

კვების მენიუ-განრიგში გამოყენებული კერძების მომზადების (სარეკომენდაციო) წესები

პირველი თავი კერძები - წვნიანები

1. ბორში ვეგეტარიანული

ადუღებულ წყალში ან ბულიონში ათავსებენ დაჭრილ თავხვეულა კომბოსტოს, მიყავთ ადუღებამდე, შემდეგ უმატებენ კუბებად დაჭრილ კარტოფილს, აგრძელებენ ხარშვას 10-15 წუთი.

ცალკე ცხიმში თუშავენ კარგად გასუფთავებულ გარეცხილ წვრილად დაჭრილ ხახვს, სტაფილოსა და ჭარხალს ტომატ-პასტაში და უმატებენ მოხარშულ კომბოსტოსა და კარტოფილს. ხარშვის დამთავრებამდე კაზმავენ მარილითა და მწვანილით. თევშში შეაქვთ არაჟანი. იმისათვის, რომ ჭარხალმა ხარშვისას არ დაკარგოს წითელი ფერი სასურველია მოთუშვისას როგორც კი ჭარხალი დარბილდება დაემატოს ტომატ-პასტა ან ძმარი მცირე რაოდენობით.

2. წვნიანი ხორცის გუფთებით

კარგად გარეცხილ, გასუფთავებულ ხორცს და ხახვს ატარებენ ხორცსაკეპში. მიღებულ ფარშს, უმატებენ ბრინჯს, კვერცხს. კარგად შეაზელებენ და აგუნდავებენ მცირე ზომის ბურთებად (გუფთებად). ცხიმში თუშავენ გუფთებს, ასხავენ ადუღებულ წყალს, დარჩენილ ბრინჯს და აგრძელებენ ხარშვას. ხარშვის დამთავრებისთანავე 5-10 წუთით ადრე წვნიანს კაზმავენ სანელებლებით, მწვანილითა და მარილით.

3. მწვანე წვნიანი „შჩი“

მჟაუნა, ისპანახი, მწვანილი კარგად უნდა გაირეცხოს, დაიწრიტოს და წამოდულდეს მცირე რაოდენობის წყალში, შემდეგ უნდა გაიხეხოს ან დაბლენდერდეს. ადუღებულ ბულიონში ან წყალში ემატება კუბებად დაჭრილი კარტოფილი და იხარშება 15 წუთი. შემდეგ უნდა ჩაემატოს წინასწარ მოშუშული ხახვი, მჟაუნის და ისპანახის პიურე. მოხარშვამდე 5-10 წუთით ადრე დამატოს თეთრი სოუსი (ფქვილისა და კვერცხის ნაზავი). შეიკაზმოს მწვანილითა და მარილით. არაჟანი ემატება თევშში ჭამის წინ.

4. წვნიანი ვერმიშელით და ბროკოლით

ბოსტნეული კარგად გარეცხეთ. ბროკოლი მოწალეთ მარილიან წყალში, გააგრილეთ და დამალეთ ყვავილედებად. ცალკე ცხიმში მოშუშეთ წვრილად დაჭრილი ხახვი, ბულგარული წიწაკა და სტაფილო. ადუღებულ წყალში (შეგიძლიათ გამოიყენოთ ბროკოლის ნახარში)

ჩაუშვით ბროკოლი, შემდეგ ვერმიშელი და მოხარშვამდე 10 წუთით ადრე შეიტანეთ მოთუშული ბოსტნეული. შეკაზმეთ მარილითა და მწვანილით. თუ ბულიონად იყენებთ ბროკოლის ნახარშს, გაითვალისწინეთ მარილის რაოდენობა.

5. ჭარხლის წვნიანი

ადუღებულ წყალში ხარშავენ კუბებად დაჭრილ კარტოფილს. ცალკე შუშავენ ხახვს, გახეხილ ან მოგრძოდ დაჭრილ სტაფილოსა და ჭარხალს. ჭარხალს მოთუშვის ბოლოს უმატებენ ცოტაოდენ ძმარს (წითელი ფერის შესანარჩუნებლად). ხარშვის დამთავრებამდე 5-10 წუთით ადრე შეაქვთ მარილი და მწვანილი. არაჟანი ემატება თევზში ჭამის წინ.

