმინდად დაკეპილ ცხიმში მოშუშულ ხახვთან ერ-

თად შუშეთ თავდახურული. შემდეგ დაასხით რძე და ისევ დაახურეთ სახურავი, რომ რძეში მოხარშოს; როდესაც რძეს შეიშრობს, შეაზავეთ მოხარშული და დაკეპილი კვერცხით, ახალი კამით ან ოხრახუშით, ცხიმით, მარილით და შავი პილპილით.

ცომი გაათხელეთ და მოჭერით. თითოეულ მოჭრილ ცომზე დადეთ კომბოსტოს ჩასართავი, მწყობრად დააწყეთ ცხიმწასმულ ფურცელზე. გაფუების შემდეგ შეწვით ქონში ან ზეთში და გაეცით ცხელ მდგომარეობაში.

სურსათის ნორმა 1 კგ ჩასართავისთვის: კომბოსტო 130 გ, კვერცხი 4 ცალი, რძე 100 გ, ხახვი 50 გ, მწვანე ლეული 10 გ, ცხიმი 100 გ, მარილი 20 გ, პილპილი 0,5 გ.

შავი ცომისაგან გამოცხადარი ღვეხალა კომბოსტოს ჩასართავით

ზემოაღნიშნული წესით შეზავებული და კარგად მოხელილი მყავე ცომი მარდანით გაათხელეთ და მოჭერით ერთი ღვეხელისათვის განსაზღვრული წონის, მოჭრილ ცომზე დადეთ ზემოაღნიშნული წესით მომზადებული კომბოსტოს ჩასართავი, შეახვიეთ მრგვალი ან მოგრძო ფორმით და დააწყეთ ცხიმწასმულ ფურცელზე. გაფუების შემდეგ წაუსვით გათქვეფილი კვერცხის ლიეზონი და შედგით პაერლუმელში გამოსაცხობად; როდესაც მზად იქნება, წაუსვით კარაქი და გაეცით ცხელ მდგომარეობაში.

შავი ცომისაგან შემწვარი ღვეხალა ბრინჯის ჩასართავით

შემწვარი ღვეხელისათვის მყავე ცომი ჩვეულებრივად ზემოთ აღნიშნული წესით მოამზადეთ; მოხელილი ცომი ვიდრე მეორედ აფუვდება, მოამზადეთ ბრინჯის ჩასართავი, რისთვისაც ბრინჯი წინასწარ გაარჩიეთ, გარეცხეთ და დაალბეთ თბილ წყალში, ამის შემდეგ გადაწურეთ ნალბობი წყალი და ჩაასხით ქვაბში. დაასხით ბულიონი ან ცხელი წყალი ისე, რომ ბრინჯი დაფაროს, შემდეგ შეანელეთ მარილით და შავი პილპილით, ჩაუმატეთ ცხიმი და დაახურეთ სახურავი. ხარშეთ ნელ ცეცხლზე; როდესაც მზად იქნება, ქვაბიდან გადმოიღეთ და მაგიდაზე გაშალეთ, შეაზავეთ ცხიმში მოშუშული ხახვით, დაკეპილი მოხარშული კვერცხით და კამა-ოხრა-ხუშით; ამის შემდეგ ცომი გაათხელეთ და მოჭერით მრგვალი ფორმის, ერთი ღვეხელისათვის მოჭრილ ცომზე დადეთ ბრინჯის ჩასართავი და შეწვით, დააწყეთ ცხიმწასმულ ფურცელზე და როდესაც აფუვდება, მეორედ შეწვით ქონში ან ზეთში. გაუშვით ცხლად. ცომი ერთი ღვეხელისათვის 55 გ, ბრინჯის ჩასართავი 25 გ.

სურსათის ნორმა 1 კგ ბრინჯის ჩასართავისათვის: ბრინჯი 300 გ, კვერცხი 4 ცალი. სუფრის მარგარინი 95 გ, ხახვი 50 გ, მარილი 20 გ, პილპილი 0,5 გ, მწვანელი 10 გ.

ხორციანი ღვეჯი

ხორციანი ღვეჯელას მოსამზადებლად აიღეთ ზემოთ აღნიშნული წესით მომზადებული ნაზუქის ცომი, მარდანით გაათხელეთ 5 მილიმეტრის სისქემდე, მასზე დააწყეთ ერთიმეორისგან ორი სანტიმეტრის დაშორებით მოშუშული ხორცი შეზავებული ჩასართავი, კვერცხის ნაცვლად მასში აურიეთ მოხარშული ბრინჯი, ამის შემდეგ ცომს ნაპირებზე წაუსვით კვერცხის ლიეზონი და გადააფარეთ ისე, რომ ცომი ერთმანეთს დაეკრას, მოჭერით ნახევარმეტრის მსგავსად, თითოეული მათგანი ამოავლეთ კვერცხის ლიეზონში და პურის წმინდად დაფქულ ორცხობილაში, შემდეგ შეწვით ცხელ ქონში. გაუშვით ცხლად.

სურსათის ნორმა ერთ ცალზე: ნაზუქის ცომი 55 გ, ხორცის მზა ჩასართავი 25 გ, კვერცხი 10 გ, პურის ორცხობილა 8 გ, ქონი 7 გ.

ფენა ცომის „კულაბიანი“ ხორცის ჩასართავით

ფენა ცომი გაათხელეთ, შემდეგ მოჭერით 45 სანტიმეტრის სიგრძის ღვედებით, წაუსვით კვერცხი და შედგით პაერლუმელში, გამოაცხეთ, რის შემდეგ გამომცხვარ ცომზე სიგრძით მრგვლად მოათავსეთ მოხარშული ბრინჯით შეზავებული მოშუშული ხორცის ჩასართავი; შემდეგ გამომცხვარ ცომის ნაპირებს წაუსვით კვერცხი და გადააფარეთ იმავე სიგრძის და 20 სანტიმეტრის სიფართის იგივე ცომი და დააყარით ერთმანეთზე სწორად. გააფორმეთ იმავე ცომის ღვედებით, წაუსვით კვერცხი და შედგით პაერლუმელში გამოსაცხობად; როდესაც მზად იქნება, გამოიღეთ და დაჭერით განსაზღვრული წონის ულუფებად, დადეთ ლანგარზე და გაუშვით თბილ მდგომარეობაში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ფენა ცომი 125 გ, ხორცის ჩასართავი 100 გ, კვერცხი წასასმელად 10 გ.

მთავი ცომისაგან შემდგარი ღვეჯი კარტოფილის ჩასართავით

გათლილი კარტოფილი დაჭერით მსხვილად, გარეცხეთ ციფ წყალში, დადგით მოსახარშად და შეანელეთ მარილით; როდესაც მზად იქნება, გადაწურეთ და გაატარეთ ხორცის საკვებ მანქანაში. გატარებული მოათავსეთ განიერ სქელძირიან ქვაბში, შეაზავეთ ცხიმში მოშუშული დაკეპილი ხახვით, შავი პილპილით, დაკეპილი ოხ-

რახუმით. ამის შემდეგ ცომი გაათხელეთ მარდანიტ და ერთი ღვე-
ზელასათვის მოჭერით განსაზღვრული წონის. თითოეულ მოჭრილ
ცომზე დადეთ კარტოფილის ჩასართავი, შეახვიეთ იგი გრძელი ან
მრგვალი ფორმით, დააწყეთ ცხიმწასმულ ფურცელზე და აფუების
შემდეგ შეწვით ცხელ ქონში ან ზეთში. გაუშვით თბილ მდგომარე-
ობაში.

სურსათის ნორმა 1 კგ ჩასართავზე: კარტოფილი 1200 გ. ხახვი
300 გ, ცხიმი 60 გ, მარილი 20 გ, პილპილი 0,5 გ, მწვანილი 10 გ.

ბლინისებური ღვეზელა ხორცის ჩასართავით

ბლინისებური ღვეზელას მოსამზადებლად ცომთან პარალელუ-
რად მოამზადეთ ხორცის ჩასართავი, რისთვისაც ძროხის ხორცი
ერთხელ გაატარეთ ხორცის საკებ მანქანაში, შემდეგ შეურიეთ ტა-
ფაში მოშუშული ხახვი და ერთმანეთში აურიეთ. შუშეთ მანამ ხორ-
ცი ნახევრად არ მოიხრაკება, შემდეგ მოაყარეთ მცირე რაოდენო-
ბის ხორბლის თეთრი ფქვილი და აურიეთ. ამრიგად შემზადებული
ჩასართავი მეორედ გაატარეთ ხორცის საკებ მანქანაში და ისევ მო-
ათავსეთ იმ ტაფაზე, რაზედაც მოიშუშა, დაასხით ხორცის ახა-
ლი ნახარში, გაათბეთ ფილაქურზე და შეაზავეთ დაკეპილი მოხარ-
შული კვერცხით, დაკეპილი კამა ან ოხრახუმით, შეანელეთ მარილი-
თა და შავი პილპილით, მიუმატეთ ცხიმი, ერთმანეთში აურიეთ და
შემდეგ გადმოდგით გასაგრილებლად.

ამავე დროს ცხიმწასმულ ტაფაზე გამოაცხეთ ბლინურის ცომი,
რაშიც შეახვიეთ აღნიშნული ხორცის ჩასართავი; ცომი ერთმანეთზე
დაკვრის მიზნით ამოავლეთ გათქვეფილ კვერცხში, მერე თეთრი პუ-
რის ორცხობილაში და შეწვით ცხიმში; როდესაც საკმარისად და-
წითლდება, გაუშვით ცხლად.

სურსათის ნორმა 100 ცალზე: ფქვილი 2 კგ. შაქარი 100 გ, სუფ-
რის მარგარინი 200 გ, მელანგი 600 გ, მარილი 30 გ.

1 კგ ჩასართავისთვის: ხორცი 1650 გ. სუფრის მარგარინი 70 გ,
თავიანი ხახვი 120 გ, ფქვილი 10 გ. მწვანილეული 10 გ, პილპილი
0,5 გ, მარილი 20 გ.

„ჩაბურავი“ ცხვრის ხორცის ჩასართავით

რძით და კვერცხით მოზილეთ მაგარი ცომი. ვიდრე ცომი დაის-
ვენებას, მოამზადეთ უმი ჩასართავი; ცხვრის ხორცი ხახვთან ერთად
ორჯერ გაატარეთ ხორცის საკებ მანქანაში, შეაზავეთ მარილით, შა-
ვი პილპილით, დაკეპილი ახალი ოხრახუმით და დაასველეთ ცივი
წყლით. „ჩაბურავისთვის“ მოზელები ცომი მარდანიტ გაათხელეთ

ორი მილიმეტრის სისქემდე. ცომზე დაალაგეთ ერთ ცალზე განსაზღვრული წონის ცხვრის ხორცის ჩასართავი მჭკრივად, ცომის ნაპირებს წაუსვით გათქვეფილი კვერცხი, გადააფარეთ ცომი და დააკარით ერთმანეთს. შემდეგ ამოჭერით ნაპირები. შეკარით და შეწვით



სურ. 37. „ჩებუტრაგი“ ცხვრის ხორცის ჩასართავით

ცხვრის ქონში ან ერბოში (სურ. 37); როდესაც მზად იქნება, გაეცით თბილ მდგომარეობაში, ულუფაზე ერთი ან ორი ცალი.

სურსათის ნორმა ერთ ცალ „ჩებუტრაგზე“: ცხვრის ხორცი 54 გ, ხახვი 10 გ, მარილი 3 გ, პილპილი 0, 1 გ, ოხრაბუში 3 გ, ფქვილი 30

პროცენტიანი 55 გ, რძე ან წყალი 20 გ, კვერცხი 10 გ, ცხიმი შესაწვავად 7 გ; გამოსავალი 120 გ.

მძაპე ცომის „კულაგიაი“ თევზის ჩასართავით

მოსახარმად დადგით ხრტილოვანი თევზის წელა. ვიდრე წელა მოიხარშება, კულებიაკისთვის მოამზადეთ ფენა ან მუკვე ცომი. წელა მოხარშვის შემდეგ გადაწურეთ და გაატარეთ ხორცის საკვებ მანქანაში. ამის შემდეგ ცხიმში მოშუშეთ დაკეპილი ხახვი, 10 წუთის შემდეგ მას შეუერთეთ ხრტილოვანი თევზის მოხარშული წელა, კარგად მოურიეთ და შუშვა გააგრძელეთ დაახლოებით 10 წუთს. მერე შეაზავეთ თევზის თეთრი საწებლით, დაჭრილი მოხარშული კვერცხით, მოხარშული ბრინჯით, ცხიმით, დაკეპილი ოხრაბუშით, მარილითა და შავი პილპილით, ერთმანეთში აურიეთ და კარგად გააცხელეთ; როდესაც მზად იქნება, გადმოდგით, ამ დროს ცომი გაათხელეთ, მოჭერით 40 სანტიმეტრის სიგრძით და 20 სანტიმეტრის სიგანით, მასზე მოათავსეთ თევზის ჩასართავი; ზევიდან დააწყეთ ორთქლში მოხარშული თევზი (თარბი ან ზუთხი), დაუმატეთ 2 სანტიმეტრის სისქის ჩასართავი და ცომის კიდეები ერთმანეთს შეუერთეთ, შემდეგ მოათავსეთ კარაქწასმულ ფურცელზე ისე, რომ შეკრული პირი ქვევით დარჩეს, წაუსვით კვერცხის ლიეზონი, გადაკარით ცომის ლენტები ისე, რომ ერთიმეორისგან 2 სანტიმეტრით იყოს დაშორებული, შემდეგ წაუსვით ლიეზონი და შედგით ჰაერლუმელში გამოსაცხობად; როდესაც მზად იქნება, ულუფებზე დაჭერით და გაუშვით ლანგარით ცხლად.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: თევზის წელა 100 გ, თევზი 30 გ, ბრინჯი 10 გ, კვერცხი 50 გ, მზა ცომი 150 გ, კარაქი 30 გ,

მარილი 5 გ, პილპილი 0,1 გ, კამა ან ოხრაბუში 5 გ, პურის ფქვილი 5 გ.

მთავი ცომის გაბერილი ღვეხელი თევზის ჩასართავით

მეკვე ცომი გაათხელეთ ოცი სანტიმეტრის სიგრძე-სიგანის მოცულობით. მის ნახევარზე დააწყეთ განსაზღვრული წონის თევზის წელას ჩასართავი და ორთქლში მოხარშული ერთი ნაპერი ხრტილოვანი თევზი, შემდეგ ცომის ერთ ნაპირზე წაუსვით კვერცხი და გადააფარეთ ცომის მეორე ნახევარი, გაუკეთეთ მაკარონის სასულე, ცომი ერთმანეთს დააკარიტ და ჩაუგრებიეთ ნაპირები, რომ მიიღოთ გაბერილი ღვეხელი ნახევარმთვარის მსგავსი ფორმის. შემდეგ ღვეხელი დადეთ ფქვილმოყრილ თხელ ფიცარზე და გაბერეთ მაკარონის საშუალებით; გაბერვის შემდეგ მაკარონი გამოაძრეთ ისე, რომ ღვეხელი გაბერილი დარჩეს, შემდეგ ის ჩაუშვით შესაწვავად ცხელ ქონში ან ზეთში ისე, რომ ცხიმმა დაფაროს. შეწვის დროს ქონი განუწყვეტლივ ასხით ზევიდან; როდესაც ზევით ამოიწვეს და დაწითლდება, ღვეხელი მზად არის, ამოიღეთ და გამდნარი კარაქი გადაავლეთ, დადეთ ლანგარზე და გაუშვით ცხელ მდგომარეობაში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: მეკვე ცომი 120 გ, თევზის ჩასართავი 100 გ, თევზი 40 გ, კვერცხი 10 გ, ქონი ან ზეთი 300 გ.

ბლინურას ღვეხელი თევზის ჩასართავით გამომსხვარი

ტაფაზე წაუსვით ცივი კარაქი, მოაყარეთ წმინდად დაფქული ორცხობილა და ჩააფინეთ გამომცხვარი ბლინურა ისე, რომ ტაფის ნაპირებს აცილებული იყოს, წაუსვით კვერცხი და მასზე ნახევარი რაოდენობის თევზის წელას ჩასართავი გაშალეთ, ხოლო ზევიდან ორთქლში მოხარშული ხრტილოვანი ან ფარგა თევზი დააწყეთ, ზევიდან გაშალეთ თევზის ჩასართავის მეორე ნახევარი, დააფარეთ ბლინურა და კვერცხი წაუსვით, ზევიდან მოაყარეთ დაფხვნილი შევიცარული ყველი და პურის ორცხობილა, შედგით ჰაერლუმელში; როდესაც საკმარისად გამოცხვება, გამოიღეთ, დაქერით განსაზღვრული წონის ულუფებად, დადეთ ლანგარზე და გაუშვით თბილ მდგომარეობაში, ზევიდან გადაავლეთ გამდნარი კარაქი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: მზა ბლინურა 100 გ, ჩასართავი 100 გ, თევზი 40 გ, კარაქი 15 გ, ორცხობილა 10 გ, კვერცხი 10 გ.

ხაჭაპური

ხაჭაპურის მოსამზადებლად უკეთესია იმერული ყველი. მას ყველის წონის ერთი მესამედი ხაჭო მიუმატეთ. როგორც ყველი, ისე ხაჭო, დაფხვნით და შეაზავეთ უმი კვერცხით. ამის შემდეგ მოჭე-

ჩით მჟავე ცომი და გაათხელეთ ოთხკუთხედად, ცომის შუა ადგილას ოთხკუთხედადვე გაშალეთ შეზავებული ყველი, ზევიდან ცომი გადააფარეთ, შეუყარით პირი იმ ვარაუდით, რომ შუა ადგილზე სამი-ოთხი სანტიმეტრის დიამეტრის მოცულობის ღია ადგილი დარჩეს. აფუების შემდეგ ზევიდან გათქვეფილი კვერცხის ლიეზონი წაუსვით და გამოსაცხობად ჰაერლუმელში შედგით; როდესაც მზად იქნება, წაუსვით კარაქი და გაუშვით თბილ მდგომარეობაში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ცომი 150 გ, იმერული ყველი 50 გ, კვერცხი 1 ცალი, კარაქი 20 გ.

მეორენაირად ერთი და იმავე სახის და ფორმის ზაქაპური მზადდება ფენა ცომში გამომცხვარი, რისთვისაც ერთ ცალ ზაქაპურზე ცომი, ყველი და სხვა სურსათის ნორმა იმავე რაოდენობით უნდა აიღოთ, რამდენიც მჟავე ცომის ზაქაპურზეა გათვალისწინებული.

აპარული ხაჭაპური (ფინური)

მოჭერით მჟავე ცომი, გაათხელეთ მრგვლად, შემდეგ ცომის შუა ადგილას გაშალეთ კვერცხით შეზავებული ყველის ჩასართავი,



ჩაუქცეთ გვერდები. ყველს მოავლეთ კარაქი, ხოლო ცომს წაუსვით კვერცხის ლიეზონი და გამოსაცხობად შედგით ჰაერლუმელში; როდესაც მზად იქნება, მასზე მთელი კვერცხი გადაავლეთ და ორი წუთით კიდევ გააჩერეთ ჰაერლუმელში. გაშ-

სურ. 38. აპარული ხაჭაპური
ვების დროს ზაქაპურზე დადეთ 20 გ კარაქი (სურ. 38), გაეცით თბილ მდგომარეობაში.

სურსათის ნორმა ერთ ზაქაპურზე: მჟავე ცომი 150 გ, ყველი 60 გ, 1—1/2 კვერცხი, კარაქი 20 გ.

ღვეწალა ყველით, გურულაღ

მჟავე ცომი ერთი სანტიმეტრის სისქემდე გაათხელეთ, გამოჭერით 40 სანტიმეტრის სიგრძის და 15 სმ სიგანის, გაშალეთ თუნუქის ფურცელზე, ცომზე გაშალეთ კვერცხით შეზავებული ახალი ყველის ნახევარი ნორმა, შემდეგ ყველზე დაალაგეთ შუა-შუა დაჭრილი მოხარშული ნაჭუჭკაცლილი კვერცხი, ზემოდან გაშალეთ კვერცხით შეზავებული ყველის მეორე ნახევარი. ყველის გარშემო ცომს ჩაუვრიხეთ ნაპირები ისე, რომ მოგრძო ოთხკუთხედი ფორ-

მის ღვეზელა მიიღოთ, შემდეგ წაუსვით გათქვეფილი კვერცხი, მოაწვეთეთ გამდნარი კარაქი და გამოსაცხობად შედგით ჰაერლუმელში; როდესაც მზად იქნება, გამოდგით, დაჭერით და გაეცით თბილ მდგომარეობაში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ცომი 100 გ, ყველი 60 გ, ერთი კვერცხი, კარაქი 10 გ.

„ვატრუშკა“ ხაზოთი უპრაიდულად

„ვატრუშკის“ ჩასართავად ხაჭო გაატარეთ საცერში, შეაზავეთ ხორბლის თეთრი ფქვილით, კვერცხის გულით, შაქრის ფხვნილით, მარილით და კარგად აზილეთ. ამავე დროს მომზადებული ცომი გაათხელებთ 5 მილიმეტრის სისქემდე, მერე მოჭერით და მასზე დაალაგეთ განსაზღვრული წონის შეზავებული ხაჭო, ხელით ოდნავ შეასწორეთ, შეკარით პირები ჩახვეული გრებილით, შემდეგ დაალაგეთ თუნუქის ან სპილენძის ფურცელზე, წაუსვით გათქვეფილი კვერცხის ლიეზონი და გამოსაცხობად შედგით ჰაერლუმელში; როდესაც შეწითლდება და მზად იქნება, გამოიღეთ, თითოეულს კარაქი წაუსვით და გაეცით თბილ მდგომარეობაში.

სურსათის ნორმა ერთ „ვატრუშკაზე“: ცომი 55 გ, ხაჭო 35 გ, კვერცხი 20 გ, კარაქი 10 გ, ფქვილი 10 გ, შაქრის ფხვნილი 5 გ, მარილი 2 გ.

შენიშვნა: გარდა ნაზუქი ცომისა, იმავე ნორმით შეიძლება „ვატრუშკა“ მოამზადოთ მჟავე საფუარიან და აგრეთვე ფენა ცომისაგანაც.

მთავი ცომის ღვეზელა ბრინჯით და კვარცხით

ბრინჯი თბილ წყალში დაალბეთ. ერთი საათის შემდეგ წყალი გადაწურეთ და დაასხით ბულიონი ან ცხელი წყალი იმ რაოდენობით, რომ ბრინჯი სითხის ორთქლში მოიხარშოს და ფხვიერი გამოვიდეს. შემდეგ შეანელებთ მარილით და შავი პილპილით, დაუმატეთ კარაქი, დაახურეთ სახურავი და დადგით ზომიერ ცხელ ფრლაქურაზე; როდესაც ბრინჯი მოიხარშება, ქვაბიდან ტაფაზე გადაიტანეთ, შეაზავეთ დაკეპილი მოშუშული ხახვით, დაკეპილი მოხარშული კვერცხით, კამა-ოხრაახვით და აურიეთ ერთმანეთში ისე, რომ ბრინჯი არ დაიზილოს. შემდეგ ცომი გაათხელებთ მარდანით 5 მილიმეტრის სისქემდე, მოჭერით 50 სანტიმეტრის სიგრძის და 15 სანტიმეტრის სიგანის, დადეთ ფურცელზე და მასზე მოათავსეთ ბრინჯის ჩასართავი, ირგვლივ კვერცხი წაუსვით და ზევიდან დაადეთ იმავე ზომის ცომი, წაუსვით გათქვეფილი კვერცხი და გამოსაცხობად ჰაერლუმელში შედგით; როდესაც მზად იქნება, ულუფებად დაჭერით და

გაშვების დროს მოათავსეთ ლანგარზე. ზევიდან გადაავლეთ გამონარი კარაქი და გაუშვით თბილ მდგომარეობაში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ცომი 150 გ, მზა ჩასართავი 100 გ, კარაქი 10 გ, კვერცხი 22 გ.