6. წვნიანი „ხარჩო“

ხორცს ჭრიან 15-20 სმ ზომის ნაჭრებად და თუშავენ სითხის შემრობამდე, უმატებენ ადუღებულ წყალს და აგრძელებენ ხარშვას. ხორცის მოხარშვამდე 15-20 წუთით ადრე შეაქვთ ბრინჯი. ცალკე ცხიმში შუშავენ ხახვს და უმატებენ ხორცის ბულიონს. ხარშვის დამთავრებამდე შეაქვთ სანელებლები, მარილი. მოგვიანებით მწვანილი.

7. მწვანის შეჭამანდი

წვრილად დაჭრილ ხახვს შუშავენ ცხიმში. უმატებენ ადუღებულ წყალს, შეაქვთ ბრინჯი და აგრძელებენ ხარშვას. მაწონში შეაქვთ კვერცი კარგად თქვეფენ და წვრილ ნაკადად უშვებენ ბრინჯის ნახარშში. თან ურევენ, რომ კომტები არ წარმოიქმნას. მზა კერძს კაზმავენ მარილით და მწვანილით.

8. ბარდას წვნიანი

ბარდას წინასწარ ალბობენ რამოდენიმე საათით, შემდეგ ამავე წყალში აგრძელებენ ხარშვას. მოხარშულ ბარდას ჩასრისავენ, უმატებენ დარჩენილ ადუღებულ წყალს შეაქვთ ცალკე ცხიმში მოთუშულ ხახვსა და სტაფილოს. მზა კერძს აზავებენ მარილითა და მწვანილით.

9. ყვავილოვანი კომბოსტოს ბორში არაჟნით

ბოსტნეული კარგად უნდა გაირეცხოს და დაიჭრას. ყვავილოვანი კომბოსტო დაიყოს ყვავილედებად, კარტოფილი დაიჭრას კუბებად. სტაფილო და ხახვი ცალკე მოიშუმოს. ადუღებულ წყალში ჩაიყაროს კომბოსტო, მოგვიანებით კარტოფილი. ნახევრად მოხარშულ კომბოსტოს და კარტოფილს დაემატოს მოთუშული ხახვი ბოსტნეულით და ჭარხალი, ხარშვა უნდა გაგრძელდეს. 15-20 წუთის შემდეგ შეიკაზმოს მარილითა და მწვანილით. როდესაც ბორშს ამზადებენ კარტოფილით, სასურველია კარტოფილი ჭარხალზე ადრე მოთავსდეს ქვაბში, რადგან კარტოფილი ჭარხალთან ერთად დიდხანს არ იხარშება.

10. ბორში ბროკოლითა და ყვავილოვანი კომბოსტოთი

ბოსტნეული კარგად გაირეცხოს გამდინარე წყლით. ბროკოლი და ყვავილოვანი კომბოსტო დაიყოს ყვავილედებად. ხახვი დაიჭრას წვრილად, სტაფილო და ჭარხალი გაიხეხოს ან დაიჭრას წვრილ, მოგრძოდ ნაჭრებად და მოიშუმოს ცხიმში ხახვთან ერთად. ადუღებულ

წყალში მოიხარშოს ბროკოლი და ყვავილოვანი კომბოსტო, 15-20 წუთის შემდეგ კი კარტოფილი. მოხარშულ კარტოფილსა და კომბოსტოს დაემატოს ხახვთან ერთად მომუშეული ბოსტნეული. გაგრძელდეს ხარშვა. იმისათვის, რომ ბორში იყოს წითელი ფერის გახეხილი ჭარხალი უნდა იყოს შემონახული ბოლოსკენ და ჩაემატოს კერძში ხარშვის დამთავრებამდე 15 წუთით ადრე. შეიკაზმოს მარილითა და მწვანილით. არაჟანი დაემატოს მზა კერძს ჭამის წინ.

11. ბრინჯის წვნიანი ბოსტნეულით

ადუღებულ წყალში უნდა მოთავსდეს კუბებად დაჭრილი კარტოფილი, შემდეგ ბრინჯი. ცალკე ცხიმში უნდა მოიშუმოს ხახვი ბოსტნეულთან ერთად და დაემატოს მოხარშულ ბრინჯში. მზა კერძი იკაზმება მწვანილითა და მარილით.