მთავი ცომის ღვეჯალი ბრინჯით და სოკოთი

მევე ცომი გაათხელეთ და გამოქერით ისეთი ზომით და ფორმით, როგორც ბრინჯის ღვეჯელისათვის. ბრინჯი მოხარშეთ სოკოს ნახარშის ორთქლში და კარაქში, ერთდროულად შეანელეთ მარილი და შავი პილპილით; როდესაც მზად იქნება, ბრინჯი გადმოიღეთ ქვაბიდან, აურიეთ მასში მოხარშული და დაკეპილი სოკო, დაკეპილი და მოშუშული ხახვი და კამა. ამრიგად მომზადებული ჩასართავით გამოყვანილ ღვეჯელს წაუსვით კვერცხი და შედგით ჰაერლუმელში გამოსაცხობად; როდესაც მზად იქნება, გამოიღეთ და დაქერით ულუფებად. გაუშვით ლანგარით თბილ მდგომარეობაში.

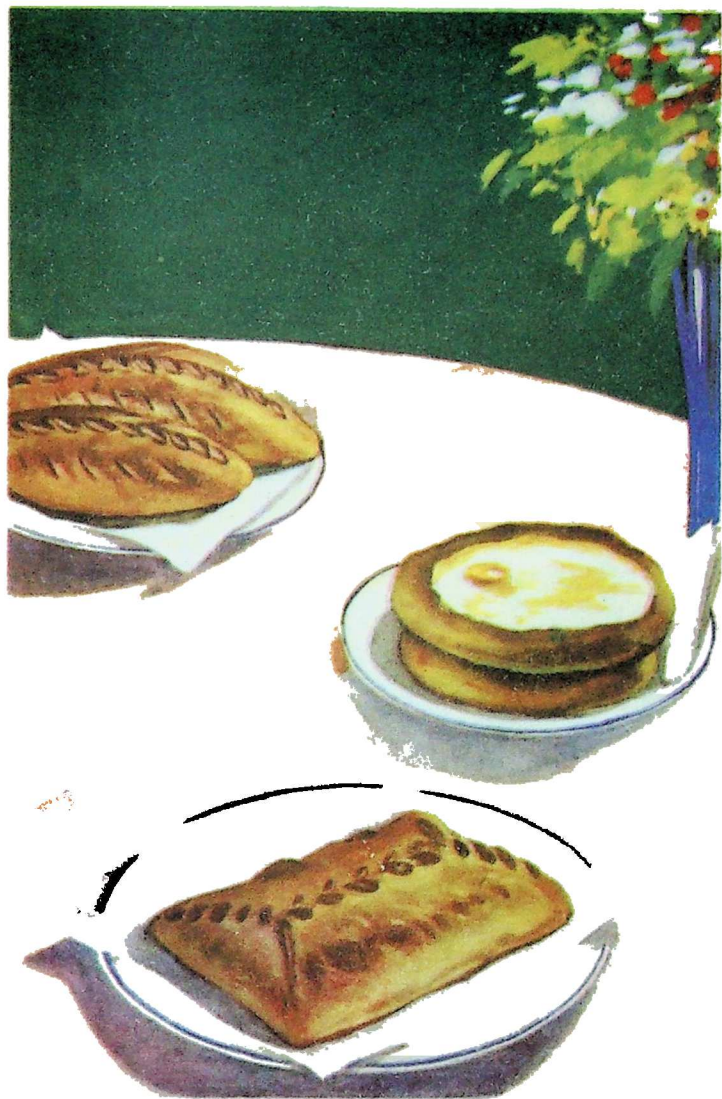
სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ცომი 150 გ, მზა ჩასართავი 80 გ, სოკო 20 გ, კვერცხი 10 გ, ხახვი 15 გ, კამა 5 გ.

ფენოვანი ცომის ღვეჯალი კომბოსტოს ჩასართავით

კომბოსტო გაარჩიეთ და გაასუფთავეთ. გაჭერით ოთხად, ააქერით ხრტილოვანი ღეროები, თხლად დაქერით და წმინდად დაკეპეთ, შემდეგ მოხარშეთ, ათი წუთის შემდეგ ხელით გაწურეთ. ამრიგად შემზადებული კომბოსტოს მთელი რაოდენობა ჩაუშვით წმინდად დაკეპილ და კარაქში მოშუშულ ხახვში, მოურიეთ და კიდევ შუშეთ ერთად, თხუთმეტი წუთის შემდეგ დაასხით ცხელი რძე იმდენი, რომ კომბოსტო დასველდეს, დაახურეთ სახურავი და დროგამოშვებით მოურიეთ, რომ ძირზე არ მიიწვას; როდესაც რძეს დაიშრობს, შეაზავეთ დაკეპილი მოხარშული კვერცხით, მარილით, პილპილით, დაკეპილი კამა ან ოხრახუშით და კარაქით.

ფენოვანი ცომი გაათხელეთ 6-7 მილიმეტრის სისქემდე, მოჭერით ორ ნაჭრად 30 სანტიმეტრის სიგრძის და 15 სანტიმეტრის სიგანის, გაშალეთ თუნუქის ფურცელზე, მასზე სიგრძით დააწყეთ რამოდენიმე ულუფაზე ნაგარაუდები კომბოსტოს ჩასართავი, ცომის ნაპირებს წაუსვით კვერცხი და გადაათარეთ ცომის მეორე ნაჭერი ისე, რომ ცომს დაეკრას; ზევიდან წაუსვით კვერცხი და გამოსაცხობად ჰაერლუმელში შედგით; როდესაც მზად იქნება, ულუფებად დაქერით და გაუშვით ლანგარით ცხელ მდგომარეობაში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ფენოვანი ცომი 160 გ, კომ-





ბოსტო 150 გ, ხახვი 30 გ, კვერცხი 75 გ, კარაქი 25 გ, მწვანილი 5 გ, მარილი 3 გ, პილპილი 0.01 გ.

მზავი ცომის ღვეხილი სტაფილოს ჩასართავით

გაფუქვნილი სტაფილო და ხახვი დაჭერით წვრილ ოთხკუთხედებად, შემდეგ ჩაუშვით დაბალ ფართო ქვაბში, დაასხით კარაქი და შუშეთ, თხუთმეტი წუთის შემდეგ დაასხით იმდენი რძე, რომ სტაფილო შესამჩნევად დასველდეს, დაახურეთ სახურავი და ხარშეთ მანამ დარბილდება და რძეს დაიშრობს, შეაზავეთ დაკეპილი მოხარშული კვერცხით, კამა-ოხრაბუშით, მარილით და შავი პილპილით; შემდეგ მზა ცომიდან მოჭერით ერთი წონის ორი ნაჭერი, თითოეული გაათხელეთ 15 სანტიმეტრის სიგანის და 30 სანტიმეტრი სიგრძის. ერთი ნაჭერი გათხელებული ცომი გაშალეთ თუნუქის ფურცელზე და ცომზე სიგრძით დააწყეთ რამოდენიმე ულუფაზე ნავარაუდევი სტაფილოს ჩასართავი, ცომის ნაპირებს კვერცხი წაუსვით და გადააფარეთ ჩასართავზე გათხელებული ცომის მეორე ნახევარი ისე, რომ ცომი ერთმანეთს თანაბრად დაეკრას.

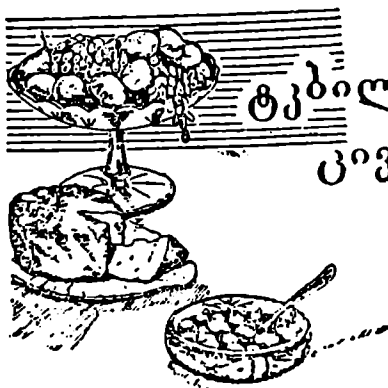
მთელ ღვეხელზე კვერცხი წაუსვით, გაუკეთეთ სასულეები და ცომის სარტყლები. ამრიგად მომზადებული ღვეხილი გამოსაცხობად შედგით ჰაერლუმელში; როდესაც მზად იქნება, წაუსვით კარაქი და მოჭერით ერთ ულუფაზე განსაზღვრული წონის ერთი ნაჭერი, გაუშვით ლანგარით თბილ მდგომარეობაში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: მკავე ცომი 175 გ, სტაფილო 100 გ, ხახვი 25 გ, კარაქი 25 გ, რძე 100 გ, მწვანილი 5 გ, კვერცხი 2 ცალი (100 გ), მარილი 3 გ, პილპილი 0,01 გ.

შენიშვნა: მკავე ცომის ღვეხილი შეიძლება მოამზადოთ აგრეთვე სტაფილოს, მოხარშული ბრინჯისა და უმი კვერცხით შეზავებული ჩასართავით, რისთვისაც სპიროა აღნიშნული წესით მომზადებულ ერთ ულუფა სტაფილოს მზა ჩასართავს გამოაქლოთ ერთი მესამედი რაოდენობის სტაფილო და მის ნაცვლად მიუმატოთ მოხარშული ბრინჯი, უმი კვერცხი და კარაქი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: მოხარშული ბრინჯი 40 გ, კვერცხი 20 გ, კარაქი 10 გ (სტაფილოს 1/3 გამოყლებით).





ტკბილეულობა, ცივი და ცხელი სასმელები

შაქარლამა „ნაპოლეონი“

შაქარლამა „ნაპოლეონის“ მოსამზადებლად ფენოვანი ცომი გაათხელეთ 4 მილიმეტრის სისქემდე, შემდეგ დაახლოებით 15 ულუფის მოსამზადებლად ცომი მოჭერით სამ ნაჭრად, თითო 30 სანტიმეტრის სიგრძის და 22 სანტიმეტრის სიფართის. ამრიგად მოჭრილი ფენოვანი ცომი გაშალეთ ცალ-ცალკე ფურცლებზე და გამოსაცხობად შედგით ჰაერლუმელში; როდესაც მოწითალო ფერზე ზომიერად გამოცხვება და გამოშრება, გამოიღეთ და გააგრილეთ. ამავე დროს ერთ ფურცელ გამომცხვარ ცომზე წაუსვით კარაქით გათქვეფილი მოხარშული კრემი და დააკარით გამომცხვარი ცომის მეორე ფურცელი. კიდევ წაუსვით კრემი ზედაპირზე და შემდეგ მოაყარეთ წვრილად დაფხვნილი გამომცხვარი ცომის მესამე ფურცელი და მოაყარეთ დაფქული შაქარი. დაჭერით ზომიერ ულუფებად ოთხკუთხედი ფორმით და დადეთ სადესერტო თეფშზე.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: მზა ფენოვანი უმი ცომი 120 გ, მზა მოხარშული კრემი 75 გ, კარაქი კრემისათვის 10 გ, შაქარი მოსაყრელად 5 გ.

სამუშაო ტაბილი ნამცხვარი ვაშლით

ფენა ცომი გაათხელეთ, გამოჭერით 12 სანტიმეტრი სიგრძე-სიგანის ოთხკუთხედი ნაჭრები, თითოეული ნაჭრის ნახევარზე დადეთ

განსაზღვრული წონის, სამკუთხედად თხლად დაჭრილი შაქარში მომუშეული ვაშლი, წაუსვით ცომის ნაპირებს კვერცხი და დააკარით ერთმანეთს ისე, რომ ვაშლი დაიფაროს და ნამზადი სამკუთხედი ფორმისა მიიღოს. დაალაგეთ ის თუნუქის ფურცელზე, წაუსვით კვერცხი და შედგით ჰაერლუმელში გამოსაცხობად; როდესაც მზად იქნება, გამოიღეთ და მოაყარეთ დაფქული შაქარი, გაისტუმრეთ სადესერტო თეფშით, ულუფაზე ერთი ცალი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: მზა ცომი 100 გ, ვაშლი 100 გ, შაქარი 30 გ, კვერცხი 5 გ.

ფენოვანი ცომის ფახლავა ნიგოზით

ფენოვანი ცომის ფახლავას მოსამზადებლად ცომი გაათხელეთ $1/2$ სანტიმეტრის სისქით, გაშალეთ თუნუქის ორ ფურცელზე და შედგით ჰაერლუმელში გამოსაცხობად; როდესაც ცომი აიწვეს და გამოცხვება, გამოიღეთ და შემდეგ სქლად გათქვეფილ უმი კვერცხის ცილას დაუმატეთ ცხელი თაფლი და კიდევ გაათხეთ ფილაქურზე, შემდეგ ჩაუმატეთ დაკეპილი და მოხალული თბილი ნიგოზი. ყოველივე ეს წაუსვით გამომცხვარ ცომს, გასწორების შემდეგ დააფარეთ ზევიდან მეორე ფენა გამომცხვარი ცომი და ზევიდან მოაყარეთ დაფქული შაქარი, დაჭერით 100 გრამიან ულუფებად ოთხკუთხედი ფორმით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: მზა ცომი 60 გ, თაფლი 30 გ, ნიგოზი 20 გ, კვერცხის ცილა 30 გ, შაქარი 5 გ.

ბისკვიტის ხვიულა მარმელადით

ბისკვიტის ხვეულას მოსამზადებლად ქვაბში ჩაუშვით შაქრის ფხვნილი, ჩაუმატეთ უმი კვერცხის გული. კარგად გათქვიფეთ ხის სარევიტ; როდესაც გათეთრდება და გასქელდება, მასში თანდათანობით შეურიეთ ხორბლის გაცილილი თეთრი ფქვილი, მერე სპილენძის ქვაბში ჩასხმული კვერცხის ცილა გათქვიფეთ ციცხვით; როდესაც აქაფდება და გასქელდება, თანდათანობით შეურიეთ ფქვილიან გოგლიმოგლში. ამრიგად შეზავებული ბისკვიტის ცომი დაასხით კარაქქასმულ და ფქვილმოყრილ თუნუქის ფურცელზე. გაათხელეთ მთელი რაოდენობა 8 მილიმეტრის სისქემდე თანასწორად, შედგით ჰაერლუმელში გამოსაცხობად; როდესაც საკმარისად გამოცხვება და მზად იქნება, გადმოიღეთ და ზედაპირით დაღმა გაშალეთ ხის მაგიდაზე ან მარმარილოს მაგიდაზე. თბილ ბისკვიტს წაუსვით მთელ ფართობზე ვაშლის მზა მარმელადი ან ვაშლის ტკბილი პიურე. შემ-

დღე დაახლოებით მრგვლად ისე, როგორც ხვეულას შეესაბამება; როდესაც გაგრილდება, ზევიდან წაუსვით თეთრი ან ვარდისფერი. მოხარშული და გათქვეფილი შაქრის „პომადკა“. ზევიდან მოაყარეთ დაკეპილი ნუში მოხალული სახით. თუ „პომადკა“ არ გექნებათ, შეიძლება მოაყაროთ დაფქული შაქარი. გასტუმრების დროს მოკერით ულუფაზე 100 გრამი და მოათავსეთ სადესერტო თეფშზე.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: კვერცხი 43 გ, ფქვილი 20 გ, შაქარი 35 გ, ვაშლის მზა მარმელადი 20 გ.

ფენოვანი ცომის ტაბილი ნაშთხვარი (ღვეზელი) ვაშლით

ფენოვანი ცომის ტკბილი ნამცხვარი (ღვეზელი) მზადდება ორნაირი წესით — დახურული და ღია. ამ ორ წესს შორის უმეტესად მიღებულია დახურული, რის დროსაც რამდენიმე ულუფა ერთად უნდა გამოცხვეს; ფენოვანი ცომი გაათხვლეთ 5 მილიმეტრამდე და შემდეგ გამოჭერით ორი ნაჭერი, თითო 60 სანტიმეტრი სიგრძის და 45 სანტიმეტრი სიფართის. მერე თითო ნაჭერი ცომი გაშალეთ ცალ-ცალკე თუნუქის ფურცლებზე და თანაბრად წაუსვით რძით გათქვეფილი კვერცხი და დაჩხვლიტეთ დანით ისე, რომ ნახჩვლეტები იყოს მწყრივად, ერთი-მეორესთან ერთი სანტიმეტრის დაშორებით. შემდეგ შედგით ჰაერლუმელში გამოსაცხობად; როცა საკმარისად გამოცხვება, ზომიერად დაწითლებული გამოიღეთ და ერთ გამომცხვარ ფურცელ ცომზე გაშალეთ გათლილი, თხლად სამკუთხედებად დაჭრილი და შაქრის ფხვნილში მოშუშული რბილი ვაშლი; მეორე გამომცხვარი ცომი დააფარეთ ვაშლს, ჩამოაჭერით არასწორი ნაპირები და მერე დაჭერით ოთხკუთხედი ფორმის ულუფებად.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: მზა ფენოვანი ცომი 100 გ, ვაშლი 100 გ, შაქარი 30 გ, კვერცხი 5 გ, დარიჩინი 1 გ.

ფენოვან ცომში გამოცხვარი ვაშლი

ფენოვან ცომში გამოსაცხობად შეარჩიეთ ერთ ულუფაზე ერთი ცალი ანტონოვის ჯიშის ვაშლი, გათაღეთ და გამოაჭერით გული. შემდეგ თითოეული ვაშლისათვის გამოჭერით 5 მილიმეტრამდე გათხვლებული მზა ფენოვანი ცომი, რაც სიგრძე-სიგანით უნდა იყოს 12 სანტიმეტრი. ცომის შუაში დადეთ ვაშლი, აავსეთ შაქრის ფხვნილით და მერე ოთხკუთხედად შეახვიეთ ცომში. ზემოდან დააღეთ სამი სანტიმეტრის მრგვალი ფორმის კვერცხწასმული ცომი, კიდევ წაუსვით კვერცხი და გამოსაცხობად შედგით ჰაერლუმელში; როდესაც მზად იქნება, საკმარისად გამომცხვარი და შეწითლებუ-

ლი, გამოიღეთ და მოაყარეთ დაფქული შაქარი. გასტუმრების დროს ულუფაზე მიეცით 1 ცალი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: მზა ფენოვანი ცომი 100 გ, ვაშლი 125 გ, შაქარი 30 გ.

შავავე ცომის ღია ღვეჯალი ვაშლით

ვაშლი დაჭერით თხლად, ჩაუშვით ქვაბში, ჩაუმატეთ დარიჩინი და დაახურეთ სახურავი, დადგით ფილაქურზე მოსაშუშად; როდესაც დარბილდება და ჩაიშლება, გადმოდგით და გაატარეთ საცერში, შემდეგ ვაშლის მთელი რაოდენობა ჩაუშვით ქვაბში, დააყარეთ შაქრის ფხენილი, მოურიეთ და ხელმეორედ მოხარშეთ; დაახლოებით 15 წუთის შემდეგ, როდესაც შესქელდება, გადმოდგით. შემდეგ ერთი სანტიმეტრის სისქემდე გაათხელეთ ღვეჯელისათვის მომზადებული მოტკბო-მომჟავო ცომი, მოჭერით 50 სანტიმეტრი სიგრძის და 30 სანტიმეტრი სიფართის ოთხკუთხედი ფორმით, გაშალეთ ფურცელზე და შედგით პაერლუმელში; როდესაც შეწითლდება და ნახევრად მზად იქნება, გამოიღეთ და ზევიდან მთელ ფართობზე წაუსვით ვაშლის ტკბილი პიურე იმ ვარაუდით, რომ გამომცხვარ ცომს ორი სანტიმეტრის სიფართე ნაპირი ვაშლწაუსმელი დარჩეს, შემდეგ წაუსვით გათქვეფილი კვერცხი. დაჭერით ღვეჯელის სიგრძე-სიფართის მიხედვით აღნიშნულ სისქემდე გათხელებული უმი ცომისგან ორი სანტიმეტრის სიფართე ღვედები, რითაც ოთხკუთხედი ფორმით დაქსოვით ღვეჯელი, ისე რომ უმი ცომი გამომცხვარზე დაეკრას, წაუსვით კვერცხის ლიეზონი და შედგით პაერლუმელში; როდესაც ღვეჯელი საკმარისად გამოცხვება, გამოიღეთ და მოაყარეთ დაფქული შაქარი, შემდეგ დაჭერით ულუფებად ოთხკუთხედი ფორმით, დადეთ სადესერტო თეფშზე და გაისტუმრეთ.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: მზა მჟავე ცომი 120 გ, ვაშლი 100 გ, შაქარი 30 გ, კვერცხი 10 გ, დარიჩინი 1 გ.

შენიშვნა: ზუსტად ერთი და იმავე წესით და ნორმით შეიძლება მოამზადონ ღვეჯელი ხილფაფით ან ყვით.

„სავარენი“ ხილით

ზემოაღნიშნული წყობით მომზადებული მზა ცომი ჩაუშვით კარაქწასმულ და თეთრი პურის წმინდად დაფქულ ორცხობილამოყარილ ერთულუფიან პატარა სპუციალურ „სავარენის“ ფორმებში. ან დიდ ფორმებში რამოდენიმე ულუფისათვის (ფორმა უნდა გაიყოს „სავარენის“ აფუებული ცომით). შედგით პაერლუმელში გამოსაცხობად, რისთვისაც პაერლუმელი ზომიერად თბილი უნდა იყოს.

როდესაც „სავარენი“ საკმარისად გამოცხვება და შეწითლდება. გამოიღეთ და ფორმიდან გაათავისუფლეთ. გასტუმრების წინ ერთ ულუფაზე მთელი ან განსაზღვრული წონის ულუფებად დაჭრილი „სავარენი“ ჩააწყეთ კონიაკით შეზავებულ თბილ სიროფში, გასტუმრების დროს დადეთ სადესერტო თეფშზე, ზევიდან დააწყეთ დაჭრილი ხილი — ახალი ან დაკონსერვებული მსხალი, ვაშლი, ატამი და სხვა, გადაავლეთ ქერამის თბილი პიურე. შეიძლება მოაყაროთ ქერქისგან გაწმენდილი, დაკეპილი და მოხალული ნუში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: მზა „სავარენის“ ცომი 100 გ, შაქარი 30 გ, ყოველგვარი აღნიშნული ხილი 60 გ, კონიაკი 10 გ, ქერამის პიურე 20 გ, ნუში 5 გ, კარაქი 5 გ.

ფხვიერი ცომის „ტარტალაზავი“ ხილით

მზა ფხვიერი ცომი გაათხლეთ მარდანიტ ხუთი მილიმეტრის სისქემდე, მოჭერით ათი სანტიმეტრის სიგრძე-სიგანის მრგვალი მოცულობის ცომი, ჩააფინეთ სპეციალურ ჭდეებიან პატარა ფორმებში, გაასწორეთ, რომ ფორმაში მეტ-ნაკლები სისქის არ გამოვიდეს, დაალაგეთ ფორმები ფურცლებზე და შედგით ჰაერლუმელში გამოსაცხობად; როდესაც მზად იქნება, გამოიღეთ, გაათავისუფლეთ ფორმიდან. შემდეგ თითოეული გამომცხვარი „ტარტალეტი“ გაავსეთ ოთხკუთხედად წვრილად დაჭრილი მოხარშული ცივი და ტკბილი სხვადასხვა ხილით. ზევიდან გადაავლეთ მოხარშული წითელი ხილის პიურე.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: მზა ფხვიერი ცომი 60 გ, ყოველგვარი ხილი 80 გ, შაქარი 30 გ, წითელი ხილის პიურე 30 გ.

ნახევრად სქელი ფხვიერი ცომის მილაპავი („ტრუზოჩაპავი“) რძის ნალავით

ქვაბში ჩაუშვით გაცრილი დაფქული შაქარი და კვერცხი მთლიანად. გათქვიფეთ ციცხვით კარგად, ჩაუმატეთ ხორბლის თეთრი ფქვილი და კარაქი. კიდევ მოურიეთ ისე, რომ დაზილოთ, შემდეგ გახსენით ცივი რძით. ამრიგად მომზადებული ცომი, თითო მილაკისათვის 20 ან 25 გრამის წონით, გამოუშვით კორნეტით კარაქწასმულ ფურცელზე ისე, რომ ერთმანეთისგან ხუთი სანტიმეტრით იქნას დაშორებული, მერე გაათხლეთ კოვზით ერთი მილიმეტრის სისქემდე და ათი სანტიმეტრის სიგრძე-სიგანის მოცულობის ფორმით. შედგით ჰაერლუმელში გამოსაცხობად; როდესაც ცომი ოდნავ შეწითლდება, დაახვიეთ ხელით, სტაფილოსმაგვარად, თავი

ფართო და ბოლო წვრილი. გამომცხვარი მილაკები მოათავსეთ ჰურქელზე და გასტუმრების დროს ულუფაზე ორი ან სამი ცალი გაავსეთ სქლად გათქვეფილი ტკბილი რძის ნალებით. მილაკებს ზევიდან მოაყარეთ დაფქული შაქარი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ფქვილი 30 გ, კვერცხი 22 გ, შაქარი 15 გ, რძე 15 გ, ვანილი 0,01 გ, რძის ნალები 50 გ, შაქარი ნალებისთვის და მოსაყარელად 15 გ.

ფენოვანი ცომის მილაკები მოხარშული კრემით

მოჭერით ორი სანტიმეტრი სიფართის და ოცდახუთი სანტიმეტრი სიგრძის გათხლებული ფენოვანი ცომი, დაახვიეთ ნაპირებით ერთმანეთზე მიკრულ, სტაფილოსმაგვარად ბოლო წვრილ და თავფართო ყალიბზე. შემზადებული მილაკები დააწყეთ თუნუქის დასველებულ ფურცელზე. წაუსვით რძე-კვერცხი (შეიძლება მოაყაროთ კანგაცილილი დაკეპილი ნუში) და შედგით ჰაერლუმელში გამოსაცხობად; როდესაც ზომიერად დაწითლებული მზად იქნება, გამოიღეთ, მოასწორეთ ფორმები და გააგრილეთ. გასტუმრების დროს თითოეული მილაკი გაავსეთ კარაქით გათქვეფილი მოხარშული კრემით. ზევიდან მოაყარეთ დაფქული შაქარი და სადესერტო თეფშით გაისტუმრეთ ორი ცალი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: მზა ფენოვანი ცომი 120 გ, მზა კარაქიანი კრემი 100 გ, კვერცხი 5 გ, რძე 5 გ, ნუში 5 გ.

შუს ცომის ტაბილი რძის ნალებით

კარაქწასმულ ფურცელზე კორნეტით გამოუშვით ულუფაზე ორი ცალი, მრგვალი ფორმის, აღნიშნული წესით მომზადებული მზა მოხარშული შუს ცომი, თითო ცალი წონით 40 გრამი. შედგით ჰაერლუმელში. გამოსაცხობად; როდესაც დაწითლებული აიწვევს და საკმარისად გამოშრება, გამოიღეთ და გააგრილეთ. შემდეგ თითოეული გაჭერით ორი სანტიმეტრის სიღრმეზე. მოაყარეთ დაფქული შაქარი და გასტუმრების დროს თითოეული გაავსეთ გათქვეფილი სქელი და ტკბილი რძის ნალებით. ზევიდან მოაყარეთ დაკეპილი მწვანე კანგაცილილი ფსტა, გაისტუმრეთ სადესერტო თეფშით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: მზა შუს ცომი 80 გ, შაქარი 25 გ, რძის ნალები 100 გ, ფსტა 5 გ, კარაქი 5 გ.

ცომი ფაფხარი ვაშლი ზარაზის ტაბილი საწაბლით

შეარჩიეთ ანტონოვის ქიშის ვაშლი, გათალეთ, შემდეგ მრგვალი სპეციალური მილით ამოჭერით გული და დაჭერით 5 მილიმეტრის

სისქეზე მრგვლად; ამრიგად შემზადებულ ვაშლს მოაყარეთ შაქრის ფხვნილი და შეწვის დროს თითოეული ნაჭერი ვაშლი ამოავლეთ აღნიშნული წესით მომზადებულ მზა, ნახევრად სქელ კლიარის ცომში, შემდეგ შეწვით ზეთში ან ქონში; როდესაც თითოეული დაწითლდება, ცხიმიდან ამოიღეთ, საცერზე დადეთ და მოაყარეთ დაფქული შაქარი. გასტუმრების დროს სადესერტო თეფშზე დადეთ სამი ნაჭერი, გვერდზე მოუსხით ჭერამის ან ვაშლის ტკბილი საწებელი. ვაშლი გაუშვით თბილ მდგომარეობაში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ვაშლი 100 გ, შაქარი 30 გ, ცხიმი შესაწვავად 20 გ, ჭერამის ტკბილი საწებელი 50 გ, მზა კლიარის ცომი 105 გ.

ცომში შემწვარი ხენდრო სიროფით

მსხვილი ხენდრო გაარჩიეთ, მოაშორეთ ღეროები (ყუნწები), შემდეგ მთელი რაოდენობა მოათავსეთ ფართო ჭურჭელში, მოაყარეთ შაქრის ფხვნილი, შეწვის წინ თითოეული ამოავლეთ ნახევრად სქელ კლიარის ცომში და შეწვით ზეთში; როდესაც დაწითლდება, ამოიღეთ ცხიმიდან საცერზე, მოაყარეთ დაფქული შაქარი. გასტუმრების დროს სადესერტო თეფშზე დააწყეთ 8 ცალი შემწვარი ხენდრო და გვერდზე მოუსხით მისგანვე გაკეთებული ტკბილი საწებელი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ხენდრო 80 გ, ნახევრად სქელი მზა კლიარის ცომი 150 გ, შაქრის ფხვნილი 20 გ, დაფქული შაქარი 10 გ, ხენდრო საწებლისათვის 50 გ, ცხიმი შესაწვავად 20 გ.

შარლოტი ვაშლით

შეარჩიეთ რბილი ჯიშის ვაშლი, გათაღეთ კანისაგან, გაჭერით ოთხად და თითოეულს ამოაჭერით გული, რის შემდეგ დაჭერით თხლად, სამკუთხედებად. ამრიგად დაჭრილი ვაშლის მთელი რაოდენობა ჩაუშვით დაბალ ფართო ქვაბში, ჩაუმატეთ შაქრის ფხვნილი და ცოტა დარიჩინი, აურიეთ ერთმანეთში, დაახურეთ სახურავი და მოშუშეთ თავის ორთქლში; როდესაც ვაშლი მზად იქნება, გადმოღვით და მოაშორეთ დარიჩინი. ამავე დროს ქალაქის ფუნთუშას ან ბატონს მოაშორეთ კანი, შემდეგ დაჭერით ბრტყლად, თითო ნაჭერი 15-20 სანტიმეტრი სიგრძის და ერთი სანტიმეტრი სისქის.

შაქრის ფხვნილი გათქვიფეთ კვერცხში და 5 წუთის რევის შემდეგ გახსენით რძით, ერთდროულად კარაქწასმულ ფურცელზე დადეთ კარაქწასმული და ორცხობილამოყრილი სპეციალური მრგვალი ან ოთხკუთხედი. თუნუქის ჩარჩო, ნაპირებზე ჩააფინეთ ერთ-

მანეთზე მიკრული ტკბილ რძე-კვერცხში დასველებული დაჭრილი ფუნთუშა იმ ვარაუდით, რომ იგი ჩარჩოს ნაპირებს 5 სანტიმეტრით აცილებული იყოს. ამასთან ჩააფინეთ და დაფარეთ სველი ფუნთუშათი ჩარჩოს ძირი, რის შემდეგ გაავსეთ მოშუშული ვაშლით და გადმოაფარეთ ჩარჩოს აცილებული ფუნთუშის ნაჭრები. დაფარეთ ფუნთუშათი ზედაპირი, წაუსვით რძე-კვერცხი და გამოსაცხობად შედგით ჰაერლუმელში; როდესაც ზევით და ქვევით საკმარისად დაწითლდება, გამოიღეთ და გაათავისუფლეთ ფორმიდან. ამრიგად გამომცხვარ შარლოტს ზევიდან მოაყარეთ დაფქული შაქარი და მერე დაჭერით განსაზღვრული წონის ულუფებად. გასტუმრების დროს დადეთ სადესერტო თეფშზე, გვერდით მოუსხით წითელი ღვინის სიროფი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ქალაქის ფუნთუშა 150 გ, ვაშლი 120 გ, რძე 50 გ, შაქარი 40 გ, კარაქი 15 გ, კვერცხი 12 გ, დარიჩინი 2 გ, თეთრი ორცხობილა 5 გ, წითელი ღვინო 20 გ.

შენიშვნა: შარლოტისთვის პურის ნაცვლად შეგიძლიათ გამოიყენოთ ფხვიერი ცომი.

ტკბილი ორცხობილას ან პურის პუდინგი ხილის პიურით

მოტკბო ორცხობილა ან ჩვეულებრივი ტკბილი პური დაჭერით წვრილად, ოთხკუთხედებად. დაჭრილ პურს მიუმატეთ გარჩეული და გარეცხილი ქიშმიში და ცუკატი. შემდეგ გათქვიფეთ კვერცხი და შაქრის ფხვნილი ერთად და გახსენით ცივი რძით. როცა შაქარი გადნება, ჩაუსვით დაჭრილი პური ტკბილ ლიეზონში. ამრიგად მომზადებული მასა კარგად აურიეთ ერთმანეთში. შემდეგ შიგნითა ფორმებს წაუსვით კარაქი, მოაყარეთ შაქრის ფხვნილი და გაავსეთ პუდინგისათვის შემზადებული ტკბილი სველი პურით. ფორმები დაალაგეთ წყლიან მანგანში და შეაწყეთ ჰაერლუმელში გამოსაცხობად; როდესაც მზად იქნება, გამოდგით და დაჭერით ულუფებად, დადეთ ლამბაქზე ან ვაზაზე, ზევიდან გადაავლეთ ღვინის საწებელი ან ჭერამის ტკბილი ცხელი პიურე.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ორცხობილა 50 გ, შაქარი 20 გ, რძე 50 გ, ქიშმიში 10 გ, ცუკატი 10 გ, კვერცხი 20 გ, ვანილი 0.1 გ, კარაქი 5 გ, ხილის პიურე 30 გ.

ტკბილი პურის პუდინგი ნიგოზით

რომელიმე სახის ნამცხვარი ფუნთუშა დაჭერით ერთი სანტიმეტრის ოთხკუთხედი მოცულობის ნაჭრებად. მიუმატეთ გარჩეული და გარეცხილი ქიშმიში, ამავე დროს შაქრის ფხვნილი და კვერცხი

გათქვიფეთ. შემდეგ გახსენით რძით, დაჭრილი პურის მთელი რაოდენობა ჩაუშვით მასში და დაალბეთ. ჩაუმატეთ კანისაგან გაფცქვნილი წმინდად დაკეპილი და მოხალული ნიგოზი, მოურიეთ. პუდინგის ფორმებს წაუსვით კარაქი და მოაყარეთ შაქრის ფხვნილი. თითოეული ფორმა გაავსეთ შემზადებული პუდინგის შემადგენლობით, შემდეგ ჩააწყეთ წყლიან დაბალ ფართო ჭურჭელში ისე, რომ წყალი ფორმას ორი სანტიმეტრით წვდებოდეს და შედგით ჰაერლუმელში გამოსაცხობად; როდესაც მზად იქნება, გამოიღეთ და დაჭერით ულუფებად, დადეთ სადესერტო თეფშზე, ზევიდან გადაასხით კვერცხის და თეთრი ღვინის ტკბილი საწებელი ან ჭერამის ტკბილი პიურე.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ნამცხვარი ფუნთუშა 100 გ, რძე 50 გ, გაფცქვნილი კვერცხი 22 გ, შაქარი 30 გ, კარაქი 10 გ, ქიშმიში 15 გ, ნიგოზი 30 გ, მზა საწებელი 30 გ.

ბრინჯის პუდინგი

ბრინჯი გაარჩიეთ, გარეცხეთ და დაალბეთ თბილ წყალში, შემდეგ ნალბობი წყალი გადაწურეთ და ბრინჯი ჩაუშვით მეორე ქვაბში, დაასხით იმდენი რძე, რომ ბრინჯი დაფაროს, ჩაუმატეთ ერთ ულუფაზე 5 გ კარაქი, 0,5 გ ვანილი, დაახურეთ სახურავი და ხარშეთ ნელ ცეცხლზე, დროგამოშვებით მოურიეთ, რომ ძირზე არ მიიწვას; როდესაც ბრინჯი საკმარისად მოიხარშება, გადმოდგით. ერთდროულად შაქრის ფხვნილი და კვერცხის გული გათქვიფეთ ცალკე ქვაბში, რაშიც შემდეგ თანდათანობით შეურიეთ მოხარშული ბრინჯი, გარჩეული და გარეცხილი ქიშმიში და ბოლოს, კარგად გათქვეფილი კვერცხის ცილა. ამრიგად შემზადებული ბრინჯი ჩაუშვით კარაქწასმულ და თეთრი პურის ორცხობილამოყრილ სპეციალურ ფორმებში. თითოეული ფორმა გაავსეთ თავამდე. მერე პუდინგით სავსე ფორმები ჩააწყეთ წყალჩასმულ ფარფლებიან ჭურჭელში. შედგით ზომიერად თბილ ჰაერლუმელში; როდესაც საკმარისად გამოცხვება, გამოიღეთ და მოთხოვნილების დროს გაათავისუფლეთ ფორმიდან, დაჭერით ულუფებად. გასტუმრების დროს დადეთ ლამაქზე ან სადესერტო თეფშზე, ზევიდან გადაავლეთ ჭერამის პიურე და გაუშვით თბილ მდგომარეობაში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ბრინჯი 60 გ, შაქრის ფხვნილი 30 გ, რძე 100 გ, კარაქი 10 გ, ქიშმიში 20 გ, ორცხობილა 5 გ, ვანილი 0,1 გ, გაფცქვნილი კვერცხი 23 გ, ჭერამის პიურე 30 გ.

მაგრად გაწურული ხაჭო გაატარეთ საცერში და მოათავსეთ ჯამში, მიუმატეთ კვერცხში კარგად გათქვეფილი შაქარი, ვანილი, გარჩეული და გარეცხილი ქიშმიში, გამდნარი კარაქი და ხორბლის თეთრი ფქვილი, ყველაფერი ეს აურიეთ ხაჭოში კარგად. ამრიგად შეზავებული ხაჭოს პუდინგის შემადგენლობა მოათავსეთ კარაქ-წასმულ და თეთრი პურის ორცხობილამოყრილ ოთხკუთხედ ტაფაზე, გაასწორეთ თანაბრად, წაუსვით კვერცხი და შედგით ჰერლუმელში გამოსაცხობად; როდესაც მზად იქნება, გამოიღეთ და დაჭერით ოთხკუთხედ ულუფებად, დადეთ ლამბაქზე ან სადესერტო, თეფშზე. გასტუმრების დროს ზევიდან გადააელეთ რძის ტაჰილი საწებელი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ხაჭო 125 გ, კარაქი 20 გ, კვერცხი 23 გ, ქიშმიში 20 გ, შაქრის ფხენილი 30 გ, ხორბლის თეთრი ფქვილი 5 გ, ორცხობილა 10 გ, ვანილი 0,5 გ, მარილი 0,2 გ, რძე 50 გ, ჭერამის პიურე 40 გ.

ბლინურა მურაბით

ორი მილიმეტრის სისქის ბლინურას ცომი გამოაცხეთ ცხიმწასმულ ტაფაზე; როდესაც მზად იქნება, დაკეცეთ სამკუთხედი ფორმით და შეწვით კარაქში. საკმარისად დაწითლებული დაალაგეთ ლანგარზე, ულუფაზე სამი ცალი, ზევიდან მოაყარეთ დაფქული შაქარი და გვერდზე ან ცალკე მიეცით რომელიმე წითელი ხილის 50 გ მურაბა.

ტაჰილი ოვლაჰი მურაბით

კვერცხი მოათავსეთ ღრმა ჭურჭელში, დაუმატეთ რძე, კარდამონი და ლიმონის ქერქი, გათქვიფეთ კარგად და შემდეგ დაასხით კარაქიან ცხელ ტაფაზე, შეწვის დროს მოურიეთ; როდესაც მასა შესქელდება, მასზე შუა ადგილას მოათავსეთ უკურო კენკრის ან თეთრი ბალის მურაბა და მილისებურად დაახვიეთ. როდესაც ძირი შეუწითლდება, მოათავსეთ ლანგარზე, მოაყარეთ დაფქული შაქარი და დაშანთეთ ცხელი რკინით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: კვერცხი 2 ცალი, რძე 30 გ, კარაქი 10 გ, მარილი 1 გ, მურაბა 25 გ, დაფქული შაქარი 15 გ, კარდამონი 0,01 გ, ლიმონის ქერქი 0,1 გ.

კაჰეცხის ნამცხვარი ტაჰილი გავლით

ღრმა ჭურჭელში ჩაუშვით მოუხარშავი კვერცხი და კარგად გათქვიფეთ, მიუმატეთ ხორბლის თეთრი ფქვილი და კიდევ მოურიეთ.

შემდეგ გახსენით რძით, შეანელეთ შაქრით და მარილით. გაწურეთ საცერში. დაასხით საულუფე კარაქიან თბილ ტაფაზე და გამოსაცხობად შედგით ჰაერლუმელში; როდესაც აიწვეს, შუაში ჩაუშვით თხლად დაქრილი, შაქრის ფხვნილით მოშუშული ვაშლი ან ვაშლის მურაბა, კვერცხის ნამცხვარი გადაფარეთ ვაშლს და როდესაც შეწითლდება, ზევიდან მოაყარეთ დაფქული შაქარი და იმავე ტაფით გაუშვით თბილ მდგომარეობაში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: კვერცხი 2 ცალი, რძე 50 გ, ფქვილი 15 გ, შაქარი 30 გ, ვაშლი 60 გ.

თხევანთა ჯუჯაღლის ფაფა ხილით

რძეში მოხარშეთ თავნატევი ბურღულის სქელი ფაფა ცოტა რაოდენობის შაქრით და მარილით (ერთ კილოგრამ ფაფაზე 50 გ შაქარი და 5 გ მარილი). ცხელ ფაფას მუდმივი მორევის პროცესში დაუმატეთ კარაქი, კვერცხი, შაქრით გათქვეფილი კვერცხის ცილა, დაკეპილი ნიგოზი და ვანილი. კარგად აურიეთ და დადეთ კარაქსამულ საულუფე ტაფაზე. ფაფის ზედაპირი მოასწორეთ, მოაყარეთ შაქრის ფხვნილი და მაშინვე დაშანთეთ წითლად გავარვარებული რკინით ისე, რომ შაქარი ოქროსფერი გახდეს. ამის შემდეგ ფაფა 5 წუთით შედგით შესაწვავ კარადაში.

თუ ფაფას მოამზადებთ რძის ნაღებით, მაშინ მოუხდელი რძე ჩაასხით ტაფაში და შედგით ცხელ საწვავ კარადაში; როცა რძეზე ნაღები შეწითლდება, გადმოიღეთ ჩანგლით, შემდეგ რძე ხელახლა მოიგდებს ნაღებს, დაწითლების შემდეგ ისიც კვლავ გადმოიღეთ და ასე გააგრძელეთ, ვიდრე ნაღების საკმაო რაოდენობას არ მოიღებთ.

მომზადებული ფაფა დადეთ ტაფაზე ორ-სამ ფენად, ამასთან, ყოველი ფენა (გარდა ზედა ფენისა) დაფარეთ ნაღებით, ზედა ფენას მოაყარეთ შაქრის ფხვნილი და კვლავ დაშანთეთ გავარვარებული რკინით.

მიტანის წინ ცხელ ფაფაზე დააწყეთ მოხარშული და შემდეგ შაქრის სქელ სიროფში გამთბარი ვაშლის, მსხლის, ატმისა და კენკროვანის ნაჭრები. ფაფასთან ცალკე ჭურჭლით მიიტანეთ მარწყვის ან გარგარის საწებელი, ან ეს საწებელი ზემოდან გადაავლეთ ფაფაზე დაწყობილ ხილს, მას ზევიდან მოაყარეთ დაკეპილი ნიგოზი ან მოხალული ნუში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: თავნატევი ბურღული 50 გ, რძე 185 გ, კვერცხი 10 გ, ვანილი 0,02 გ, კარაქი 10 გ, შაქარი 20 გ, ნუში, ნიგოზი ან არახისი 10 გ, ახალი ხილი 60 გ ან ღაგონსერგებული 45 გ, გარგარის ან მარწყვის საწებელი 50 გ.

დაბალ ფართო ქვაბში ჩაუშვით შაქრის ფხენილი, კვერცხი და ვანილი. მოუვრიეთ კარგად ისე, რომ გაითქვიფოს, შემდეგ ჩაუმატეთ კარაქი, 30 პროცენტიანი პურის ფქვილი და კვლავ მოუვრიეთ, მერე თანდათანობით გახსენით თბილი რძით, დადგით ფილაქურზე და განუწყვეტლივ ურიეთ; როდესაც გასქელდება და ადუღდება, ხუთი წუთის შემდეგ გადმოდგით და გააგრილეთ ცივ წყალში, რის შემდეგ გაატარეთ საცერში ან ტილოს ხელსახოცში. ამრიგად მომზადებული მოხარშული კრემი იხმარეთ როგორც ცალკე, ისე ტკბილ ცომეულებზე წასასმელად, ტორტებისა და ტკბილღვეულების მოსახატად.

სურსათის ნორმა 1 კგ კრემის მოსამზადებლად: შაქრის ფხენილი 200 გ, კვერცხი 2 ცალი, რძის ნალები 700 გ, ვანილი 0,15 გ, ეელატინი 20 გ.

გამომცხვარი მოხარშული კრემი აბრით და ნუშით

ზემოაღნიშნული წესით მომზადებულ მოხარშულ მზა კრემს (ერთ ულუფაზე 150 გ) თანდათანობით შეურიეთ სქლად გათქვეფილი კვერცხის ცილა, შემდეგ ცილაშერეული კრემის ნახევარი ჩაუშვით ულუფის პატარა კარაქწასმულ ტაფაში, კრემზე დადეთ ოთხი ნაჭერი ტკბილად მოხარშული ატამი, მოაყარეთ გაქუშვული დაკეპილი მოხალული ნუში ან ნიგოზი, დაფარეთ მეორე ნახევარი კრემით, კიდევ მოაყარეთ დაკეპილი ნუში და შედგით პაერლუმელში გამოსაცხობად; როდესაც ზომიერად გაწითლდება და აიწვევს, გამოიღეთ და მოაყარეთ დაფქული შაქარი, გაისტუმრეთ საჩქაროდ, რომ მაგიდაზე ცხლად მივიდეს.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: მზა კრემი 150 გ, მოხარშულ ატამი 100 გ, კარაქი 5 გ, ნუში ან ნიგოზი 10 გ, კვერცხის ცილა 50 გ, დაფქული შაქარი 5 გ.

შენიშვნა: გათქვეფილი კვერცხის ცილით შეზავებული მოხარშული კრემი შეიძლება გამოიყენოთ გამომცხვარი მსხლის მოსამზადებლად.

წაბლიანი ტაბილი ნამცხვარი რძის ტაბილი საწაბლით

ნედლი წაბლი გაფტქვენით ქერქისა და კანისაგან. შემდეგ მთელი რაოდენობა ჩაუშვით ქვაბში, დაასხით იმდენი რძე, რომ წაბლი დაფაროს, ჩაუმატეთ ვანილი, კარაქი და შაქარი, დაახურეთ სახურავი და ხარშეთ კარგად დარბილებამდე. შემდეგ წვრილად ოთხკუთხედებად დაჭერით ვანილიანი ტკბილი პურის ორცხობილა, მიუმატეთ გარჩეული და გარეცხილი ქიშმიში. ამავე დროს შაქრის

ფხვნილი და კვერცხი გათქვიფეთ ერთად და გახსენით რძით, რაშიც ჩაუმატეთ დაკრალი ორცხობილას და ქიშმიშის მთელი რაოდენობა, მოურიეთ კარგად, შემდეგ შეურიეთ საცერში გატარებული მოხარ-
შული წაბლი და გათქვეფილი კვერცხის ცილა, კიდევ აურიეთ ერთ-
მანეთში და გაშალეთ კარაქწასმულ ორცხობილამოყრილ ფურ-
ცელზე, ლამაზად გაასწორეთ და შედგით ჰაერლუმელში გა-
მოსაცხობად; როდესაც მზად იქნება, გამოიღეთ და დაჭერით
ულუფებად. გასტუმრების დროს დადეთ სადესერტო თეფშზე, ზე-
ვიდან გადაავლეთ რძის ტკბილი საწებელი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ვანილიანი ორცხობილა 50 გ,
წაბლი 100 გ, რძე 50 გ, კვერცხი 1 ცალი, კარაქი 15 გ, შაქარი
35 გ. ქიშმიში 10 გ, ვანილი 0,02 გ.