12. ჩიხირთმა ქათმის

ქათამს კარგად ასუფთავებენ, ჩაუშვებენ წყალში და იწყებენ ხარშვას მაღალ ცეცხლზე წამოდუღებამდე, მოქაფავენ და აგრძელებენ ხარშვას დაბალ ცეცხლზე. მოხარშულ ქათამს აგრძელებენ და ასო-ასოდ ჭრიან. ცალკე ამზადებენ თეთრ საწებელს (წყლისა და ფქვილის ნაზავი) ათქვეფილ კვერცხთან ერთად და წვრილი ნაკადით უშვებენ ნახარშში, სისტემატური მორევით, რათა არ წარმოიქმნას კომტები ან არ აიჭრას. წვნიანს აზავებენ მარილით და მწვანილით.

13. კარტოფილის გახეხილი წვნიანი (სუპ-პიურე)

კარტოფილს ხარშავენ წყალში ან ბულიონში. მოხარშულს ხეხავენ ცხელ-ცხელს და შეაქვთ თეთრ საწებელში. აზავებენ რძით, წყლით ან ბულიონით. (თეთრი საწებელი „ლეზიონი“ მზადდება შემდეგნაირად: კვერცხის გულს თქვეფენ და თანდათან უმატებენ ცხელ რძეს. ხარშავენ ნელ ცეცხლზე წყლის აბაზანაზე შესქელებამდე. არ უნდა ადუღდეს, შემდეგ გადაწურავენ).

14. სტაფილოს წვნიანი (სუპ-პიურე)

მოგრძო ნაჭრებად დაჭრილ სტაფილოს თუშავენ მცირე რაოდენობის წყალში და ხეხავენ. შემდეგ შეაქვთ თეთრ სოუსში (წყლისა და ფქვილის ნაზავი) და აზავებენ რძით, ბულიონით ან წყლით. უმატებენ მარილს და შაქარს. მიყავთ წამოდუღებამდე. მზა კერძს უმატებენ „ლეზიონს“ და კარაქს.

15. მაკარონის წვნიანი ბოსტნეულით

ადუღებულ წყალში უნდა მოთავსდეს კუბებად დაჭრილი კარტოფილი, შემდეგ მაკარონი. ცალკე კარაქში უნდა მოიშუმოს ხახვი ბოსტნეულთან ერთად და დაემატოს მოხარშულ მაკარონს. ბოლოს იკაზმება მწვანილითა და მარილით.

მეორე თავი კერძები

1. შემწვარი თევზის ფილე

შეწვის წინ თევზის ფილეს ამშრალევენ, ამარილებენ, ამოავლებენ ორივე მხრიდან ფქვილში და ისე წვავენ ცხელ ზეთიან ტაფაზე. იმისათვის, რომ მაქსიმალურად შევინარჩუნოთ თევზში შემავალი იოდი სასურველია წვის დასაწყისშივე თევზის ნაჭერი ორივე მხრიდან ამოვავლოთ ზეთში.

2. თევზის კატლეტი

თევზის ფილეს ჭრიან ნაჭრებად, ატარებენ ხორცსაკეპში ხახვთან, მწვანილთან და წყალში დამბალ პურთან ერთად. მიღებულ მასას უმატებენ კვერცხს და მარილს. კარგად ურევენ და აგუნდავენ. აძლევენ სასურველ ფორმას და წვავენ ცხიმში.

3. ქათმის ხორცის კატლეტი

კანგაცილილ ქათმის ხორცს ჭრიან ნაჭრებად და ატარებენ ხორცსაკეპში რძეში ან წყალში დამბალ პურთან, ხახვთან და მწვანილთან ერთად. კარგად აურევენ, შეაზელენ კვერცხს, მარილს. მიღებულ მასას დაყოფენ თანაბარი ზომის გუნდებად, ამოავლებენ ფქვილში, აძლევენ სასურველ ფორმას და წვავენ ცხიმში ორივე მხრიდან. მიყავთ დაბრაწვამდე და შემდეგ პროცესს აგრძელებენ აირლუმელში.