წაბლი რძის ნალეზით

ქერქისა და კანისაგან გასუფთავებული წაბლი ჩაუშვით ქვაბ-
ში, დაასხით იმდენი რძე, რომ წაბლი დაფაროს, ერთდროულად ჩა-
უმატეთ კარაქი, შაქრის ფხვნილი და ვანილი, დაახურეთ სახურავი
და ხარშეთ; როდესაც დარბილდება და მზად იქნება, გადმოდგით
და გაგრილების შემდეგ გაატარეთ საცერში ისე, რომ წაბლი წვრი-
ლი ძაფების მსგავსი მიიღოთ, ჩაუშვით ფაიფურის ჭურჭელში. გას-
ტუმრების დროს ულუფისთვის განსაზღვრული წონის წაბლი მოა-
თავსეთ ლამბაქზე ან სხვა შესაფერის ჭურჭელზე ამაღლებული
ფორმით. ზევიდან მოხატეთ გათქვეფილი სქელი და ტკბილი რძის
ნალეზით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: წაბლი 300 გ, რძე 150 გ, შა-
ქარი 30 გ, კარაქი 10 გ, რძის ნალეზი 100 გ, ვანილი 0,01 გ.

რძის ნალეზის კრემი ვანილით

ნალეზი ჩაასხით ქვაბში და ჩადგით ყინულში. მეორე ქვაბში
გათქვიფეთ კვერცხის გული, შაქრის ფხვნილი, ვანილი და თანდა-
თანობით გახსენით ცხელი რძით, ჩაუმატეთ ქელატინი და დადგით
ცხელ ფილაქურზე; როდესაც გაცხელდება, გადმოდგით და 15-20
წუთის შემდეგ გაწურეთ საცერში. მოათავსეთ იმავე ქვაბში და
ურიეთ მანამ გაცივდებოდეს. ამავე დროს ციცხვით გათქვიფეთ
რძის ნალეზი; როდესაც საკმაოდ შესქელდება, შეურიეთ შეგრილე-
ბული ლიეზონი, ჩაასხით ფორმებში. შემდეგ გაცივებული კრემი
ფორმიდან გამოუშვით თბილი წყლის საშუალებით, დაჭერით გან-
საზღვრული წონის ულუფებად და აწეცით შესაფერისი ჭურჭლით,
ზევიდან გადაავლეთ წითელი ხილის სიროფი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: რძის ნაღები 60 გ, შაქარი 30 გ, კვერცხის გული 1/10, რძე 30 გ, ელათინი 4 გ, ვანილი 0,02 გ.

რძის ნაღების უმანარაჰვი კრამი

რძის ნაღები გაწურეთ წმინდა საცერში, მოათავსეთ ქებაში და დადგით ყინულზე; რძეში მოხარშეთ მაგარი ყავა, გაწურეთ ტილოში და გახსენით მასში კვერცხის გულით გათქვეფილი შაქრის ფხვნილი, დადგით ფილაქურზე, ჩაუმატეთ დამბალი ელათინი და განუწყვეტლივ ურიეთ; როდესაც გაცხელდება, ხელმეორედ გაწურეთ. მანამ ყავის ლიეზონი გაგრილდება, კარგად გათქვიფეთ ყინულში ჩადგმული რძის ნაღები. როდესაც ნაღები გასქელდება, ამოიღეთ და მასში თანდათანობით შეურიეთ შეგრილებული ყავა-რძის ლიეზონი და მერე ჩაასხით სპეციალურ ფორმებში; როდესაც გაცივდება, გამოუშვით ფორმიდან და გაეცით ბროლის ვაზით ან ლაშბაქით, ერთ ულუფაზე 150 გრამი, ზევიდან გადაასხით ყავის ლიქიორიანი სიროფი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: რძის ნაღები 60 გ, შაქარი 30 გ, რძე 40 გ, კვერცხი 10 გ, დაფქული ყავა 10 გ, ელათინი 5 გ.

კრამი შარლოტი ძალეთი

სპეციალურ ყალიბში ერთი სანტიმეტრის სიმაღლეზე ჩაასხით წითელი ხილის გამჟღავნებელი ელე, ყალიბი დადგით ყინულზე; როდესაც გაცივდება, ელეზე ულუფის რაოდენობის მიხედვით, დააწყეთ მოგრძო ფორმის, სიფართოვებულ შუა-შუა დაჭრილი თითო ნაჭერი გამომცხვარი ბისკვიტი, ერთიმეორეზე სიმაღლით მიწყობილი შემოუწყეთ ყალიბს გარშემო ნაპირებზე და ყალიბი გავსეთ აღნიშნული წესით მომზადებული რძის ნაღების მზა კრემით; როდესაც კრემი გაცივდება, ოდნავ გაათბეთ თბილ წყალში და ყალიბიდან გამოუშვით ჭურჭელზე, რის შემდეგ დაჭერით ერთ ულუფაზე განსაზღვრული წონის სამკუთხედი ფორმით, დადეთ სადესერტო თეფშზე, ზევიდან ან გვერდით დაასხით წითელი ხილის სიროფი ან თეთრი ხილის ლიქიორიანი სიროფი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ელე 50 გ, მშრალი ბისკვიტი 30 გ, რძის ნაღების მზა კრემი 100 გ, მზა სიროფი 30 გ.

შარლოტი რძის ნაღების განილიანი ნაჰინით

ერთულუფიან სპეციალურ ყალიბში ჩადეთ მოგრძო ფორმით გამომცხვარი, სიფართოვებული შუა-შუა დაჭრილი ხუთი ნაჭერი მშრალი

ბისკვიტი იმ ვარაუდით, რომ ერთი ნაჭერი ძირზე დადოთ, ხოლო ოთხი ნაჭერი ნაპირებზე შემოუწყოთ. ბისკვიტის ამრიგად ჩაწყობის შემდეგ ყალიბი გაავსეთ აღნიშნული წესით მომზადებული მზა განილიანი ნაყინით. გამოუშვით ყალიბიდან და დადეთ ულუფის გაზაზე. გარშემო შემოუწყეთ დაკონსერვებული ატამი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ბისკვიტი 50 გ, ნაყინი 150 გ, ატამი 25 გ.

რძის ნაღების კრემი ნუშით

ნაღები გაწურეთ და ჩაასხით სპილენძის მოკალულ ქვაბში, ჩადგით ქვაბით ყინულში, ამავე დროს ნუში გათუთქეთ მდლარე წყალში და გაქუშნეთ ხელით, დაკეპეთ და მოსახალი ქურქლით შედგით ზომიერად ცხელ პაერლუმელში; როდესაც ოდნავ წითლად გამოხმება, გამოიღეთ და დანაყეთ წმინდად. შემდეგ გაცერით საცერში და შეინახეთ ხმარებამდე. მერე ქვაბში ჩაყარეთ შაქრის ფხვნილი, ჩაუმატეთ უმი კვერცხის გული, კარგად გათქვიფეთ, გახსენით თბილი რძით და დადგით ფილაქურზე. მორევის პროცესში ჩაუმატეთ დამბალი ჟელატინი; როდესაც გაცხელდება, გადმოდგით და გააგრილეთ, შემდეგ გაწურეთ და ასეთ ლიეზონში აურიეთ საცერში გაცრილი მოხალული ნუში. ამასთან ციცხვით გათქვიფეთ ყინულში ჩადგმული რძის ნაღები; როდესაც გასქელდება და აქაფდება, ყინულიდან ამოიღეთ და, მასში შეურიეთ ნუშით შეზავებული რძე-კვერცხის ლიეზონი.

ამრიგად შეზავებული კრემი ჩაუშვით სპეციალურ ფორმებში და ჩადგით ყინულში; როდესაც საკმარისად გაცივდება, ამოიღეთ და ნახევარი წუთით ჩადეთ თბილ წყალში. ზევიდან ფორმას დააფარეთ თეფში და გამოუშვით ფორმიდან. დადეთ ულუფა კრემი ვაზაზე ან ლამბაქზე, ზევიდან დაასხით ლიქიორიანი სიროფი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: რძის ნაღები 60 გ, შაქრის ფხვნილი 30 გ, ჟელატინი 4 გ, ნუში 20 გ, რძე ლიეზონისათვის 30 გ, კვერცხის გული — მთელის 1/4, ლიქიორი 10 გ.

რძის ნაღების კრემი ნიგვზით

რძის ნაღები გაწურეთ საცერში, ჩაასხით სპილენძის მოკალულ ქვაბში და ქვაბით ჩადგით ყინულში. ამავე დროს მეორე ქვაბში ჩაუშვით შაქრის ფხვნილი და მიუმატეთ უმი კვერცხის გული, კარგად გათქვიფეთ, შემდეგ გახსენით რძით და დადგით ფილაქურაზე. ური-

ეთ განუწყვეტილ; როდესაც გათბება. ჩაუმატეთ დამბალი ქელა-
ტინი და კიდევ ურჩეთ მანამ, სანამ ლიეზონი არ გაცხელდება, შემ-
დეგ გადმოდგით გასაგრძელებლად. ამავე დროს კანისაგან გასუფთა-
ვებული მოხალული ნიგოზი დანაყეთ წმინდად, შემდეგ გაცერით
საცერში და აურჩეთ გაწურულ შაქრიან რძე-კვერცხის ლიეზონში.
ციცხვით გათქვიფეთ ყინულში ჩადგმული რძის ნალები; როდესაც
აიწვეს და გასქელდება, ამობრეთ და შეურიეთ მასში ნიგვზიანი ლი-
ეზონი. ამრიგად შეზავებული რძის ნალების კრემი ნიგვზით ჩაასხით
სპეციალურ ფორმებში და დადგით ყინულზე. გასტუმრების წინ
კრემიანი ფორმა ნახევარი წუთით ჩაუშვით თბილ წყალში ისე, რომ
წყალი კრემში არ ჩაეიღეს, ფორმას ზევიდან დააფარეთ თევში და
გაცივებული კრემი გამოუშვით, დადეთ ვაზაზე, ზევიდან გადაავ-
ლეთ ლიქიორით შეზავებული სიროფი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: რძის ნალები 60 გ, შაქარი
30 გ, კვერცხის გული — მთელის $\frac{1}{4}$, რძე ლიეზონისათვის 30 გ,
გარჩეული ნიგოზი 20 გ, ქელატინი 4 გ, ლიქიორი 10 გ.

შენიშვნა: რძის ნალების კრემი ერთი და იმავე წესით და პროდუქტების ნორ-
მით შეიძლება მომზადდეს — გაფუცვნილი, მოხალული, დანაყილი
და გაცილი თხილითაც.

რძის ნალების კრემი შოკოლადით

რძის ნალები გაწურეთ წმინდა საცერში, ჩაასხით ქვაბში და
დადგით ყინულზე. ამავე დროს მეორე ქვაბში ჩაუშვით შაქრის
ფხვნილი, უმი კვერცხის გული და კარგად გათქვიფეთ. შემდეგ ჩა-
უმატეთ დაფხვნილი შოკოლადი და კიდევ მოურიეთ, გახსენით
თბილი რძით, დადგით ფილაქურზე, ჩაუმატეთ დამბალი ქელატინი
და ურჩეთ განუწყვეტილ, მანამ გაცხელდება. ამის შემდეგ გადმო-
დგით და გააგრძელეთ ცივ წყალში.

სანამ აღნიშნული შოკოლადიანი ლიეზონი გაგრძელდება, რძის
ნალები ციცხვით გათქვიფეთ ისე, რომ აქაფდეს და გასქელდეს. ამა-
ვე დროს გაწურეთ შოკოლადიანი ლიეზონი და შეურიეთ გათქვე-
ფილ რძის ნალებში. ამრიგად მომზადებული შოკოლადიანი კრემი
ჩაასხით სპეციალურ ფორმებში, გაავსეთ თითოეული თავამდე და
დადგით ყინულზე გასაცივებლად; როდესაც საკმარისად გაცივდება,
თბილი წყლის საშუალებით გამოუშვით ფორმიდან. ზუ დიდი ფორ-
მებია, ერთ ულუფაზე გამოყავით განსაზღვრული წონის და ჩაღეთ
პატარა ვაზაში ან ლამბაქში, ზევიდან გადაავლეთ შოკოლადის სი-
როფი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: რძის ნაღები 60 გ, შაქარი 30 გ, კვერცხის გული 10 გ, შოკოლადი 10 გ; რძე 30 გ, ქელატინი 4 გ.

რძის ნაღებიან კრამი მოლოთი

რძის ნაღები გაწურეთ, ჩაასხით ქვაბში და დადგით ყინულზე. შემდეგ კვერცხით გათქვიფეთ შაქარი, გახსენით თბილი რძით, ჩაუმატეთ დამბალი ქელატინი, დადგით ფილაქურზე; როდესაც გაცხელდება, გადმოდგით და გააგრილეთ. ამავე დროს მწიფე ჟოლო გაატარეთ წმინდა საცერში, ჩაუმატეთ შაქრის ფხვნილი და მოათავსეთ ღრმა ჰურჭელში. შემდეგ რძის ნაღები ციცხვით გათქვიფეთ, რაშიც შეურიეთ გაწურული ქელატინით შეზავებული რძე-კვერცხის ლიეზონი და გატარებული ჟოლო. ამრიგად შეზავებული კრემი ჩაასხით სპეციალურ ფორმებში და ჩააწყეთ ყინულში გასაცივებლად; როდესაც მზად იქნება, თბილი წყლის საშუალებით გამოუშვიტეთ ფორმიდან, ეაზში ჩადეთ და გაისტუმრეთ, ზევიდან გადაავლეთ ჟოლოს წითელი სიროფი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: რძის ნაღები 60 გ, შაქარი 30 გ, ქელატინი 4 გ, რძე 30 გ, ჟოლო 30 გ, კვერცხი 10 გ.

თბილი კრამი კარამალით

კვერცხი და შაქრის ფხვნილი ერთმანეთში კარგად გათქვიფეთ, გახსენით თბილი რძით, დადგით ფილაქურზე და განუწყვეტლივ ურიეთ; როდესაც გათბება, გადმოდგით, ჩაუმატეთ ყავისფრად გამდნარი კარამელი და კიდევ ურიეთ რძე-კვერცხში, მანამ კარამელი გადნება. ჩაუმატეთ უმი კვერცხი და გახსენით ციცხვით, გაწურეთ საცერში და მოათავსეთ მეორე ქვაბში. შემდეგ ჩაასხით და გავსეთ 200 გრამიანი ფაიფურის ფინჯნები. გავსილი ფინჯნები ჩააწყეთ ფართო ტაფაში, ჩაასხით იმდენი წყალი, რომ ფინჯნის ძირები დაფაროს 2 სანტიმეტრზე და შედგით ჰაერლუმელში გამოსაცხობად; როდესაც საკმარისად გამოცხვება, გამოიღეთ, ზევიდან მოაყარეთ დაფქული შაქარი და გაუშვიტ იმავე ფინჯნით თბილ მდგომარეობაში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: რძე 150 გ, შაქრის ფხვნილი 35 გ, კვერცხი ერთი ცალი.

თბილი კრამი ხაჭაპურით

ყავა წამოადლეთ რძით, შემდეგ გაწურეთ. ამავე დროს კვერცხი და შაქარი გათქვიფეთ ერთად, გახსენით აღნიშნული ყავა-რძით, კარგად მოურიეთ და ხელმეორედ გაწურეთ. ჩაასხით ფაიფურის 200 გრამიან ფინჯნებში. ფართო ტაფაში ჩაასხით წყალი, შიგ ჩააწყეთ კრემით სავსე ფინჯნები და შედგით ჰაერლუმელში; როდეს-

საც საქმარისად გამოცხვება; გაუშვით იმავე ფინჯნებით თბილ მდგომარეობაში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: რძე 150 გ, ყავა 8 გ, შაქარი 30 გ, კვერცხი 1 ცალი.

სუფლე პაშლით

უმი კვერცხის ცილა ჩაასხით ქვაბში და ქვაბით ჩადგით ყინულში; შემდეგ მოხარშული ვაშლი გაატარეთ საცერში, ჩაუშვით ღრმა ქვაბში, შეუერთეთ შაქრის ფხვნილი, მოურიეთ და მოსახარშად დადგით ფილაქურზე. ერთდროულად გათქვიფეთ ყინულზე დადგმული კვერცხის ცილა და მერე მასში კარგად შეურიეთ მოხარშული ვაშლის ცხელი პიურე. ამრიგად მომზადებული სუფლეს შემადგენლობა, ულუფის რაოდენობის მიხედვით, ჩაუშვით კარაქწასმულ ტაფაში, შემოასწორეთ ამალღებული ფორმით და მოხატეთ იმავე სუფლეს შემადგენლობით, მოაყარეთ დაფქული შაქარი და შედგით პაერლუმელში; როდესაც აიწვეს, შეწითლდება და მზად იქნება, მოაყარეთ დაფქული შაქარი და საჩქაროდ გაუშვით ცხელ მდგომარეობაში, რომ არ დაიწიოს. ცალკე მიეცით ცივი რძე.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: სამი კვერცხის ცილა, შაქარი 40 გ, კარაქი 2 გ, ვაშლი 75 გ, რძე 150 გ, დაფქული შაქარი 5 გ.

შენიშვნა: ზუსტად ერთი და იმავე წესით და პროდუქტების ნორმით შეიძლება მოამზადოთ სუფლე მარწყვისა და ჟოლოსი, მხოლოდ ჟოლო საჭიროა 100 გ; გასტუმრების წესი ერთი და იგივეა.

სუფლე პანილით

კვერცხის გული და დაფქული შაქარი კარგად გათქვიფეთ; როდესაც გათეთრდება, ჩაუმატეთ ხორბლის თეთრი ფქვილი, ვანილი და კარაქი, მოურიეთ და გახსენით რძით, დადგით ფილაქურზე და განუწყვეტლივ ურიეთ; როდესაც გასქელდება, შეუერთეთ გათქვიფილი კვერცხის ცილა. ამრიგად მომზადებული სუფლე ჩაუშვით კარაქწასმულ ტაფაში, 12-15 წუთით შედგით პაერლუმელში; როდესაც მზად იქნება, მოაყარეთ დაფქული შაქარი და გაუშვით ცხელ მდგომარეობაში. ცალკე მიეცით ცივი რძე ან ნალები.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: 2 ცალი კვერცხი, შაქარი 40 გ, რძე 40 გ, ფქვილი 30 პროცენტიაანი 10 გ, კარაქი 2 გ, ვანილი 0,02 გ, დაფქული შაქარი 5 გ, რძე ან ნალები 150 გ.

ვანილიან სუფლეში შეიძლება ჩაუმატოთ მოხალული დაკეპილი ნუში ან ნიგოზი.

საცერში გატარებული შემწვარი ვაშლი გააცივებ და ჩაუშვით ქვაბში, ჩაუმატეთ ნორმის ნახევარი შაქრის ფხვნილი და კვერცხის ცილა, კარგად გათქვიფეთ და ქვაბით ჩადგით ყინულში, მეორე ნახევარი შაქრის ფხვნილი გათქვიფეთ კვერცხის გულით და გახსენით რძით, ჩაუმატეთ დამბალი ქელატინი, ვანილი და დადგით ცხელ ფილაქურზე. განუწყვეტლივ ურიეთ; როდესაც გაცხელდება, გადმოდგით და გაწურეთ საცერში. მანამ ლიეზონი გაგრილდება, გათქვიფეთ გატარებული ვაშლი გათეთრებამდე და გასქელებამდე, შეურიეთ მასში მზა ლიეზონი და ჩაასხით სპეციალურ ფორმებში; როდესაც გაცივდება. გაუშვით ვაზით, ზევიდან გადაავლეთ ხილის სიროფი.

სურსათის ნორმა ერთ კილოგრამზე: ვაშლი 800 გ, ქელატინი 20 გ, შაქარი 200 გ, 2 კვერცხის ცილა, რძე 20 გ, ვანილი 0,01 გ, ხილის სიროფი 100 გ.

ხმარების ან გარგარის სამზავი

კურკამოცლილი მოხარშული და გაწურული ჭერამი ან გარგარი გაატარეთ წმინდა საცერში, ჩაუშვით ქვაბში და ჩადგით ყინულში. ამავე დროს ჩაუმატეთ შაქრის ფხვნილი, უმი კვერცხის ცილა და ციხვით კარგად გათქვიფეთ; როდესაც აიწევს და გასქელდება, ჭერამის წვეს მიუმატეთ ჯერ გაცხელებული და შემდეგ შეგრილებული, ქელატინით და ლიქიორით შეზავებული გაწურული ლიეზონი. ამრიგად მომზადებული ჭერამის სამბუკი ჩაასხით სპეციალურ ფორმებში და გასაცივებლად ჩადგით ყინულში; როდესაც სამბუკი საკმარისად გაცივდება, დაჭერით ულუფებად და გაისტუმრეთ პატარა ვაზით ან ლამბაქით; ზევიდან გადაავლეთ ღვინის სიროფი.

სურსათის ნორმა ერთ კილოგრამზე: ჭერამი 250 გ ან გარგარი 255 გ. შაქარი 200 გ, ქელატინი 15 გ, 2 კვერცხის ცილა, ლიმონის სიმჟავე 1 გ, ღვინის სიროფი 100 გ.

წითელი ხილის მუსი

წითელი ხილი — ყოლო, შინდი ან ღოღნოშო ჩაუშვით ქვაბში, დაასხით 200 გრამი წყალი; როდესაც მოიხარშება, ქვაბშივე გაწურეთ, ჩაუმატეთ შაქარი და წამოადუღეთ, მიუმატეთ დამბალი ქელატინი და მოურიეთ; როდესაც გაცხელდება, გადმოდგით, კიდევ გაწურეთ და წყალში ჩადგმული შეაგრილეთ. შემდეგ გათქვიფეთ და შესქელების შემდეგ ჩაასხით ულუფის ფორმებში გასაცივებლად.

ულუფაზე გაეცით 120 გ, ზევიდან გადაავლეთ სქელი სიროფი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ხილი 25 გ, შაქარი 30 გ, ელ-
ლატინი 3 გ.

თეთრი ხილის მუსი

ლიმონის, ნესვის, ვაშლის ან მახლის მუსის მოსახარშად ერთ ულუფაზე აიღეთ 200 გ წყალი, ჩაუმატეთ შაქარი და მოხარშეთ, შემდეგ გაწურეთ და ჩაუმატეთ დამბალი ელალტინი, მოურიეთ და გაათბეთ. შემდეგ ხელმეორედ გაწურეთ მეორე ქვაბში, ჩადგით ცივ წყალში და ციცხვით გათქვიფეთ; როდესაც აქაფდება და გას-
ქელდება, ჩაასხით ფორმებში და გასაცივებლად ჩადგით ყინულ-
ში. გასტუმრების დროს დაჭერით ულუფებად და გაეცით პა-
ტარა ვაზით, ზევიდან გადაავლეთ შესაფერისი ხილის თხელი სი-
როფი. ულუფა უნდა უდრიდეს 120-200 გრამს.

სურსათის ნორმა: მსხალი ან ვაშლი 50 გ, ნესვი 40 გ ან ლიმონი
30 გ, შაქარი 25 გ, ელალტინი 3 გ, შაქარი სიროფისათვის 10 გ, ხი-
ლი სიროფისათვის 10 გ.

ყვითელი ხილის მუსი

ყვითელი ხილის მუსი (ქერამი, მანდარინი ან ფორთოხალი) ისე-
თივე წესით მოამზადეთ, როგორც თეთრი ხილის.

სურსათის ნორმა, გასტუმრების წესი და ულუფის ნორმა ისეთი-
ვეა, როგორც თეთრი ხილის მუსის.

ლიმონის, მანდარინის ან ფორთოხლის ჟელე

ქვაბში გათქვიფეთ კვერცხის ცილა, შემდეგ ჩაუმატეთ შაქარი,
დამბალი ელალტინი, მანდარინის ან ფორთოხლის ქერქი, დაასხით
წყალი და დააწურეთ მანდარინის ან ფორთოხლის წვენი, დადგით
ფილაქურზე და განუწყვეტლივ ურიეთ მანამ აღუღდება; შემდეგ
გადმოდგით ფილაქურის ნაპირზე. დაახურეთ სახურავი და გაწურეთ
ტილოს სპეციალურ გასაწურში. თუ პირველად გამოსული ჟელე
სუფთა არ იქნება, გასაწურად ხელმეორედ ჩააბრუნეთ. გაწურვის
შემდეგ ჟელე ჩაასხით სპეციალურ ფორმებში ან პატარა ვაზებში.
თითოეულ ულუფა ჟელეში გაცივებამდე ჩაუმატეთ ქერქისაგან გა-
სუფთავებული მანდარინის ან ფორთოხლის ორი ან სამი თხელი ნა-
ჭერი და მანდარინის ან ფორთოხლის წვრილად დაჭრილი, გათუთ-
ქული და შემდეგ გაცივებული კანი. ჟელე გაუშვით იმავე ვაზით,
ხოლო თუ ფორმაშია, გამოიღეთ ფორმიდან და დაჭერით ულუფე-
ბად, გაუშვით ლამბაქით ან ვაზით.

სურსათის ნორმა 1 კგ ჟელეზე: მანდარინი ან ფორთოხალი
400 გ, ან ლიმონი 300 გ, კვერცხის ცილა 50 გ, შაქარი 16 გ, ელ-
ლატინი 30 გ, ლიმონის სიმჟავე 1 გ.

ჟოლოს ძეგლი

ჟოლოს მთელი რაოდენობიდან ამოარჩიეთ მთელები და ცალკე შეინახეთ, დანარჩენს შეურიეთ გათქვეფილი კვერცხი, მოაყარეთ შაქრის ფხვნილი და ხელით დაქვლიტეთ. 15-20 წუთის შემდეგ ჟოლოს წვენი გაწურეთ ორმაგ დოლბანდში ქელესათვის და შეინახეთ, დაქვლიტულ ჟოლოს დააყარეთ შაქარი და დაასხით წყალი, ჩაუმატეთ ქელატიანი და დადგით ფილაქურზე; როდესაც ადუღდება, გადმოდგით და გაწურეთ სპეციალურ ტილოში. გაწურულ ქელეში აურიეთ შენახული ჟოლოს წვენი და ჩაასხით პატარა ვაზებში ან ფინჯნებში, ჩაუმატეთ ულუფაზე 5 ცალი მთელ-მთელი ჟოლო და გააცივეთ. გაისტუმრეთ იმავე ჭურჭლით.

სურსათის ნორმა 1 კგ შელეზე: ჟოლო 335 გ, შაქარი 160 გ, ქელატიანი 30 გ, 1 კვერცხის ცილა.

ახალი ხილის ძეგლი

ქელეს მოსამზადებლად შინდს ან ალუბალს, ან სხვა შესაფერის ხილს დაასხით წყალი, დააყარეთ შაქარი და მოხარშეთ; როდესაც მოიხარშება, გადმოდგით და გააცივეთ. შემდეგ უმი კვერცხის ცილა გათქვიფეთ ქვაბში, ჩაუმატეთ დამბალი ქელატიანი, მორევის შემდეგ დაასხით ხილის ცივი ნახარში და დადგით ფილაქურზე, ადუღებისას ურიეთ. ამის შემდეგ გადმოდგით, დაახურეთ სახურავი და 5 წუთის შემდეგ გაწურეთ სპეციალურად მომზადებულ ტილოს ხელსახოცში. გაწურული, გამკვირვალე ქელე ჩაასხით ვაზში ან ფორმაში, გაეცით იმავე ჭურჭლით.

სურსათის ნორმა 1 კგ შელეზე: შინდი 210 გ, ან ალუბალი 205 გ, 1 კვერცხის ცილა, ქელატიანი 30 გ, შაქრის ფხვნილი 160 გ, ლიმონის სიმჟავე 1 გ.

ახალი მარაგის ძეგლი

გარეცხვის შემდეგ ჭერამი შუა-შუა დაყავით, შემდეგ სიროფში მოხარშეთ ისე, რომ ჭერამი მთელ-მთელი დარჩეს. მერე ამოალაგეთ ჭურჭელზე, ხოლო სიროფი გააცივეთ. მანამ სიროფი გაცივდება, ქვაბში გათქვიფეთ უმი კვერცხის ცილა, ჩაუმატეთ დამბალი ქელატიანი და მოურიეთ, მერე გახსენით ჭერამის ცივი სიროფით, დადგით ცხელ ფილაქურზე და განუწყვეტლივ ურიეთ მანამ ადუღდება, შემდეგ გადმოდგით და დაახურეთ სახურავი. 10 წუთის შემდეგ გაწურეთ სპეციალურ ტილოში ან დოლბანდში. ვიდრე გაწურული ქელე გაგრილდება, გაფცქვენით მოხარშული ჭერამი და ერთ ულუფაზე

ოთხი ნახევარ-ნახევარი ჩააწყეთ ვაზაში ან ლამბაქზე, დაასხით შეციებული ჟელე და შედგით მაცივარში. მოთხოვნის დროს გაუშვით იმავე ქურკლით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: კერამი 80 გ, შაქარი 20 გ, კვერცხის ცხლა 5 გ, ქელატინი 4 გ, ღვინო 5 გ. წყალი ქელესათვის 180 გ.

ხენდროს ან მარწყვის ძილე

ხენდროს ან მარწყვის მოაყარეთ შაქრის ფხვნილი და ხელით დაქულობით. ამავე დროს წყალი, შაქარი და დამბალი ქელატინი წამოადუღეთ ერთად და ხუთი წუთის დუღილის შემდეგ გადმოდგით. დაქულებილი მარწყვის ან ხენდროს წვენი გაწურეთ, გაწურული წვენის მთელი რაოდენობა ჩაუშვით ქელეს სიროფში და კარგად მოურიეთ, 10-15 წუთის შემდეგ გაწურეთ სპეციალურ ტილოს საწურავში. შემდეგ ჩაასხით პატარა ვაზებში ან ფინჯნებში და გასაცივებლად დადგით ყინულზე. გაუშვით იმავე ქურკლით.

სურსათის ნორმა 1 კგ ულუფაზე: ხენდრო 335 გ, შაქარი 160 გ, ქელატინი 30 გ, წყალი 150 გ, ლიმონის სიმჟავე 1 გ.

რძის ნაღების ნაყინი ვანილით

შაქრის ფხვნილი ჩაუშვით ქვაბში, ჩაუმატეთ უმი კვერცხი, ვანილი და რაც შეიძლება კარგად გათქვიფეთ; როდესაც გასქელებდა და გათეთრდება, იმავე ქვაბში თანდათანობით გახსენით რძის ცხელი ნაღებით, დადგით ფილაქურზე და განუწყვეტლივ ურიეთ ხის სარევიტ; როდესაც გაცხელდება და ოდნავ შესქელებდა, ჩადგით ცივ წყალში და კიდევ ურიეთ მანამ გაგრილდება. შემდეგ ჩაასხით ნაყინის ფორმაში და მჭიდროდ დაახურეთ სახურავი. გაყინეთ განუწყვეტლივ ბრუნვის საშუალებით; როდესაც გასქელებდა, კარგად დაზილეთ ხის სარევიტ. გაეცით პატარა ვაზაზე მრგვალი კოვზით ამოღებული.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: შაქარი 30 გ, რძის ნაღები 120 გ, კვერცხის გული 12 გ, ვანილი 0,02 გ.

რძის ნაყინი კარაგელით

ქვაბში ჩაუშვით შაქრის ფხვნილი და კვერცხის უმი გული, მოურიეთ და გათქვიფეთ კარგად; როდესაც გასქელებდა და გათეთრდება, თანდათანობით გახსენით ცხელი რძით, დადგით ფილაქურზე და განუწყვეტლივ ურიეთ ხის სარევიტ. გაცხელების და ოდნავ გასქე-

ლების შემდეგ გადმოდგით, ჩაუმატეთ მშრალად გაცხელებული და გამდნარი შაქრის კარამელი და კიდევ ურიეთ, რომ არ აიჭრას. ჩაღვით ცივ წყალში და მუდმივი რევის საშუალებით გააგრილეთ. შემდეგ გაწურეთ საცერში და ჩაასხით სპეციალურ შემზადებულ ნაყინის ფორმაში, დაახურეთ სახურავი და აბრუნეთ მარილიან ყინულში; როდესაც გასქელდება, ხის სარევით კარგად დაზილეთ. ამრიგად მომზადებული გაუშვით პატარა ვაზით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: რძე 120 გ, შაქარი 35 გ, კვერცხის გული 10 გ.

რძის ნაყინი ყავით

ქვაბში ჩაუშვით შაქრის ფხენილი, ჩაუმატეთ უმი კვერცხის გული. მოურიეთ და კარგად გათქვიფეთ, გახსენით თბილი რძით და ტილოში გაწურული მოხარშული მაგარი ყავით. დადგით ფილაქურზე, ურიეთ განუწყვეტლივ: როდესაც გაცხელდება და ოდნავ შესქელდება, გადმოდგით და ჩაღვით ცივ წყალში, კიდევ ურიეთ მანამ გაგრილდება. შემდეგ გაწურეთ წმინდა საცერში, ჩაასხით სპეციალურად შემზადებულ ფორმაში, დაახურეთ სახურავი და აბრუნეთ მარილიან ყინულში მანამ გასქელდება. დაზილეთ რაც შეიძლება კარგად, რის შემდეგ გაუშვით პატარა ვაზით ან ლამბაქით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: რძე 120 გ, შაქრის ფხენილი 30 გ, კვერცხის გული მთელის 1/4 ან 5 გ, სუფთა დაფქული ყავა 6 გ.

რძის ნაყინი ნუშით

ქვაბში ჩაუშვით შაქრის ფხენილი, ჩაუმატეთ უმი კვერცხის გული, მოურიეთ და კარგად გათქვიფეთ. შემდეგ გახსენით თანდათანობით მოუხდელი და თბილი რძით, დადგით ფილაქურზე და განუწყვეტლივ ურიეთ; როდესაც გაცხელდება და ოდნავ შესქელდება, გადმოდგით და მასში ჩაუშვით ჭერ გაქუშნული, შემდეგ დაკეპილი და მოხალული ნუში. კიდევ ურიეთ, შემდეგ დაახურეთ სახურავი და გააგრილეთ, მერე გაწურეთ და მოათავსეთ სხვა ქვაბში. ამავე დროს ნუში დანაყეთ და გაატარეთ საცერში. გატარებული ნუში მთელი რაოდენობა გახსენით ნაყინის შემადგენლობაში. შემდეგ ჩაასხით ნაყინის სპეციალურ ფორმაში, დაახურეთ სახურავი და ატრიალეთ მარილიან ყინულში; როდესაც გასქელდება, კარგად დაზილეთ. გაუშვით პატარა ვაზით ან ლამბაქით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: რძე 120 გ, შაქარი 30 გ, კვერცხის გული 5 გ, ნუში 30 გ.

ქვაბში ჩაუშვით შაქრის ფხვნილი, ჩაუმატეთ უმი კვერცხის გული, და კარგად მოურიეთ, მანამ არ გათეთრდება. შემდეგ გახსენით თბილი რძით და დადგით ფილაქურზე, ურიეთ განუწყვეტლივ, მანამ არ გაცხელდება და ოდნავ არ შესქელდება. შემდეგ გადმოდგით და მასში ჩაუშვით კანისაგან გაფცქნილი, დაკეპილი და მოხალული ნიგოზი. კიდევ ურიეთ, მერე დაახურეთ სახურავი და გააგრძელეთ. შემდეგ გაწურეთ და მოათავსეთ მეორე ქვაბში. ამავე დროს ნიგოზი დანაყეთ და გაატარეთ საცერში, გატარებული ნიგოზის მთელი რაოდენობა გახსენით ნაყინის შემადგენლობაში და ჩაასხით ნაყინის ფორმაში, დაახურეთ სახურავი და ატრიალეთ მარილიან ყინულში; როდესაც ნაყინი გასქელდება, კარგად დაზილეთ. გაუშვით ვაზით ან ლამბაქით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: რძე 120 გ, შაქრის ფხვნილი 30 გ, ნიგოზი 30 გ, კვერცხის გული 5 გ.

რძის ნაჟინი შოკოლადით

ქვაბში ჩაუშვით შაქრის ფხვნილი და უმი კვერცხის გული, კარგად მოურიეთ, ჩაუმატეთ სახეხში გატარებული მაღალი ხარისხის შოკოლადი და კიდევ მოურიეთ, თანდათანობით გახსენით თბილი რძით და დადგით ფილაქურზე. ურიეთ განუწყვეტლივ; როცა გაცხელდება და ოდნავ შესქელდება, გადმოდგით, ცივ წყალში ჩადგით და ურიეთ. შეგრილების შემდეგ გაწურეთ და ჩაასხით სპეციალურად მომზადებულ ნაყინის ფორმაში. დაახურეთ სახურავი და ატრიალეთ მარილიან ყინულში; როდესაც გასქელდება, კარგად დაზილეთ. გაუშვით პატარა ვაზებით ან ლამბაქებით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: რძე 120 გ, შაქარი 30 გ, შოკოლადი 10 გ, კვერცხის გული 10 გ.

რძის ნაჟინი ვანილით და მხრალი შაქრიანი ხილით

მოუხდელი რძე დადგით ფილაქურზე ასაღებლად. მანამ რძე აღუღდება, მეორე ქვაბში ჩაუშვით შაქრის ფხვნილი და ვანილი, ჩაუმატეთ უმი კვერცხის გული და კარგად გათქვიფეთ, შემდეგ თანდათანობით გახსენით ცხელი რძით, დადგით ცხელ ფილაქურზე და განუწყვეტლივ ურიეთ; როდესაც შესქელდება, გადმოდგით და კიდევ ურიეთ გაგრილებამდე. შემდეგ გაწურეთ და ჩაასხით სპეციალურ ფორმაში, დაახურეთ სახურავი მჭიდროდ და გაყინეთ მარილიან ყინულში; როდესაც ნაყინი შესქელდება. დაზილეთ რაც შეიძლება კარგად: ამავე დროს ნაყინში ჩაუმატეთ წვრილად, ოთხკუთ-

ხედად დაჭრილი მშრალი შაქრიანი ხილი; როდესაც მზად იქნება, გასტუმრების დროს ამოიღეთ სპეციალური მრგვალი კოვზით და ჩაუშვით ვაზაში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: რძე 120 გ, შაქრის ფხვნილი 30 გ, კვერცხის გული 10 გ, ვანილი 0,1 გ, მშრალი შაქრიანი ხილი 20 გ.

რძის ნაყინი ფსტატი (ფინსტაჟით)

ფსტატი რძის ნაყინი ისე მოამზადეთ, როგორც რძის ნაყინი ვანილით, მხოლოდ მოხარშულ და გაგრილებულ ნაყინის შემადგენლობას როდესაც გაწურავთ, მასში გახსენით კანისაგან გაქუშნული, დანაყილი და საცერში გატარებული მწვანე ფსტა, კარგად მოურიეთ, რომ მიიღოს მომწვანო ფერი და ნაყინს ჰქონდეს აღნიშნული ხილის გემო. ამრიგად შეზავებული ჩაასხით ნაყინის ფორმაში, გაყინვის შემდეგ კარგად დაზილეთ; როდესაც მზად იქნება, გაუშვით პატარა ვაზებით ან ლამბაქებით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: რძე 120 გ, შაქარი 30 გ, კვერცხი 10 გ, გარჩეული ფსტა 30 გ.

რძის ნალღვის პლომბირი ხილით

რძის ნაღები გაწურეთ წმინდა საცერში, მოათავსეთ მოკალულ სპილენძის ქვაბში და დადგით ყინულზე. ამავე დროს შაქრის ფხვნილი გათქვიფეთ კვერცხის გულით, დაფქული ვანილით და კარგად გახსენით თბილი რძით და გაათბეთ ფილაქურზე; როდესაც საკმარისად გათბება, გადმოდგით და გააგრილეთ. მანამ ლიეზონი გაგრილდება, სქლად გათქვიფეთ რძის ნაღები, შეურიეთ გაგრილებული ლიეზონი და ლიქიორი, შემდეგ ჩაასხით სპეციალურ ქაღალდ-ჩაფენილ ფორმებში, ამავე დროს ჩაუმატეთ კუბიკებად დაჭრილი დაშაქრული მშრალი ხილი — ცუკატი. დააფარეთ ქაღალდი და მჭიდროდ დაახურეთ სახურავი ისე, რომ გაყინვის პროცესში პლომბირს მარილი არ ჩაუვიდეს. ჩადგით მარილიან ყინულში (ან შედგით მაცივარში). ზევიდან ტილო დააფარეთ; როდესაც პლომბირი საკმარისად გაიყინება, ყინულიდან ამოიღეთ, გაათავისუფლეთ ფორმებიდან, მოაშორეთ ქაღალდი და დაჭრილი ან მთელი გაუშვით ვაზებით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: რძის ნაღები 100 გ, შაქარი 25 გ, ვანილის ჩხირი მთელის 1/2, შაქრიანი ხილი (ცუკატი) 300 გ, ლიქიორი 10 გ, კვერცხის გული 10 გ, რძე 50 გ.

რძის ნაღები გაწურეთ საცერში, მოათავსეთ მოკალულ სპილენძის ქვაბში და ჩადგით ყინულში. ამავე დროს ჟოლო გაატარეთ წმინდა საცერში, მოაყარეთ შაქრის ფხვნილი და მოურიეთ; როდესაც შაქარი გადნება, სქლად გათქეფეთ რძის ნაღები და მასში შეურიეთ გატარებული შაქრიანი ჟოლო, შემდეგ ჩაასხით სპეციალურ ქაღალდჩაფენილ ფორმებში, ზევიდანაც დააფარეთ ქაღალდი და სახურავი მჭიდროდ დაახურეთ, რომ მარილი არ ჩავიდეს, დადგით მარილიან ყინულში (ან მაცივარში); როდესაც საკმარისად გაიყინება, გაათავისუფლეთ ფორმიდან და ერთ ულუფაზე განსაზღვრული წონის მიხედვით დაჭრილი გაუშვით ვაზებით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: რძის ნაღები 100 გ, შაქარი 20 გ, ჟოლო 60 გ.

შენიშვნა: პარფე გარდა ჟოლოს შეიძლება მომზადდეს მარწყვით, ნიგეზით, შოკოლადით და ყავით.

ბერაშის ნაყინი

გარჩეული და გასუფთავებული კერამი ჩაუშვით ქვაბში, დაასხით წყალი, ჩაუმატეთ შაქრის ფხვნილი, დადგით ფილაქურზე, ადუღეთ 10-15 წუთი, შემდეგ გადმოდგით და ჩადგით ციე წყალში; როდესაც შეგრილდება, გაწურეთ წმინდა საცერში. სიროფი მოათავსეთ მეორე ქვაბში, ხოლო გაწურული კერამი საცერში გაატარეთ და სიროფს შეურიეთ. გემოს გასაუმჯობესებლად ჩაუმატეთ ლიქიორი აბრიკოტინი. ამრიგად შემზადებული ნაყინის შემადგენლობა მოათავსეთ გასაცივებლად სპეციალურ ფორმაში და გაყინეთ მაცივარში ან მარილიან ყინულში მუდმივი ბრუნვის საშუალებით. როდესაც გაიყინება, კარგად დაზილეთ. გაისტუმრეთ პატარა ვაზებით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: კერამი 60 გ, შაქარი 35 გ, აბრიკოტინი 10 გ, წყალი სიროფისათვის 100 გ.

მარწყვის ან ხენდროს ნაყინი

მწიფე მარწყვს ან ხენდროს მოაყარეთ შაქრის ფხვნილი, დაქვლიტეთ ხელით და შეინახეთ ყინულზე. შემდეგ ქვაბში ჩაუშვით შაქარი, დაასხით წყალი, დადგით ფილაქურზე და 15 წუთის განმავლობაში ადუღეთ, რის შემდეგ გადმოდგით და გააგრილეთ ციე წყალში. ამავე დროს წვენი გაწურეთ დოლბანდში, ხოლო მარწყვი ან ხენდრო გაატარეთ წმინდა საცერში და შეურიეთ სიროფს, 10

წუთის შემდეგ გაწურეთ, მოათავსეთ ქვაბში და შეაზავეთ წვენი, ამრიგად შემზადებული ნაყინის შემადგენლობა ჩაასხით ნაყინის ფორმაში, დაახურეთ სახურავი და შედგით მაცივარში ან ატრიალეთ მარილიან ყინულში განუწყვეტლივ; როდესაც საკმარისად გაიყინება, კარგად დაზილეთ, გაისტუმრეთ პატარა ვაზით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: მარწყვი 50 გ, შაქარი 40 გ, წყალი სიროფისათვის 100 გ.

ჟოლოს ნაყინი

შაქრის ფხვნილი ჩაუშვით ქვაბში, დაასხით თბილი წყალი და 10 წუთი ადუღეთ, შემდეგ გადმოდგით, გააგრილეთ ცივ წყალში; მწიფე ჟოლო გაატარეთ წმინდა საცერში, მოათავსეთ ქვაბში, ჩაუმატეთ შაქრის ფხვნილი, მოურიეთ ხის სარევიტ და დადგით ყინულზე; როდესაც შაქარი გადნება, მთლიანად ჩაასხით გაწურულ და გაგრილებულ ნაყინის სიროფში და კარგად მოურიეთ. ამრიგად შეზავებული ნაყინის შემადგენლობა ჩაასხით სპეციალურ ნაყინის ფორმაში, სახურავი მჭიდროდ დაახურეთ და ატრიალეთ მარილიან ყინულში; როდესაც შესქელდება, კარგად დაზილეთ. გაისტუმრეთ პატარა ვაზით ან ფინჯნით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ჟოლო 50 გ, შაქარი 30 გ, წყალი სიროფისათვის 125 გ.

ნესვის ნაყინი

მწიფე ნესვი გათაღეთ, ამოჭერით შიგნითა რბილი გული, დაჰყლიტეთ ხელით, შემდეგ გაატარეთ წმინდა საცერში და მოათავსეთ ღრმა კუთრკელში, მასში შეურიეთ შაქრის ფხვნილი და დადგით ყინულზე. ამავე ღროს ნესვის ნათალი დაჭერით, გარეცხეთ და მოათავსეთ ქვაბში, დაასხით წყალი, ჩაუმატეთ შაქარი და დადგით მოსახარშად. 10 წუთის დუღილის შემდეგ გადმოდგით და გააგრილეთ ცივ წყალში, რის შემდეგ გაწურეთ. გაწურული ნაყინის სიროფი მოათავსეთ ქვაბში, ჩაუმატეთ გატარებული ნესვი და კარგად მოურიეთ. ამრიგად შეზავებული ნაყინის შემადგენლობა ჩაასხით ნაყინის სპეციალურ ფორმაში, მჭიდროდ დაახურეთ სახურავი და შედგით მაცივარში ან ატრიალეთ მარილიან ყინულში; როდესაც შესქელდება, ჩაუმატეთ ლიმონის წვენი, ლიქიორი ბენედიქტინი და კარგად დაზილეთ.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ნესვი 75 გ, შაქარი 35 გ, წყალი სიროფისათვის 125 გ, ლიქიორი 10 გ, ლიმონი 5 გ.

ხანდრო ან მარწყვი შაქრით, რძით ან რძის ნაღვით

მინდვრის მარწყვი ან ხენდრო გაარჩიეთ. გარეცხეთ ცივ წყალში და დააწყეთ ვაზაზე ან ლამბაქზე. მოაყარეთ დაფქული შაქარი და ცალკე მიეცით რძე ან რძის ნაღები.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: მარწყვი 212 გ, დაფქული შაქარი 20 გ, რძე ან რძის ნაღები 50 გ.

ჟოლო შაქრითა და რძის ნაღვით

ჟოლო გაარჩიეთ, აარჩიეთ მთელ-მთელი, შემდეგ ვაზაში ჩააწყეთ. გასტუმრების დროს ცალკე მიეცით დაფქული შაქარი და ახალი რძის ნაღები.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ჟოლო 150 გ, შაქარი 25 გ, რძის ნაღები 50 გ.