4. ქათმის ხორცის კატლეტი ბოსტნეულით „ნაგეტსები“

კანგაცილილ ქათმის ხორცს ჭრიან ნაჭრებად და ატარებენ ხორცსაკეპში ხახვთან, წინასწარ დამბალ და გაწურულ ბარდასთან და ბოსტნეულთან ერთად. კარგად აურევენ, შეაზელენ კვერცხს, მარილს. მიღებულ მასას დაყოფენ თანაბარი ზომის გუნდებად, ამოავლებენ საფანელში, აძლევენ სასურველ ფორმას და წვავენ ცხიმში ორივე მხრიდან.

5. მოხარშული ქათმის ხორცი

გაწმენდილ, გასუფთავებულ ქათამს ათავსებენ ცხელ წყალში (1კგ პროდუქტზე 2-2,5 ლ წყალი) მიყავთ ადუღებამდე, შემდეგ აგრძელებენ ხარშვას ნელ ცეცხლზე. ხდიან ქაფს და უმატებენ დაჭრილ სტაფილოს, მარილსა და ოხრახუმს. ხარშვას აგრძელებენ დაბალ ცეცხლზე. მოხარშულ ქათამს იღებენ ბულიონიდან, აგრილებენ და ჭრიან ულუფებად.

6. საკატლეტის ხორცის კატლეტი

საკატლეტე ხორცს ატარებენ ხორცსაკეპში, ურევენ წყალში ან რძეში წინასწარ დამბალ პურს. ატარებენ ხელმეორედ ხორცსაკეპში მწვანილთან ერთად. უმატებენ კვერცხს და მარილს. საკატლეტე მასას კარგად გადაზელენ, დაყოფენ თანაბარ გუნდებად ამოავლებენ ფქვილში ან საფანელში. აძლევენ მოგრძო ფორმას და წვავენ ცხიმთან ტაფაზე. მომზადებამდე 10 წუთით ადრე კატლეტის წვას ამთავრებენ აირლუმელში.

7. გულიაში

საქონლის ხორცის ნახევრად მოხარშულ დიდ ნაჭრებს ჭრიან ოთხკუთხედებად 20-30 გ. თუშავენ ხახვთან ერთად, უმატებენ ტომატ-პასტას, შემდეგ ხორცის ნახარშს და აგრძელებენ ხარშვას. მზა კერძს კაზმავენ მარილითა და მწვანილით (პირველი მეთოდი).

საქონლის ხორცს ჭრიან ოთხკუთხედებად 20-30 გ. თუშავენ ხახვთან ერთად, უმატებენ ტომატ-პასტას და სანამ ხორცი დაიწყებს ხრაკვას ემატება ადუღებული წყალი მცირე რაოდენობით (ხორცი რომ დაფაროს). აგრძელებენ ხარშვას ხორცის დარბილებამდე. მზა კერძს კაზმავენ მარილითა და მწვანილით (მეორე მეთოდი).

8. საქონლის ხორცის ტეფტელები

საკატლეტე მასას უმატებენ ცალკე მოთუშულ ხახვს. გადაზელენ, დაყოფენ გუნდებად, ამოავლებენ ფქვილში და წვავენ. მობრაწულ ტეფტელებს აწყობენ ქვაბში, უმატებენ მცირე რაოდენობის წყალს და თუშავენ 7-10 წუთი. გაიცემა გარნირთან ერთად წვენიან ხმელი, იმ წვენიან რომელშიც ტეფტელები ითუშებოდა.

9. მაკარონი მოხარშული ხორცი

მაკარონი იხარშება ადუღებულ მარილიან წყალში. ჭარბ წყალს გადაასხავენ. ცალკე დიდ ნაჭრად მოხარშულ ხორცს ჭრიან პატარა ნაჭრებად და ატარებენ ხორცსაკეპში, გატარებულ ხორცს აზავენ და მოაყრიან მაკარონს. გაცემის წინ შეაქვთ აირლუმელში 10 წუთით 200-250 C ტემპერატურაზე.

10. ხორცის ზრაზები

საკატლეტე მასას დაყოფენ ბურთებად. გააბრტყელებენ, შუაგულში ჩადებენ ცალკე მოთუშულ ხახვს, მოუკრავენ პირს, ამოავლებენ ფქვილში და ბრაწავენ ცხიმში. ასხავენ ცოტაოდენ ადუღებულ წყალს და წამოადუღებენ. ზრაზები გაიცემა გარნირთან ერთად, რომელსაც ზევიდან გადაასხავენ ამ ნახარშს.