ნესვი შაქრით

ნესვი დაჭერით სიგრძეზე, გაასუფთავეთ კანისა და თესლისაგან, შემდეგ დაჭერით თხლად ისე, რომ თითო ნაჭერი ერთი სანტიმეტრის სისქის გამოვიდეს, მოაყარეთ შაქარი და დააწყეთ ბრტყელ ვაზაზე.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ნესვი 150 გ, შაქარი 20 გ.

მანდარინი ან ფორთოხალი შაქრით

მანდარინი ან ფორთოხალი გაფცქვენით, შემდეგ დაჭერით თხლად (მანდარინი დაყავით ნაწილებად), ჩააწყეთ ვაზაში და მოაყარეთ შაქრის ფხვნილი, მოასხით ლიქიორი ან შემეგარებული ღვინო.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: მანდარინი ან ფორთოხალი 100 გ, შაქარი 25 გ, ლიქიორი ან ღვინო 10 გ.

საზამთრო შაქრით

საზამთრო გაჭერით შუაზე, ამოაჭერით გული და გაასუფთავეთ თესლისაგან. შემდეგ საზამთროს თითოეული ნახევარი დაჭერით ოთხად ან ექვსად, თითოეული ნაჭერი 2 სანტიმეტრის სისქის უნდა იყოს, ჩაალაგეთ ვაზაში ან შუშის ლამბაქში და მოაყარეთ შაქრის ფხვნილი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: საზამთრო 150 გ, შაქარი 20 გ.

ვაშლი წითელი ღვინით

ვაშლი გარეცხეთ, გათაღეთ, ამოაჭერით გული და მოხარშეთ. მერე ამოავსეთ ერთმანეთში არეული გარჩეული ქიშმიშით, დაკე-

სილი მოხალული ნუშით და შაქრით, თითოეულ ვაშლს დაასხით 10 გრამი წყალი და გამოსაცხობად შედგით ჰაერლუმელში; როდესაც შეწითლდება, დარბილდება და მზად იქნება, გადმოდგით და გაეცით. ზევიდან გადაავლეთ წითელი ღვინის სქელი სიროფი.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ვაშლი 100-150 გ, შაქარი 30 გ, ქიშმიში 10 გ, ნუში 15 გ, სიროფი 50 გ.

მსხალი თეთრი ღვინის სიროფით

ერთი ცალი მსხალი გათალეთ ისე, რომ ყუნწი არ მოეჭრას. ამოაქერით გული და მოხარშეთ დარიჩინით შეზავებულ თეთრი ღვინის სიროფში; როდესაც დარბილდება, გადმოდგით და გააცივეთ, გადაავლეთ სიროფი და გაუშვით ვაზით.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ღვინო 100 გ, შაქარი 30 გ, დარიჩინი 1 გ.

მსხალი ტაბილი ბრინჯით

მსხალი მოხარშეთ სიროფში, ულუფაზე ერთი ცალი. ამავე დროს რძეში და ვანილში მოხარშეთ ბრინჯის ტკბილი სქელი ფაფა, მოათავსეთ ვაზაში და ზევიდან ბრინჯზე დადეთ მსხალი, გადაავლეთ ვაშლის ან მსხლის ტკბილი პიურე. გაუშვით თბილ მდგომარეობაში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ბრინჯი 20 გ, რძე 50 გ, შაქარი 30 გ, ვანილი 0,02 გ, ვაშლის ან მსხლის პიურე 50 გ.

ნაჭრები ახალი ხილის კომპოტით

ნაჭრები ახალი ხილის ან რომელიმე ხილის დამოუკიდებელი კომპოტის მოსამზადებლად უმჯობესია მსხალი, ვაშლი, კომში, ატამი, ქლიავი, გარგარი, ჰერამი, ბალი და ალუბალი. მსხალი, ვაშლი და კომში დაჭერით სიმალეზე ექვს ან რვა ნაჭრად, გათალეთ, შემდეგ ამოაქერით გულები თესლიანად. ატამს, ჰერამს, გარგარს და ქლიავს ამოუღეთ კერკა და მოხარშეთ შაქრის სიროფში, რომელშიც გარეული უნდა იქნას ლიმონის სიმჟავე, რომ ნაყოფი არ გაშავდეს. ამგვარად შემზადებული ხილი მოხარშეთ ცალ-ცალკე ჭურჭელში ერთნაირი სიტკბოს სიროფში (ვაშლის ზოგიერთი ჯიშში — ანტონოვი, აგრეთვე მოწყეული მსხალი არ უნდა მოხარშოთ, არამედ ჩაუშვით მდუღარე სიროფში, რაშიც გაცივებამდე დატოვებთ). საერთოდ თითოეული ხილი ასე უნდა მოხარშოთ, რომ არ ჩაიშალოს და მთელმთელი იყოს. ამრიგად მოხარშული კომპოტი თავისივე სიროფდასხმული გაისტუმრეთ ვაზით გაცივებულ მდგომარეობაში.

სურსათის ნორმა ერთ კილოგრამზე: ვაშლი 500 გ, მსხალი 480 გ, კომში 490 გ, ატამი 390 გ, ბალი 370 გ, აღუბალი 370 გ, შაქარი 200 გ, ღვინო 50 გ, ლიმონის სიმჟავე 1 გ.

დაკონსერვებული ხილის კომპოზიტი

დაჭრილი ან მთელ-მთელი დაკონსერვებული ატამი, მსხალი, ვაშლი, გარგარი, კერამი, ქლიავი ან ბალი ჩააწყეთ ვაზაში ან ჭიქაში და დაასხით თავისივე სიროფი. გაისტუმრეთ ცივ მდგომარეობაში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: ვაშლი 25 გ, მსხალი 30 გ, ატამი 20 გ, გარგარი 20 გ, კერამი 20 გ, ქლიავი 30 გ, ბალი 15 გ, სიროფი 80 გ, შაქარი 5 გ; მთელი ულუფა უნდა გამოვიდეს 200 გ.

ჩირის კომპოზიტი

ხმელი ხილი გაარჩიეთ, გაასუფთავეთ, ორჯერ გარეცხეთ თბილ წყალში, შემდეგ დაასხით ცხელი წყალი, ჩაუმატეთ შაქარი, წამოდულების შემდეგ გადმოდგით და გააცივეთ. გაუშვით ცივ მდგომარეობაში საულუფე ვაზით ან ჩაის ჭიქით.

სურსათის ნორმა 1 კგ კომპოზტზე: ჩირი 200 გ, შაქარი 120 გ, ლიმონის სიმჟავე 1 გ.

წითელი ხილის კისნალი

აღუბლის, შინდის, ლონღოშოს, შავქლიავას, მოცვის, შტოშის ან სხვა ხილის კისელი ერთნაირი წესით მზადდება; ხილი გაარჩიეთ, გაასუფთავეთ და დაჭყლიტეთ ხის სანაყით, მერე ჩაუშვით უეჩნგავ ჭეაბში. მიღებულ პიურეს დაასხით გაცივებული ადუღებული წყალი (ერთი ლიტრი ერთ კილოგრამზე) და ჩენჩო და წვენი ერთმანეთს დაამორეთ. ჩენჩოს დაასხით მდულარე წყალი და 5 წუთს ადუღეთ, შემდეგ ნახარში გაწურეთ, ჩაუშვით მასში შაქარი და წამოდუღეთ. მერე მიუმატეთ ადუღებულ და გაცივებულ წყალში გახსნილი კარტოფილის ფქვილი; როდესაც ფქვილი შედუღდება, კისელში ჩაასხით კენკრის წვენი, მოურიეთ და გააცივეთ. ჩაასხით ულუფის შესაფერის ჭურჭელში. საერთოდ კისელი თავისი შემადგენლობით გამჭვირვალე და უძარღვო უნდა იყოს. გასტუმრების დროს კისელი გაეცით ცივ მდგომარეობაში. ცალკე შეიძლება მისცეთ ცივი რძე ან რძის ნაღები.

სურსათის ნორმა 1 კგ კისელზე: აღუბალი 210 გ, შინდი 204 გ,

ლოდნოშო 204 გ, შავქლიაჲა 204 გ, მოცვი 204 გ, შტოში 163 გ, ხენდრო 188 გ, მარწყვი 170 გ, მაყვალი 235 გ, შაქარი 160 გ, კარტოფილის ფქვილი 50 გ, ლიმონის სიმჟაჲე 2 გ.

რძის კიხალი

მდულარე რძეში გახსენით შაქარი, 5 წუთის შემდეგ გაწურეთ და დადგით ფილაქურის ნაპირზე, მასში ჩაუშვით ადუღებული ცივი რძით გახსნილი კარტოფილის ფქვილი და 8-10 წუთს ადუღეთ, თან ურიეთ. არომატის მისაცემად მზა კისელს მიუმატეთ ვანილი. გაისტუმრეთ ჩაის ჭიქებით შეგრილებულ მდგომარეობაში.

სურსათის ნორმა ერთ ულუფაზე: რძე 160 გ, შაქარი 20 გ, ვანილი 0,03 გ, კარტოფილის ფქვილი 15 გ.

ს ა ს მ ე ლ ე ბ ი

ღვინის ცივი სასმელები

კ რ უ შ ო ნ ი

შესაფერის ჭურჭელში ჩაუშვით 150 გ თეთრი ღვინო, 15 გ შაქრის ფხვნილი, 20 გ კონაჲი, შემდეგ ჩაუმატეთ 20 გ გარჩეული, გათლილი და დაჭრილი ატამი ან მსხალი, ან ფორთოხალი, მანდარინი, ვაშლი, მარწყვი ან ხენდრო. კრუშონს შეზავების შემდეგ კარგად მოურიეთ, რომ შაქარი გადნეს. მიტანის დროს კრუშონი ჩაასხით სპეციალურ ჭურჭელში ან ბაკლებში. ცალკე მიიტანეთ დაჭრილი სუფთა ყინული. კრუშონში შეიძლება ლიმონიც ჩაასხათ და ვანილით შეაზავოთ.

შენიშვნა: კრუშონი შეიძლება დამზადდეს დაკონსერვებული ხილიდანაც.

კ ო კ ტ ე ი ლ ი

კოქტეილის მოსამზადებლად სპეციალურ ჭურჭელში მაგარი სასმელები ერთმანეთში აურიეთ. ამის შემდეგ სასმელი გადმოიღეთ ბაკლებში და დაუმატეთ დაკონსერვებულ ხილს. მზა კოქტეილის შენახვა არ შეიძლება. კოქტეილს სვაშენ ნამჭის ღეროთი. კოქტეილთან მიიტანება ბუტერბროდები. შოკოლადი, ნამცხვარი.

კოქტეილი ლიმონის — ლიმონის ნაყენი 40 გ, ლიმონის ლიქიორი 10 გ, ლიმონის წვენი 5 გ, დაკონსერვებული ხილი 5 გ, სუფთა ყინული 15 გ; გამოსავლიანობა 75 გ.

კოქტეილი „ბენედიქტინი“ — ლიქიორი ბენედიქტინი 35 გ,

ლიქიორი სამხრეთის 15 გ, კონიაკი 5 გ, ბალი ან ალუბალი 5 გ, ყინული 15 გ; გამოსავლიანობა 75 გ.

კოქტეილი „სალამი“ — ლიქიორი შარტრეზი 40 გ, კონიაკი 40 გ, ლიმონის წვენი 5 გ, დაკონსერვებული ხილი 5 გ, ყინული 10 გ; გამოსავლიანობა 100 გ.

კოქტეილი „ტარანი“ — ლიქიორები: შარტრეზის 5 გ და პიტნის 5 გ, წიწაკის ნაყენი 5 გ, კონიაკი 25 გ, ლიმონის წვენი 5 გ, დაკონსერვებული ხილი 5 გ, ყინული 15 გ; გამოსავლიანობა 75 გ.

კოქტეილი „სადესერტო“ — ალუბლის ნაყენი 30 გ, ქლიავის ნაყენი 25 გ, დაკონსერვებული ხილი 5 გ, ყინული 15 გ; გამოსავლიანობა 75 გ.

კოქტეილი „სამხრეთის“ — შავი ყავა 130 გ, კონიაკი 20 გ, არომატული ნაყენი 30 გ, შაქარი 15 გ, ლიმონის წვენი 10 გ, ყინული 25 გ; გამოსავლიანობა 230 გ.

კოქტეილი ვარდის — ლიქიორები: ვარდის 30 გ, ალუბლის 8 გ, სამხრეთის 8 გ, ბალი ან ალუბალი 5 გ, ყინული 15 გ; გამოსავლიანობა 75 გ.

კოქტეილი ციტრუსის — ლიქიორები: ლიმონის 15 გ, მანდარინის 20 გ, საიუბილეო 5 გ, ლიმონის ნაყენი 10 გ, ლიმონის წვენი 5 გ, დაკონსერვებული ხილი 5 გ, ყინული 15 გ; გამოსავლიანობა 75 გ.

კოქტეილი შოკოლადის — შოკოლადის ლიქიორი 50 გ, ნაღები (20 პროცენტი) 30 გ, ყინული 45 გ; გამოსავლიანობა 125 გ.

კოქტეილი „საბანკეტო“ — შამპანური 25 გ, თეთრი ღვინო 25 გ, ლიქიორი ბენედიქტინი 5 გ, კონიაკი 10 გ, დაკონსერვებული ხილი 5 გ, ყინული 10 გ; გამოსავლიანობა 75 გ.

პ უ ნ შ ი

მოზრდილ კიჭაში ჩაუშვით 150 გ კრემსოდა, შემდეგ 20 გ კონიაკი, 5 გ ლიმონის წვენი და ბოლოს 15 გრამი დამტვრეული სუფთა ყინული, კარგად მოურიეთ; როდესაც აქაფდება, შეგიძლიათ გამოიყენოთ.

ცხელი სასმელები

ჩაი, ყავა, კაკაო, შოკოლადი (გამოსავალი 200 გ, გარდა აღმოსავლური ყავისა).

1. ჩაი უნდა დააყენოთ ფაიფურის ან ქაშანურის ჩაიდანში. ჩაის დაყენებამდე, ჩაიდანს გამოავლეთ ცხელი წყალი. შემდეგ მასში ნორმის მიხედვით ჩაყარეთ ჩაი და დაასხით მღუღარე წყალი (და-

ახლოებით ჩაიღნის 1/3). 5-10 წუთს დადგით გამოსაცემად, რაზე შემდეგაც დაუმატეთ კიდევ მდულარე წყალი. აკრძალულია დაყენებული ჩაის დუღება ან ჩაიღნის დიდხანს გაჩერება ფილაქტურზე. ჩაისთან ცალკე მიიტანეთ შაქარი, მურაბა, ლიმონი, რძე ან რძის ნალები. შაქარი უმჯობესია იყოს ნატეხი.



სურ. 39. ყავის სერვიზი

2. ყავა მოხარშეთ ყავადნებში, საყავეში ან სპეციალურად გამოყოფილ ქვაბებში. მოსახარშად ყავა ჩაუშვით ზემოაღნიშნულ რომელიმე ქურქელში, დაასხით მდულარე წყალი, წამოადუღეთ, მერე გადმოდგით და 5-8 წუთს გააჩერეთ დასაწმენდად, შემდეგ გადაწურეთ სპეციალური საწურავით.

ყავა მოხარშეთ ცოტა რაოდენობით, მომხმარებლის მოთხოვნის მიხედვით. არ შეიძლება ყავის დიდხანს ხარშვა ან მისი მრავალჯერ გაცხელება. ყავა უნდა მიიტანოთ საყავით, ქიქით ან ფინჯნით. შავი ყავა უფრო კონცენტრირებული უნდა მოხარშოთ, ვიდრე ჩვეულებრივი. შავ ყავასთან ცალკე მიიტანეთ შაქარი, ლიმონი როზეტით, რძე ან ნალები სარძევით (სურ. 39). შავი ყავა შეიძლება მიტანილი იქნას გაცივებულიც — ნაყინით.

ჩაისა და ყავის მასობრივად მომზადების შემთხვევაში შაქარი და რძე შეიძლება დაამატოთ მათი მომზადების დროს.

3. კაკაო ქვაბში მოამზადეთ. იგი რძით მოხარშეთ, ან რძით წყლის დამატებით. კაკაო მიიტანეთ აგრეთვე დატყულ შაქარში ათქვეფილი ნალებით. შეიძლება მიიტანოთ გაცივებულიც — ათქვეფილი ნალებით ან ნაყინით.

4. შოკოლადი მოამზადეთ ისევე, როგორც კაკაო. თუ ფილა შოკოლადისგან ამზადებთ, დაფხვენით.

სურსათის ნორმა:

ჩაი შაქრით — ჩაი 0,75 გ, შაქარი 15-25 გ.

ჩაი მურაბით, ჭემით — ჩაი 0,75 გ, მურაბა, ჭემი 40 გ.

ჩაი ლიმონით — ჩაი 0,75 გ, შაქარი 15-25 გ, ლიმონი 1/8.

ჩაი რძით — ჩაი 0,75 გ, შაქარი 15-25 გ, რძე ან ნალები 75 გ.

შავი ყავა — ნატურალური ყავა 8 გ, ციკორი 2 გ, შაქარი 30 გ.

შავი ყავა კონიაკით ან ლიქიორით — ყავა და შაქარი * იგივე, ლიმონი 1/8, კონიაკი ან ლიქიორი (რომელიც ცალკე მიიტანება) 25 გ.

ყავა რძით ან ნაღებით — ყავა და შაქარი იგივე, რძე ან ნაღები 75 გ.

ყავა რძეზე (ვარშავულად) — ყავა და შაქარი იგივე, რძე 125 გ (გაწურვის შემდეგ ყავას დაუმატეთ შაქარი, რძე და კვლავ ადუღეთ, გასტუმრებისას ჭიქაში ჩადეთ რძის ცხელი ნაღები).

ყავა ათქვეფილი ნაღებით — ყავა 8 გ, ციკორი 2 გ, შაქარი 20 გ, ნაღები 40 გ. დაფქული შაქარი 10 გ. ათქვეფილი და შაქართან შერეული ნაღები ცალკე მიიტანეთ.

ყავა აღმოსავლურად — ყავა 10 გ, შაქარი 15 გ, გამოსავლიანობა 100 გ (წმინდად დაფქულ შაქარიან ყავას დაასხით ცივი წყალი და აადუღეთ სპეციალურ საყავეებში. დასხმის წინ არ გაწუროთ. ყავასთან ცალკე მიიტანეთ გაცივებული ნაღული წყალი).

ყავა ნაყინით — ყავის ნორმა იგივე, შაქარი 25 გ, ნაყინი 50 გ (გასტუმრებისას ჭიქაში ჩადეთ ნაღების ნაყინის ერთი გუნდა, დაასხით გაცივებული ყავა და მიიტანეთ).

კაკაო — ფხვნილი კაკაო 8 გ, შაქარი 30 გ, რძე 180 გ.

კაკაო კვერცხის გულით — კაკაოს და შაქრის ნორმა იგივე, რძე 170 გ და კვერცხის ნახევარი გული (კვერცხის გული გათქვიფეთ შაქარში. გახსენით კაკაოს მცირე რაოდენობაში და ოდნავ ათქვიფეთ).

კაკაო შედგენილი რძით და შაქრით — 50 გ.

კაკაო ნაყინით — კაკაო 8 გ, შაქარი 25 გ, რძე 130 გ, ნაღების ნაყინი 50 გ (ჭიქაში ჩადეთ ნაყინის გუნდა და დაასხით ცივი კაკაო).

შოკოლადი — შოკოლადი 12 გ, შაქარი 30 გ, რძე 180 გ.

გაცივებული შოკოლადი რძის გათქვეფილი ნაღებით — მოხარშული შოკოლადი გააცრევთ და ჭიქებში ჩაასხით, დაუმატეთ წვრილად დატეხილი სუფთა ყინული და ზევიდან დააღეთ ათქვეფილი და დაფქულ შაქარში შერეული ნაღები. ამავე წესით მოამზადეთ კაკაოც.

ადუღებული რძე — რძე 210 გ, გამოსავლიანობა 200 გ.

რძის გამაგრილებელი სასმელი ხილის წვენი — რძე 140 გ, ნალების ნაყინი 50 გ, შაქარი 8 გ, ყურძნის, ალუბლის, მანდარინის, ქლიავის და სხვ. წვენი — 8 გ.

რძის გამაგრილებელი სასმელი ყავით — რძე 110 გ, ნალების ნაყინი 50 გ, შაქარი 20 გ, ნატურალური ყავა 4 გ, წყალი (ყავის ექსტრაქტის მოსაშადებლად) 25 გ. გამოსავლიანობა 200 გ.

ნაღები ლიქიორით — ნაღები 100 გ, ყავის ლიქიორი 50 გ. გამოსავლიანობა 150 გ (პასტერიზებული ნაღები ჩაასხით ბაქალში, დაასხით ლიქიორი და მოურიეთ).



ლ ე ქ ს ი კ ო ნ ი

აბახანა—Вапша
 ამოგორება —Пашировать
 ამოსაღები (სპეციალური ხელაწყო) —Быемка
 არაჟანი—Сметана
 ატრია—Лапша
 ბაკანი—Раковина
 ბალბა—Мальва
 ბარდა—Горох
 ბარკალი—Окорок
 ბეკასი (ჩიბუხა)—Бекас
 ბლინი—Блины
 ბლინურა—Блинчик
 ბროწეული—Гранат
 ბურღული—Крупа
 ბულვა (ბულში მოყვანა)—Тушить
 გატრუსვა, გარუჯვა—Опаливать
 გაფუებული ცომი—Опарное тесто
 გაფუფქვა—Ошпарить
 გაფხეკა—Скоблить
 გაფხვიერება—Разрыхлять
 გაჩახხვა—Распlostать
 გირცი—Вареники
 გნოლი—Серая куропатка
 გოგრა—Тыква
 გოგრუტა—Кабачки
 გორაკი—Горка
 გოჯი—Семга
 გრენკი (შემწვარი პური)—Гренки
 გუფთა (ატრია)—Кнелъ, клецка
 დაბეგვილი—Отбивной
 დაბრაწვა—Запсать
 დაკემსვა, წვრილად დაკრა—Шинковать
 დაკეპილი—Рубленый
 დაღობობა—Вымачивать
 დამუჟუტებული—В маринаде, под маринадом
 დანდური—Портулак
 დარიჩინი—Корица
 დაფხვნა, დანაწილება—Дробление

დაქუცმაცება—Кромсать
 დაწნება—Прессовать
 დო—Пахта
 დოლბანდი—Марля
 დოში—Тешка
 დუმა (ცხვრის)—Курдюк
 ეკალა—Сассапариль
 ელენთა (ტყირაპი)—Селезенка
 ერბოკვერცხი—Яичница
 ექსტრაქტი—Экстракт
 ვახა—Ваза
 ვატრუშკა (რუსული ხაჭაპური)—Ватрушка
 ვირთევა—Треска
 ხაფრანა (სანელებელი)—Шафран
 ხედადგარი (კომფორი)—Комфорка
 ხეთისხილი—Маслина
 ხუთხი—Севрюга
 ხურგიელი—Балык
 თავდიდა (ღლაბუტა)—Налим
 თავნაფქვი ბურღული—Манная крупа
 თალგამი—Репка
 თალგამურა—Брюква
 თართი—Осетрина
 თევზთეთრა—Белорыбница
 თირკმელები—Почки
 თუთუბო (სანელებელი)—Сумах
 ილი—Кардамон
 ისპანახი—Шпинат
 კაკაბი—Куропатка
 კალმახი—Форель
 კამა—Укроп
 კანჭი—Голень
 კაპარი—Каперсы (Капорцы)
 კაპარკინა—Лещ
 კარჩხანა—Карась
 კენკრა—Ягода
 კეფალი—Кефаль
 კვლიავი (ხირა)—Тмин
 კიბორჩხალი—Краб
 კობრი—Сазан
 კომბოსტო—Капуста
 კომბოსტო თავხვეული—Кочанная капуста
 ლანგარი—Блюдо
 ლობიო—Фасоль
 ლორი (შაშხი)—Ветчина
 ლოქო—Сом
 ლლობა (დნობა)—Оттаивать

მანგანი—Жаровня
 მარილწყალი (წყობი)—Рассол
 მარწყვი—Земляника
 მდოგვი—Горчица
 მიხაკი—Гвоздика
 მეგრადი (საქონლის)—Корейка, Грудница
 მომინანქრებული კურკელი—Эмалированная посуда
 მოშუშვა—Пассеровать
 ზოცვი—Черешка
 მოცხარი—Сморочина
 შოხარშული ცომი—Заварное тесто
 მოხრაკული—Жаркое
 მჟაუნა—Щавель
 მუხუდო—Горох
 მყესი—Сухожилле
 მწვადი—Шашлык
 მწყერი—Перепелка
 ნავაგა—Навага (рыба)
 ნამცხვარი—Печенье
 ნატეხი—Ломтик
 ნაფოტა—Вобла
 ნახარში—Отвар
 ნიახური—Сельдерей
 თრავული—Лососина
 თრცხოზილა—Сухарь
 თსპა—Чечевича
 თხრაზუში—Петрушка
 პილპილი—Перец
 პირშუშხა—Хрен
 პიტნა—Мята
 პიურე—Пюре
 პელმენი—Пельмени
 პრასა—Лук-порей
 პურტი—Пшеница
 პუტვა, გაპუტვა—Общипывание
 ჟოლო—Малина
 რასოლნიკი—Рассольник
 რბილეული—Мякоть
 რეჰანი—Базиллик
 რიკული (ხარხა)—Решетка
 როკო—Тетерев
 სადაგი თევზი—Частиковая рыба
 სადაფი—Перламутр
 სალათა—Салат
 საკვები ნივთიერება—Питательное вещество
 სანელეხელი (საკახშავი)—Специй, приправа
 სანაყი (როდინი)—Ступка

სატატური—Спаржа
 საფუარი (ხაში)—Дрожжи, закваска
 საყავე—Кофейник
 საცერი—Сито
 საწებელი—Соус, подливка
 სინი—Поднос
 სიროფი (ვაფინი)—Сироп
 სკუმბრია—Скумбрия
 სუკი (ამონაჭერი)—Филе (вырезка)
 სუპი—Суп
 ტარაუნა—Эстрагон
 ტაფა—Сковорода, противень
 ტკბილღებელა—Пирожное
 ტყის ქათამი—Рябчик, вальдшнеп
 უგრებელი (ოსპი)—Чечевича
 ულუფა—Порция
 უჩენხო ქერის ბურღული—Перловая крупа
 ფიფურის ჭურჭელი—Фарфоровая посуда
 ფარგა—Судак
 ფარფლები—Плавники
 ფაფა—Каша
 ფეტვი, ფეტვის ბურღული—Пшено, пшенная крупа
 ფენოვანი ცომი—Слоеное тесто
 ფილაჭურა—Плита (кухонная)
 ფილთაქვა—Ступка
 ფინჯანი—Чашка
 ფუნთუშა—Булка
 ფუნჩულა—Пончик
 ფერნაკი (ჭაერღებელი)—Духовка
 ფხვიერი ცომი—Рассыпчатое тесто
 ქამა სოკო—Шампиньон
 ქამბალა—Камбала
 ქარიცლაპია—Щука
 ქარსალი—Килька
 ქატო—Отруби
 ქაფქირი—Шумовка.
 ქაშანურის ჭურჭელი—Фаянсовая посуда
 ქაშყა—Сельдь
 ქერის ბურღული—Ячневая крупа
 ქვაბი (სქელძირიანი ჭანიერი დაბალი ქვაბი)—Сотейник
 ქილა—Банка
 კონდარი—Чайер
 კორკილა—Окунь
 ქემელი—Толокно
 ლანძილი—Черемша
 ლერლილი—Кукурузная крупа
 ლეგებელა—Пирожок

ღვეზელი—Пирог
 ღვიძლი—Печень,
 ღვის ამოღება—Вырезать глазок
 ყვავილოვანი კომბოსტო (კოლრაბი)—Цветная капуста
 ყვითელი კოკა—Имбирь желтый
 შავკლიავი—Чернослив
 შაქრის ფხვნილი—Сахарный песок
 შაშვი—Дрозд
 შენელება; შეკაზმვა—Заправить
 შენელებული, შეხავებული ცომი—Сдобное тесто
 შესაწვავი კარადა—Жарочный шкаф
 შვრიის ბურღული—Овсяная крупа
 შმორი—Затлый (запах)
 შტოში—Клюква
 ჩაიდანი—Чайник
 ჩალა—Солома
 ჩამონაკერი—Отрезки
 ჩამჩა—Чумичка, разливательная ложка
 ჩაროზი (დესერტი)—Десерт
 ჩასართავი—Фарш
 ჩაშვების ნორმა—Нормы закладки
 ჩენჩო—Мезга, лузга, шелуха
 ჩირი (ხმელი ხილი)—Сушеные фрукты
 ჩიქვი (თევზი)—Ерш
 ჩურჩა—Сушенный кишит
 ცერცველა მწვანე—Зеленый горошек
 ცერცვეული—Бобы
 ცეცხლფარეში—Кочегар
 ცვრიანი—Сочный
 ცილა—Белок
 ცური—Вымя
 ცქვრინი—Стерлядь
 ცხავი—Грохот, решето
 ძელაკები—Брусочки
 ძეხვი—Колбаса
 ძირა—Тмин
 ძირთეთრა კაშა—Пастернак
 ძირძურები—Коренья
 ძროხის ხორცი—Говядина
 წამოდუღება (ცოტა რაოდენობის წყალში)—Припустить
 წანდილი (კოლიო)—Кутья
 წებოგვარა—Клейковина
 წელა—Вязга
 წვერა (მურწა)—Усач
 წილი (წილაკი)—Доля, долька
 წიწაკა—Перец (стручковый)

წიწიბურა—Гречиха
წიწმატი—Крес-салат
პარხალი—Свекла, бурак
პერამი—Курага
პვაეი, პვაეის—Рожь, ржаной
პინკარი—Крапива
ხაჰომცხვარი—Сырник
ხახვი თავიანი—Репчатый лук
ხეზი (ჯანაფი)—Шпагат
ხენდრო—Клубника
ხვაში (თევზის თესლი)—Молок
ხვეულა (რულეტი)—Рулет
ხიზილალა—Икра
ხორბალი—Пшеница
ხრტილი—Хрящ
ჯაეზი—Мускатный орех
ჯიგრის ძეხვი—Ливерная колбаса
ჯიში—Порода

ს ა რ ა მ ე ნ ი

გამომცემლობისაგან

3

ნედლეულის პირველადი დამუშავება და ნახევარფაბრიკატების მომზადება

ბოსტნეული და სოკო

დახარისხება, გარეცხვა და გასუფთავება	5
გასუფთავებული ბოსტნეულისა და კარტოფილის შოლა-შენახვა	9
ბოსტნეულისა და კარტოფილის ნახევარფაბრიკატები	13
გურღლვაში, ცერცვისა და შაპარონის ნაწარმი	
ბურღულის, ცერცვისა და შაპარონის ნაწარმი .	17

თევზაული

თევზის ჭგუფებად დაყოფა, ღირებულების მიხედვით დახარისხება და მათი ნახევარფაბრიკატები	19
გაყინული თევზის გაღობვა	20
დამარილებული თევზის დამუშავება	20
დამარილებული ქაშაყის დამუშავება	21
თევზების დაყოფა და მათი დამუშავების წესი .	22
სუფთაგარსიანი თევზის დაყოფა-დანაწილება	23
კიბო და კიბორჩხალა .	23

თევზის ნახევარფაბრიკატები

საკატლეტე მისის მომზადება	23
თევზის გუფთის (კნელის) მისის მომზადება	24
ხრტილოვანი თევზის ხეაშის („მოლოკი“) ფარშაკი .	24
ხრტილოვანი თევზის მომზადება ორცხობილაში შესაწავად .	25
ქერცლოვანი თევზის მომზადება ორცხობილაში შესაწავად	25
კალმახის, ნავაგისა და ფიჩხულის მომზადება ორცხობილაში შესაწავად	26
ხრტილოვანი თევზის მომზადება მოსახარშად .	26
ქერცლოვანი თევზის მომზადება მოსახარშად	26
ლოქოსა და ჭანარის მომზადება მოსახარშად	26
ხრტილოვანი თევზის მომზადება მოსახარშად .	26
ქერცლოვანი თევზის მომზადება ორტელში მოსახარშად	27
თევზის ნახევარფაბრიკატების შენახვა	27
თევზის ნარჩენებისა და ანაკრების გამოყენება კერძებში და გარნირებად	28

წერილდება და მსხვილდება საქონლის ხორცი

ხორცის გაღობა, ჩამორეცხვა და გაშრობა	30
საქონლის ნაკლავის დაყოფა, კულინარული დანაწილება და დამუშავება	81
ძროხის ნაკლავის დაყოფა წინა და უკანა ნაწილებად	32
მსხვილდება საქონლის ხორცის ნაწილების შესაფერისი დანიშნულებით გამოყენება	33
მსხვილდება საქონლის ხორცის ნახევარფაბრიკატები	35
ჰაერლუმელში მოყვანილი ხორცი	37
ძროხის ხორცის დაბეგვილი ზეუღა	37
საკატლეთე მასის მომზადება და მისი ნახევარფაბრიკატები	38
ზეუღა და დაკეპილი შნიცელი	38
მსხვილდება საქონლის გულის მომზადება გულიაშისათვის	39
ჩასართავისათვის მსხვილდება საქონლის ფილტვების მომზადება	39
მსხვილდება საქონლის ძვლების გამოყენება	39
წვრილდება საქონლის ნაკლავის კულინარული დაყოფა და დამუშავება	39
ლორის ნაკლავის დაყოფა და დამუშავება	40
წვრილდება საქონლის დანაწილებული ხორცის სხვადასხვა დანიშნულებით გამოყენება	42

წვრილდება საქონლის ხორცის ნახევარფაბრიკატები

დაბეგვილი ხბოს ხორცის შნიცელი	43
დაბეგვილი ღორის ხორცის შნიცელი	43
დაბეგვილი ცხვრის ხორცის შნიცელი	43
ღორის, ცხვრის ან ხბოს დაბეგვილი ხორცის კატლეთი	43
ღორის ან ცხვრის ხორცის დაკეპილი მასა	44
ხბოს ხორცის დაკეპილი მასა	44
ნატურალური დაბეგვილი კატლეთი	44
ორცხობილაში ამოვლებული მკერდი	45
ხბოს თავფეხის ნახევარფაბრიკატები	45
ბატენის, ცხვრის ან ღორის ხორცის მწვადი	45
ბატენის სათბილოს მომზადება შამფურზე შესაწვავად	45
რაგუს ხორცის ნახევარფაბრიკატად მომზადება	45
ბულდამა და ყაურმა	45
კუპატი	46
ღორის ხორცის წვრილი კუპატი	46
იმერული კუპატი	46
წვრილდება საქონლის ძვლები	47

შინაური და გარეული ფრინველის დამუშავება და მომზადება

გაღობა, გაპუტვა და გატრუსვა	48
გამოწეღა და გამორეცხვა	49
ნახევარფაბრიკატები და მათი შენახვა	49

შინაური და გარეული ფრინველების ნახევარფაბრიკატები	
ქათმის დაბეგვილი ხორცის კატლეტის მომზადება	51
ქათმის დაბეგვილი ხორცის მნიცელი	51
ქათმის ან ინდაურის ხორცის დაკეპილი მასის მომზადება	52
წიწილა თეთრი პურის ორცხობილაში	52
წიწილა ტაბაკად	52
წიწილა შამფურზე	52
გუფთის (კნელის) მასა	52
ნახევარფაბრიკატების შენახვა	53
შინაური ფრინველის სუბპროდუქტების გამოყენება	53

თბური დამუშავება, კერძების მომზადება და გაცემა

პროდუქტების თბური (სითბოთი) დამუშავებას წესი	54
ნაკლები რაოდენობის ცხიმში შეწვა	55
დიდი რაოდენობის ცხიმში პროდუქტების შეწვა (ფრიტიურში)	55
ნაკვერჩხალზე შეწვა	56

წვნიანი კერძების მომზადება

ბულიონების მომზადება

ხორცის (თეთრი) ბულიონი	57
ძელის ბულიონი	59
თევზის ბულიონი	59
სოკოს ბულიონი	59
ხორცის გამჟღავნებელი ბულიონი	59
თევზის გამჟღავნებელი ბულიონი	60
ბოსტნეულისა და ბურღულას ნახარშის გამოყენება კერძებში	60

მოშუშული ბოსტნეულისა და ფქვილის, აგრეთვე თეთრი საწებლისა და ლიეზონის მომზადება

ბოსტნეულის მოშუშვა	63
ფქვილის მოშუშვა	63
თეთრი საწებელი	63
ლიეზონი	64

შეწვევებული სუპების მომზადება და გასტუმრება

უკრაინული ბორშჩი	64
მოსკოვეური ბორშჩი	65
ლიტვეური ბორშჩი	66
პოლტავეური ბორშჩი	66
ბორშჩი სოკოთი ვეგეტარიანულად	65
ახალი კომბოსტოს შჩი	67
ახალი კომბოსტოს შჩი ზარმაცულად	67
ახალი კომბოსტოს შჩი ბულგარულად	68
ახალი კომბოსტოს შჩი სალდათურად	69
დაკეპილი ახალი კომბოსტოს შჩი	69

დაკემსილი ახალი კომბოსტოს შჩი .	70
მეავე კომბოსტოს შჩი	70
მეავე კომბოსტოს შჩი სოკოთი . . .	71
ახალი მეაუნისა და ისპანახის შჩი (მწვანე შჩი) .	71
რასოლნიკი (წათხის სუპი)	72
მაწენის სუპი ბრინჯით	73
ძროხის ხორცის ხარჩო . . .	73
ქათმის ხორცის ხარჩო ნიგვზით .	74
ქათმის ან ვარდის ჩიხირთმა	74
ბატენის ხორცის ჩიხირთმა . . .	75
ქათმის ხორცის წვენი ბრინჯით — ქართულად	75
ძროხის ხაში თბილისურად .	76
გლეხური სუპი	76
კარტოფილის სუპი ბურღულით .	77
სუპი ცომის გუფით (კლიოცკი)	77
სუპი მაკარონის ნაწარმით	78
სუპი ბოსტნეულითა და შეაუნით .	78
სუპი ატრიათი (ლაფშით) — ქათმის ხორცით .	79
სუპი ბრინჯით და ხმელი სოკოთი ვეგეტარიანულად	79
სუპი ვერმიშელით და ტომატით	80
კარტოფილის სუპი თაენაფქვი ბურღულით	80
კარტოფილის სუპი ცერცვით	80
სუპი ბრინჯით და ხორცის გუფთებით .	81
რძის სუპი ბრინჯით	81
რძის სუპი ვერმიშელით	81
ამოხელილი წითელი ლობიოს სუპი ნიგვზით .	82
თეთრი ლობიოს სუპი კარტოფილით .	82
კარტოფილის სუპი ოსპით .	82
ნაყრები ხორცის წვნიანი „სალიანკა“ .	83
თევზის წვნიანი „სალიანკა“ .	83
ვარშავული „სალიანკა“ თევზით	84
უხა მეთევზისებურად	84

გატარებული სუპები (პიურე)

სტაფილოს სუპი-პიურე	85
ყვავილოვანი კომბოსტოს სუპი-პიურე	85
ნაყრები ბოსტნეულის სუპი-პიურე	86
უჩენჩო (პერლოვის) ბურღულის სუპი-პიურე	86
პარკი ბარდა ცერცვის სუპი-პიურე	87
ხმელი ან დაკონსერვებული ბარდა ცერცვის სუპი-პიურე	87
კარტოფილის სუპი-პიურე	88
გამქვირვალე სუპი ბარდა ცერცვით და ბოსტნეულით .	88
ბულიონი კონსომე გრენკით (ხმიალით) . . .	89
ხმიალის მომზადება .	89
ბულიონი მოხარშული ატრიათი .	89

ბულიონი მოხარშული ვერმიშელით	89
ბულიონი გამომცხვარი კვერცხით	89
ბულიონი „ჰელმენით“ . . .	90
ბულიონი გამომცხვარი ბრინჯით და ბოსტნეულით	90
ბულიონი ქარხლით (ბარშჩოკი) და ყველიანი ზმიალით	91
ქათმის ბულიონი კვერცხით .	92
თევზის გამჟღავნებელი უხა კალმახით .	92
თევზის გამჟღავნებელი უხა კიბოთი	93

რძის სუპები

რძის სუპი ბრინჯით .	93
რძის სუპი თაენაფქვი ბურღულით	93
რძის სუპი ატრიათი .	94

ცივი სუპები

ხორცის „აქროშკა“ .	94
ბოსტნეულის „აქროშკა“	94
„ბოტვინია“ თევზით .	95
ქარხლის ცივი სუპი (სვეკოლნიკი)	95

საწებლები

საწებლები	97
საწებლისათვის მომზადებული ბოსტნეულისა და ფქვილის მომზადება .	98
მოყავისფრო ბულიონის მომზადება	99
წითელი საწებელი (ძირითადი)	99
ტომატის საწებელი	99
ორთქლში მოხარშული ხორცის თეთრი საწებელი	100
კარაქისა და კვერცხის საწებელი .	100
ორცხობილას საწებელი კარაქით	100
ხახვის საწებელი	101
თევზეულის თეთრი საწებელი (ძირითადი) .	101
კვერცხის თეთრი საწებელი .	101
არაჟნის საწებელი .	101
რძის თეთრი საწებელი ხახვით	102
არაჟნის კომბინირებული ვარდისფერი საწებელი	102
არაჟნის ცხელი საწებელი პირშუშათი .	102
შემწვარი ხორცეულის წვენი .	102

ცივი საწებლები

ახალი ტყემლის საწებელი	103
ნიგეზის ცივი საწებელი თევზეულისათვის	103
ისვრიმის (მკვახე ყურძნის) საწებელი	103
ახალი პამიდვრის საწებელი	103
მაიონეზის საწებელი .	104
კაპარის საწებელი	104
ტყემლის ტყლაპის საწებელი .	104
ნიგეზის საწებელი — ბაჟა	105

მოხარული თევი	106
თევის ორთქლში მოხარვის წესი	107
მარილიანი თევის მოხარვის წესი	107
მოხარული ორაგული ნიგვის საწებლით	107
მოხარული კალმახი ნიგვის საწებლით	108
მოხარული ახალი კეფალი პირმუშას საწებლით	108
მოხარული ფარგა პირმუშას საწებლით	108
მოხარული ქამბალა კერცის საწებლით	109
მოხარული თართი, ზუთხი ან სვია პირმუშას საწებლით	109
მოხარული ფარგა კერცის საწებლით	109
მოხარული კეფალი თევის თეთრი საწებლით	109
ორთქლში მოხარული ორაგული თეთრი საწებლით	110
ორაგული სოკოთი და ტომატით გამომცხვარი	110
კერცის ტომატის საწებლით	111
კერცის ორთქლის საწებლით	111
თართი, ზუთხი, სვია ან ფარგა ორთქლის თეთრი საწებლით	112
თართი, ზუთხი და სვია ტომატის საწებლით	112
ორთქლში მოხარული თართი, ზუთხი ან სვია მკვე კიტრის თეთრი საწებლით	112
თართი, ზუთხი, კერცის ან ფარგა თეთრი ღვინის საწებლით	113
თევი მატროსულად	113

გამომცხვარი და შემწვარი თევი

გოჭათევი ან ქორქილა არაუნის საწებლით გამომცხვარი	114
ფარგა რძის ფაფით გამომცხვარი	114
ლოქო პამიდვრით გამომცხვარი	114
შემწვარი თევი არაუნის საწებლით გამომცხვარი	115
შემწვარი ქანარი არაუნის საწებლით გამომცხვარი	115
შემწვარი სვია სოკოთი გამომცხვარი	115
თევი ბოსტნულის საწებლით	115
თევი მაქარონით გამომცხვარი	116
თევის სალიანკა მოსკრეურად	117
ქამბალა ან სხვა თევი პამიდვრით გამომცხვარი	117
ორაგულის მწვადი	118
თართის მწვადი	118
ზუთხის მწვადი	119
ზუთხის მწვადი ქართულად	119
ნავაგა თეთრი პურის ორცობილაში შემწვარი	119
შემწვარი სკუმბრია ხახვით	120
ფარგა ორცობილაში შემწვარი	120
შემწვარი კეფალი ღვინის მკვე საწებლით	120
თართი, ზუთხი ან სვია ორცობილაში შემწვარი	121
ფარგა ცომში შემწვარი	121
ქარსალი თხელ ცომში შემწვარი	121

ქარსალი ორცხობილაში შემწვარი .	121
თევზის კერძები საკატლეტე მასიდან	122
თევზის ბიტყი კვერცხის ჩასართავით	122
თევზის კატლეთი გარნირით	122
თევზის ტეფტელი საწებლით .	123
თევზის გუფთა საწებლით	123

კიბოს კერძები

მოხარშული ნატურალური კიბო	123
კიბოს კისერი მადერის საწებლით	124

ხორცის კერძები

მოხარშული ხორცი	125
მოხარშული ძროხის ხორცი პირშუშას საწებლით	126
მოხარშული ენა .	126
ტეფტი თეთრი საწებლით	126
მოხარშული ძროხის ცური არაენის საწებლით .	126
მოხარშული ღორის შაშხი .	127
სოსისი ან სარდელი კარტოფილის პიურეთი ან მომუშული კომბოსტოთი	127
შემწვარი ხორცი .	127
ნატურალური ბიფშტექსი გარნირით .	128
ბიფშტექსი ხახვით (სოფლურად)	128
შემწვარი ბიფშტექსი კარტოფილით	128
ბიფშტექსი კვერცხით .	129
ბიფშტექსი არაენში შეზავებული კარტოფილით	129
ბიფშტექსი ცომში გამომცხვარი .	129
ნატურალური სუკი გარნირით	130
სუკი ქაშა სოკოს საწებლით	130
სუკი ტომატის საწებლით	130
სუკი მადერის საწებლით	130
ლანგეტი ტარხუნის საწებლით	131
ლანგეტი შინაურულად .	131
ლანგეტი ახალი პამიდვრით	131
ლანგეტი „პიკანის“ საწებლით	132
დაკეპილი ხორცის როზბრატი ხახვის საწებლით	132
ანტრეკოტი გარნირით	132
ანტრეკოტი კვერცხით	133
ანტრეკოტი არაენით შეზავებული კარტოფილით	133
ანტრეკოტი ბოსტნეულით შინაურულად	133
შემწვარი სათბილო (როსტბიფი) ბოსტნეულის გარნირებით	134
მომუშული სათბილო ბოსტნეულის გარნირით	134
დაბეგვილი ხორცის რომშტექსი შემწვარი ხახვით	135
ორცხობილაში შემწვარი რომშტექსი გარნირებით	135
დაბეგვილი ხორცის რომშტექსი ხახვიანი არაენის საწებლით	135
ძროხის ხორცის ბიტყი არაენის საწებლით	136
ძროხის ხორცის ბიტყი უკრაინულად .	136
ძროხის ხორცის ბიტყი ხახვის საწებლით	137

ძროხის ზორცის ზიტი პიკანის საწებლით	137
ძროხის ზორცის ბიტკელები (კაზაქურად) ხახვიანი არაქნის ვარდის-	
ფერი საწებლით	137
ლანგეტი ნატურალური გარნირით	138
ლანგეტი ნივრის საწებლით	138
სუცის როზბრატი როსტოულად	138
დაკეპილი ხორცის კერძები	139
დაკეპილი ხორცის ნატურალური ბიფშტექსი	139
დაკეპილი ხორცის შნიცელი	140
ძროხის ზორცის გუფთები არაქნის საწებლით	140
პაერლუმელში მოყვანილი ხორცი	140
ხორცი ხახვის საწებლით გამომცხვარი	141
მოშუშული სათბილო ბოსტნეულით ჩართული, მაკარონის გარნირით	141
ბუღში მოშუშული ხორცი მაკარონის გარნირით	142
მოხარშული ხორცი ბოსტნეულით და პირშუშხას საწებლით	143
ბეფსტროგანოვი (ხორცი სტროგანოვისებურად)	144
ახუ კარტოფილით	144
დაბეგვილი ხორცის ზრაზი ბრინჯით	144
ნაკრები ხორცის სალიანკა	145
ხორცის სალიანკა ქართულად	146
ხორცის „სკაბლიონკა“	146
ძროხის ხორცის გულიაში	146
დეკეულის ხორცის გულიაში	147
დაკონსერვებული ძროხის ხორცის გულიაში	147
დაკონსერვებული ძროხის ხორცი მაკარონით	148
მწვანე ლობიო ხორცით	148
მარცვლი ლობიო ხორცით	149
ძროხის ხორცის დაკეპილი კატლეტი	149
ძროხის ხორცის დაკეპილი კატლეტი შინაურულად	149
დაკეპილი კატლეტი მონადირისებურად	149
ძროხის ხორცის მოყვარულთა კატლეტი	150
ძროხის ხორცის დაკეპილი კატლეტი ექიმურად	150
ხვეულა მაკარონის ჩასართავით	151
დაკეპილი ხორცის ხვეულა პოლონურად	151
ძროხის ხორცის ტეფტელი ბრინჯით	152
ცხვრის ხორცის ტეფტელი გარნირით	152
ძროხის ხორცის დაკეპილი ზრაზი	153
ძროხის ენა კარტოფილის პიურეთი	153
ცხვრის ან ხბოს ხორცის რაგუ	153
ბატკნის ხორცის ბულაშა	154
ცხვრის ხორცის ყაურმა	154
ჭიგრის ყაურმა	155
ხბოს ღვიძლი არაქნის საწებლით	155
ბატკნის ჭიგარი ქართულად	156
ფლავი ყაურშით	156
ფლავი მოშუშული ცხვრის ხორცით	157
ლორის ხორცის ყაურმა	157

შემწეარი ღორის სორცი კომბოსტოთი შეზავებული	157
თირკმელები არაენის საწებლით	158
ძროხის თირკმელები ხახვით	158
ხბოს თირკმელები ღვინო მადერათი	159
ძროხის თირკმელები რუსულად	159
ცხვრის ან ხბოს თირკმელები ღვინოს საწებლით	159
ცხვრის ხორცის შილაფლავი	160
ფლავი ტომათით და მოშუშული ცხვრის ხორცით	160
დაკონსერვებული ცხვრის ხორცი ბრინჯით	160
დაკონსერვებული ცხვრის ხორცი თეთრი ღვინოთი	161
დაკონსერვებული ღორის ხორცი კარტოფილის პიურეოთ	161
ცხვრის ან ხბოს ხორცი ხახვიანი ვარდისფერი არაენის საწებლით	161
ძროხის ენა ხახვიანი ვარდისფერი არაენის საწებლით	162
შემწეარი ხბოს ხორცი რძის ფაფით გამომცხვარი	162
ძროხის ტვინი რძის ფაფით და სოკოთი გამომცხვარი	163
მოხარშული ბატყის მკერდი ბრინჯით და თეთრი საწებლით	163
ორთქლში მოხარშული ხბოს მკერდი კარტოფილის პიურეოთ	164
ძროხის ფაშეები რუსულად	164
ორთქლში მოხარშული ცხვრის თეთრი ხორცი ბრინჯითა და თეთრი საწებლით	165
ცხვრის თეთრი ხორცი სოკოთი	165
შემწეარი კურდღელი არაენის საწებლით	165
შემწეარი კურდღელი მკვამლე საწებლით და კარხლით	166
ნანადირების ხორცის ნატურალური კატლეტი ბოსტნეულის გარნირებით	166
ბატყის სათბილო შინაურულად	167
ღორის მკერდი შემწეარი კარტოფილითა და თეთრი ღვინოთი	167
ფურცლის მწვადი თბილისურად	168
ნანახი	168
ბატყის ან ცხვრის ნატურალური კატლეტი ხახვიანი რძის საწებლით	168
ხბოს ხორცის ნატურალური კატლეტი ქაშა სოკოს საწებლით	169
ღორის ხორცის ნატურალური კატლეტი გარნირით	169
ცხვრის ან ხბოს მკერდი ჩასართავით შემწეარი	170
მოშუშული ცხვრის ბარკალი ბოსტნეულით ჩართული	170
ღორის ხორცი კარტოფილით პაერლუმელში გამომცხვარი	171
ღორის შაშხი მწვანე ღვინოთი	171
ქვაბში შემწეარი ხბოს სათბილო პამიდვრითა და სოკოთი	171
სოსისი ან სარდელი კარტოფილის პიურეოთ	172
ღორის შაშხი მწვანე ცერცველას გარნირით	172
ღორის შაშხი მდოგვით შემწეარი თაღამის გარნირით	172
ვაზის ფოთოლში შეხვეული ტოლმა	173
კომბოსტოს ფოთოლში შეხვეული ტოლმა	173
პამიდორი, ბადრიჯანი და გოგურუქა ხორცის ჩასართავით	174
პამიდორი ხორცის ჩასართავით	174
ბადრიჯანი ხორცის ჩასართავით	174
გოგურუქა ხორცის ჩასართავით	175
კომბოსტო ხორცის ჩასართავით გამომცხვარი	175

ბადრიჯანი ხორცის ჩასართავით გამომცხვარი	176
თაღვამი საქონლის ფილტვების ჩასართავით და ტომატის საწებლით	176
მაკარონი ხორცის ჩასართავით გამომცხვარი	177
მაკარონი ღორის შაშხით შეზავებული და გამომცხვარი	178
პელმენი ძროხის ხორცი	178
ხინკალი ხორცი, კახურად	179
ღორის. ცხვრის ან ხბოს ხორცის დაბეგვილი კატლეტი	179
ორცხობილაში შემწვარი ხბოს ან ბატენის მკერდი	179
ორცხობილაში შემწვარი ძროხის ტენი გარნირით	180
ხბოს, ღორის ან ცხვრის ხორცის დაბეგვილი შნიცელი	180
ხბოს თავფეხი შემწვარი ორცხობილაში	180
ღორის ფეხები შემწვარი ორცხობილაში	181
ხბოს დაკეპილი ხორცის კატლეტი	181
ხბოს დაკეპილი ხორცის ბიტკი სოკოს საწებლით	182
ღორის დაკეპილი ხორცის კატლეტი	182
ღორის დაკეპილი ხორცის ბიტკი მყავე საწებლით	182
ცხვრის დაკეპილი ხორცის კატლეტი	183
ცხვრის დაკეპილი ხორცის ბიტკი ხახვით გამომცხვარი	183
შემწვარი ცხვრის ხორცი კარტოფილით	183
ცხვრის მწვადი „მოყვარულთა“	184
შემწვარი ღორის ხორცი წითელი კომბოსტოს სალათით	184
ღორის ხორცის მწვადი	185
ბატენის ან ცხვრის მწვადი ბადრიჯნითა და პამიდვრით	185
ბატენის მწვადი ერთ ნაჭრად	185
ბატენის ჭივრის მწვადი აფხაზურად	186
სუკის მწვადი	186
შემწვარი გოჭი წიწიბურას ფაფით	186
შამფურზე შემწვარი კუპატი	187
ბატენის ნეკნებიანი მწვადი ერთ ნაჭრად	187
ბატენის ან ცხვრის ხორცის მწვადი ტაფაზე შემწვარი	187
ძროხის ხორცის ბასტურმა	188
ცხვრის მწვადი მოსკოვურად	188
ლიულა-ქებაბი აზერბაიჯანულად	189
ღორის ჭივრის იმერული კუპატი	189
ცხვრის მწვადი ყირიმულად, ფლაით	189
ჩხარზე შემწვარი ცხვრის ხორცის მოყვარულთა მწვადი	190
ღორის მკერდის მწვადი ერთ ნაჭრად	190

შინაური და გარეული ფრინველის ხორცი

მოხარშული ქათმის ხორცი ბრინჯითა და თეთრი საწებლით	191
ჩახოხბილი	191
ქათმის ხორცი ხახვის საწებლით	192
მოხარშული წიწილა ბრინჯით და თეთრი საწებლით	192
წიწილა თეთრი საწებლით და სოკოთი	192
შემწვარი გარეული ფრინველი	193
შამფურზე შემწვარი მწყერი სალათით	193

შემწვარი ინდაური ახალი სალაითი	193
შემწვარი ქათამი მრგვლად მოშუშული კარტოფილით	194
შამფურზე შემწვარი წიწილა	194
წიწილა ტაბაკად	194
შემწვარი ბატი მოშუშული კომბოსტოს გარნირით	195
შემწვარი შინაური იხეი მოშუშული ვაშლით	195
შემწვარი კაკაბი, გნოლი ან მწეერი არაენით	195
შემწვარი ხოხობი ბროწეულის მარცვლებით	196
ხოხობის, კაკაბის ან ღერაჯის მკერდის შემწვარი კატლეთი	196
ქათმის კატლეთი ჩასართავით და ქამა სოკოს საწებლით	196
ქათმის მკერდის კატლეთი	197
წიწილის კატლეთი ბოსტნეულის გარნირებით	198
ქათმის კატლეთი კიევერად	198
ქათმის დაკეპილი ხორცის შნიცელი	199
ქათმის დაკეპილი ხორცის მინიატურული კატლეთი	199
ქათმის დაკეპილი ხორცის კატლეთი ჩასართავით	199
ქათმის დაბეგვილი ხორცის კატლეთი გარნირით	200
ქათმის დაბეგვილი ხორცის შნიცელი	200
ქათმის დაკეპილი ხორცის კატლეთი	201
ქათმის დაკეპილი ხორცის ბიტყი ჩასართავით	201
წიწილა ორცხობილაში შემწვარი	202
ორცხობილაში შემწვარი წიწილა პოლონურად	202

ბოსტნეულის და კარტოფილის ცხელი კერძები

ყვავილოვანი მოხარშული კომბოსტო ორცხობილას საწებლით	203
მოხარშული თეთრი სატატური კვერცხისა და კარაქის საწებლით	203
ყვავილოვანი კომბოსტო მესღინის საწებლით	204
ყვავილოვანი კომბოსტო რძის ფაფაში გამომცხვარი	204
ბროუსელური კომბოსტო თხელ ცომში შემწვარი	205
მწვანე პარკი ლობიო კვერცხით, ქართულად	205
სატატური კვერცხით, ქართულად	205
ქამა სოკო, არაენით	206
თეთრი სოკო კვერცხით, ქართულად	206
ნაყრები ახალი ბოსტნეული რძის ფაფით	206
ბადრიჯნის ბორანი	207
ისპანახი, რძის ფაფით და კვერცხით	207
ბოსტნეულის რაგუ	208
ისპანახი ზეთით, ქართულად	208
მოხარშული ახალი პარკი ბარდა კარაქით	209
ისპანახი კვერცხით, ქართულად	209
ბრინჯით და ბოსტნეულით სართიანი პამიდორი არაენის საწებლით	209
ბადრიჯანი ბრინჯის და ბოსტნეულის ჩასართავით	210
გოგრუქა ბრინჯის და ბოსტნეულის ჩასართავით	210
ბულგარული წიწყა ბრინჯის და ბოსტნეულის ჩასართავით	210
ბადრიჯანი მოშუშული ხახვითა და პამიდვრით	211
მოშუშული გოგრუქა ხახვის საწებლით	211

კარტოფილის ზრახი	212
კარტოფილის ხველა	212
კარტოფილის ბიტყი არაენის საწებლით	213
კარტოფილის კატლეტი სოკოთი	213
ახალი კარტოფილი არაენის საწებლით	217
ახალი კარტოფილი კარაქით და კაშით	214
მწვანე ცერცველა კვერცხით, ქართულად	214
მწვანე ცერცველა თოხლო კვერცხით	214
ხადრიჩის აჭაფსანდალი	214

გურღულეგისა და შაპარონის კერძები

რძის ფლავი	216
წიწიბურის ვალები არაენით	216
ფეტვის ბურღულის ფსვიერი ფაფა	217
ფლავი კვერცხითა და ხილით	217
რძის ფაფა თავნაფქვი ბურღულით	217
გამომცხვარი შაპარონი ქიშმიშით	217
გამომცხვარი შაპარონი სტაფილოს ჩასართავით	218
მოხარშული შაპარონი ყველით	218
მოხარშული შაპარონი ტომარითა და ყველით	218
მოხარშული შაპარონი კარაქით ან არაენით	219

ბარბოზილის, გოსტნეულისა და გურღულ-შაპარონის ცხელი გარნირები

სხვადასხვა ლიეზონი	223
--------------------	-----

კვერცხის და ხაშოს კერძები

ომლეტი ჩასართავით	224
გათქვეფი ერბოკვერცხი	224
გამომცხვარი ომლეტი პაჩიდვრით	225
გათქვეფილი ერბოკვერცხი	225
ახალი სულგუნი გათქვეფილი კვერცხით	225
ხაჭომცხვარი არაენით	226
გირცი უკრაინულად	226
გირცი ზარმატულად	226
იტრია ხაჭოთი	227
ბლინურა ხაჭოთი და არაენით	227
თავნაფქვი ბურღულის ნამცხვარი ხაჭოთი	227
ხაჭოთი გამომცხვარი ბლინურები	228

ცივი კერძები

თევზი მაიონეზით	229
მოხარშული ცივი თევზი გამჭვრივალე წყენგადავლებული	229
მოხარშული ცივი თევზი ბოსტნეულის გარნირით	230
ღამუხუეებელი შემწვარი თევზი	230

ფარგა ან ლოქო ნიგვზით	231
შემწვარი ახალი ქამბალა ნიგვზისა და ბროწეულის საწებლით .	231
მოხარშული ლოქო ქართულად	232
ვინეგრეტი თევზით	232
თევზის სალათა	232
ცოცხალი ან ხრამული ცივად	233
თევზის გამკვირვალე მუეუფი	233
ქაშაყი ბოსტნეულის გარნირით	233
დაკეპილი ქაშაყი	234
ბუტერბროდები	234
ინდაურის ან ქათმის საცივი	235
შემწვარი იხვი ხორცის გამკვირვალე ექლეთი „ევეროპელად“ .	236
ღეძლის პაშტეტი ცომში გამომცხვარი	236
გარეული ფრინველის დედაქალაქური სალათა	237
ქათმის ან ინდაურის ხორცის სალათა	238
ხორცის სალათა	238
ვინეგრეტი ხორცით	239
ცხვრის, ხბოს ან ღორის შემწვარი ხორცი ცივად, ბოსტნეულის გარნი- რებით და ტყემლის საწებლით	239
მოხარშული გოჭი არაყნით შეზავებული პირშემხას საწებლით .	239
ღორის შაშხი ბოსტნეულის გარნირებით	240
ღორის თავფეხის მუეუფი	240
შემწვარი ძროხის სათბილო ტყემლის საწებლით	240
ღორის თავფეხის ლაბა	241
ხბოს თავფეხის საცივი	241
მოხარშული კვერცხი კვერცხის გულის კრემით, ცივად	242
მოხარშული კვერცხი მიაონეზით	242
ახალი ბოსტნეულის სალათა — „გაზაფხული“	242
ისპანახი ნიგვზით	243
ახალი კიტრისა და პამიდურის სალათა	243
ბოსტნეულის ვინეგრეტი	243
ახალი ქარხლის სალათა არაყნით	244
ახალი ბადრიჯნის ხიზილალა	244
კეცერა ფხალი ნიგვზით	244
მარცვალი ლობიო ნიგვზით	245
ახალი სატაცური ნიგვზით	245
ახალი სოკო ნიგვზით	245
შეზავებული დანდური	245
ჭონჭოლი	246
ბადრიჯანი ნიგვზით	246
მწვანე ლობიო ნიგვზით	246
ახალი ქარხლის ფოთოლი ნიგვზით	246
ბადრიჯნის საცივი	247
ახალი კომბოსტოს ფხალი ნიგვზით	247
ბადრიჯანი ცივად ბოსტნეულის ჩასართავით	248
ხელგარული წიწყა ბოსტნეულის ჩასართავით, ცივად	248

ბაშიდორი ბოსტნეულის ჩასართავით, ცივად	249
სოკოს ხიზილა	249
კარხლის ხიზილა . . .	249

ცოფის ნაწარმი

საფუარიანი (ხაშინი) ცომი	252
--------------------------	-----

შეგემებული ცომეულობის მომზადება

მეფე ცომი	252
შეზაებელი (ნაზუქი) ცომი	252
ფენა ცომი	253
ბლინურების ცომი	254
ბელმენის და შინაური ატრაის ცომი	254
ხინკლის ცომი	254
ბლინისა და ოლადის ცომი	254
დამღლრული (მოხარშული) ცომი	255
ნახევრად სქელი ცომი	255
ფხვიერი ცომი	255
ხისკეიტის ცომი	256
ცომი „როშიანი ბაბისათვის“	256
„დედაქალაქური“ კექსის ცომი	257
ნუშის ცომი	257
ცომი ვანილიანი ნამცხვრისთვის	257
ცომი ფხვიერი ნამცხვრისთვის	258
ცომი ვაფლისათვის	258
ცომი ნუშით და ხილით	259
„საყარენის“ ცომი	259

ცომეულის სართიანი ნაწარმი

მეფე ცომის ღვეზელა ხორცის ჩასართავით	261
ფენა ცომის ღვეზელა ხორცის ჩასართავით	262
ნაზუქის ცომის ღვეზელა ხორცის ჩასართავით	262
მეფე ცომის შემწვარი ღვეზელა კომბოსტოს ჩასართავით	262
მეფე ცომისაგან გამომცხვარი ღვეზელა კომბოსტოს ჩასართავით	263
მეფე ცომისაგან შემწვარი ღვეზელა ბრინჯის ჩასართავით	263
ხორციანი ღვეზელა	264
ფენა ცომის „კულებიკი“ ხორცის ჩასართავით	264
მეფე ცომისაგან შემწვარი ღვეზელა კარტოფილის ჩასართავით	264
ბლინებური ღვეზელა ხორცის ჩასართავით	265
„ჩეხურეკი“ ცხვრის ხორცის ჩასართავით	265
მეფე ცომის „კულებიკი“ თევზის ჩასართავით	266
მეფე ცომის გაბერილი ღვეზელა თევზის ჩასართავით	267
ბლინურის ღვეზელი თევზის ჩასართავით გამომცხვარი	267
ხაჭაპური	267
აქარული ხაჭაპური (ფენერლი)	268

ღვეზელა ყველით, გურულად .	268
„ვატრუშკა“ ხაჭოთი უკრაინულად .	269
მეავე ცომის ღვეზელა ბრინჯით და კვერცხით	269
მეავე ცომის ღვეზელი ბრინჯით და სოკოთი	270
ფენოვანი ცომის ღვეზელი კომბოსტოს ჩასართავით .	270
მეავე ცომის ღვეზელი სტაფილოს ჩასართავით .	271

ტაბილულოზა, ცივი 'და ცხელი სასმელები

შაქარლამა „ნაპოლეონი“	272
სამყური ტკბილი ნამცხვარი ვაშლით	272
ფენოვანი ცომის ფახლავა ნიგეზით .	273
ბისკეიტის ხვეულა მარმელადით .	273
ფენოვანი ცომის ტკბილი ნამცხვარი (ღვეზელი) ვაშლით .	274
ფენოვან ცომში გამომცხვარი ვაშლი	274
მეავე ცომის ღია ღვეზელი ვაშლით	275
„სავარენი“ ხილით	275
ფხვიერი ცომის „ტარტალები“ ხილით .	276
ნახევრად სქელი ფხვიერი ცომის მილაკები („ტრუბოჩკები“) რძის ნაღებით .	276
ფენოვანი ცომის მილაკები მოხარშული კრემით .	277
შუს ცომის ტკბილი რძის ნაღებით .	277
ცომში შემწვარი ვაშლი კერამის ტკბილი საწებლით .	277
ცომში შემწვარი ხენდრო სირაფით .	278
შარლოტი ვაშლით .	278
ტკბილი ორცხოზილას ან პურის პუდინგი ხილის პიურებით	279
ტკბილი პურის პუდინგი ნიგეზით .	279
ბრინჯის პუდინგი .	280
ხაჭოს პუდინგი რძის ტკბილი საწებლით .	281
ბლინურა მურაბით .	281
ტკბილი ომლეტი მურაბით .	281
კვერცხის ნამცხვარი ტკბილი ვაშლით	281
თაენაფქვი ბურღულის ფაფა ხილით .	282
მოხარშული ტკბილი კრემი .	283
გამომცხვარი მოხარშული კრემი ატმით და ნუშით .	283
წაბლიანი ტკბილი ნამცხვარი რძის ტკბილი საწებლით .	283
წაბლი რძის ნაღებით .	284
რძის ნაღების კრემი ვანილით	284
რძის ნაღების ყავანარევი კრემი .	285
კრემი შარლოტი ელეტი .	285
შარლოტი რძის ნაღების ვანილიანი ნაყინით .	285
რძის ნაღების კრემი ნუშით .	285
რძის ნაღების კრემი ნიგეზით	286
რძის ნაღების კრემი შოკოლადით .	287
რძის ნაღების კრემი ქოლთი .	288
თბილი კრემი კარამელით	288
თბილი კრემი ყავით .	288
სუფლე ვაშლით .	289

სუფლე ვანილით .	• 289
ვაშლის სამბუკი	• 290
ქერამის ან გარგარის სამბუკი	• 290
წითელი ხილის მუსი	• 290
თეთრი ხილის მუსი .	• 291
ყვითელი ხილის მუსი	• 291
ლიმონის, მანდარინის ან ფორთოხლის ქელე	• 291
ქოლოს ქელე	• 292
ახალი ხილის ქელე .	292
ახალი ქერამის ქელე	• 292
ხენდროს ან მარწყვის ქელე .	• 293
რძის ნაღების ნაყინი ვანილით	• 293
რძის ნაყინი კარამელით	• 293
რძის ნაყინი ყავით	• 294
რძის ნაყინი წუშით	• 294
რძის ნაყინი ნიგეზით	• 295
რძის ნაყინი შოკოლადით	• 295
რძის ნაყინი ვანილით და მშრალი შაქრიანი ხილით	• 295
რძის ნაყინი ფსტათი (ფისტაშუკით)	• 296
რძის ნაღების პლომბირი ხილით	• 296
პარფე ქოლოთი	• 297
ქერამის ნაყინი	• 297
მარწყვის ან ხენდროს ნაყინი	• 297
ქოლოს ნაყინი .	• 298
ნესვის ნაყინი . . .	• 298
ხენდრო ან მარწყვი შაქრით, რძით ან რძის ნაღებით	• 299
ქოლო შაქრითა და რძის ნაღებით .	• 299
ნესვი შაქრით	• 299
მანდარინი ან ფორთოხალი შაქრით	• 299
საზამთრო შაქრით	• 299
ვაშლი წითელი ლეინით	• 299
მსხალი თეთრი ლეინის სიროფით	• 300
მსხალი ტკბილი ბრინჯით	• 300
ნაყრები ახალი ხილის კომპოტი	• 300
დაკონსერვებული ხილის კომპოტი	• 301
ჩირის კომპოტი	• 301
წითელი ხილის კისელი	• 301
რძის კისელი . . .	• 302

სასმელები
ღვინის ცივი სასმელები

კრუშონი	. 302
კოქტეილი	. 302
პუნში .	. 303

ცხელი სასმელები

ჩაი	. 303
ყავა .	. 304
კაქაო . .	. 304
შოკოლადი .	. 304
ჩაიის სასმელები .	. 306
ლექსიკონი .	. 307

რედაქტორი—ი. ნ. წინამძღვრიშვილი

გამომცემლობის რედაქტორი—ნ. ჯ. ზეკაური
მხატვარი—დ. კ. ბაქრაძე
ტექნიკური—ე. მ. ვარდანია
კორექტორი—უ. ი. ახვლედიანი

შპსი 1 შპს. 50 კპპ.

გადაეცა წარმოებას 27/V-60 წ. ხელმოწერილია დასაბეჭდად 29/IX-60 წ.
ანაწყოების ზომა 6×10, ქაღალდის ზომა 60×92, ფიზიკურ ფორმათა
ჩაოდენობა 20,75, პირობით ფორმათა ჩაოდენობა 17,87
შეკვ. № 2076 ტირაჟი 30000 ჯგ 05653

საქართველ. ან სსრ კულტურის სამინისტროს მთავარპოლიგრაფგამომცემლობის
ბეჭდვითი სიტყვის კომბინატი. თბილისი, მარჯანიშვილის ქუჩა № 5
Издательство Печати Главполиграфиздата Министерства культуры
Грузинской ССР. Тбилиси, ул. Марджанишвили № 5