11. მაკარონი ყველით

მაკარონს ხარშავენ მარილიან წყალში. გადაწურავენ და ხრაკავენ ცხიმში. გახეხილ ყველს უმატებენ გაცემის წინ.

12. საქონლის ხორცის რაგუ „ოჯახური“

ხორცს ჭრიან 4-5 სმ ზომის ნაჭრებად და თუშავენ ხახვთან ერთად. ხორცი რომ დარბილდება თუშავენ ტომატთან ერთად, უმატებენ წყალს იმდენს, რომ ხორცი დაფაროს და აგრძელებენ ხარშვას. ცალკე კარტოფილს ჭრიან მოგრძო ნაჭრებად, შებრაწავენ და უკვე მზა კარტოფილი შეაქვთ კერძში. მზა კერძს დააწყობენ და ზევიდან გადაასხავენ რაგუს ნახარშს.

13. ბოსტნეულის რაგუ „აჯაფსანდალი“

ბადრიჯანს რეცხავენ, ჭრიან მრგვალ ნაჭრებად. აყრიან მარილს და აყოვნებენ 10-15 წუთი, რათა გაუვიდეს სიმწარე. გადაავლებენ წყალს, დაწრიტავენ და წვავენ ცხიმში. ცალკე თუშავენ ხახვს ტომატში ან პომიდორთან და ბულგარულ წიწაკასთან ერთად. უმატებენ შემწვარ ბადრიჯანს, ცალკე შემწვარ კარტოფილს. წამოადუღებენ 10 წუთი, შეკაზმავენ მწვანილითა და მარილით.

14.საქონლის ხორცის რულეტი

მოხარშულ ხორცს ატარებენ ხორცსაკეპში. უმატებენ კარაქს, კვერცხს, რძეს და მარილს. კარგად აურევენ და გადააქვთ ცხიმწასმულ მოცულობაში და მოყავთ ორთქელზე 25-30 წუთი.

16. ჩათუშული ხორცი შავი ქლიავით

ორ ნაჭრად დაჭრილ ხორცს მოწვავენ, გადააქვთ ქვაბში, უმატებენ წვრილად დაჭრილ ხახვს, ტომატ-პასტას, ბულიონს ან წყალს და თუშავენ დახურულ ჭურჭელში დაბალ ცეცხლზე 1 საათის განმავლობაში. ამის შემდეგ შეაქვთ გარეცხილი შავი ქლიავის ჩირი და აგრძელებენ ხარშვას. მზა კერძს კაზმავენ სანელებლებით, მარილით და 10 წუთში ამთავრებენ ხარშვას.

17. ანტრეკოტი ჩამუშული ხახვით

ხორცის მსხვილი ან თხელი ნაპირიდან ჩამოჭრიან ნაჭერს ერთი ულუფისთვის. მსუბუქად ბეგვავენ და წვავენ გაცხელებულ ცხიმთან ტაფაზე. ცალკე წვავენ ალყა-ალყა დაჭრილ ხახვს. ამზადებენ შემწვარ კარტოფილს გარნირად და ზევიდან ასხავენ შეწვისას გამოყოფილ ხორცის წვენს.

18. თევზი გამომცხვარი არაჟნის სოუსში

თევზის ნაჭრებს განთავისუფლებულს ძვლებისაგან (ფილე) აყრიან მარილს, პილპილს, ამოავლებენ ფქვილში და წვავენ. შემწვარი თევზის ნაჭრებს აწყობენ ცხიმწასმულ ტაფაზე. შეიძლება შემოეწყოს შემწვარი კარტოფილის ნაჭრები ან წიწიბურას ფანტია ფაფა და ზევიდან გადაესხას არაჟნის სოუსი. შეიძლება გადაეხეხოს ყველიც და გამოცხვეს.

19. ბეესტროგანოვი

გარეცხილი საქონლის ხორცი დაიჭრას დაახლოებით 1 სმ სისქის ნაჭრებად. ოდნავ უნდა დაიბეგვოს და კვლავ დაიჭრას მოგრძო ნაჭრებად. ახლა ვამზადებთ სოუსს. ამისათვის საჭიროა ქვაბი, ჩაისხას მასში არაჟანი და შეერიოს ტომატ-პასტა და ბულიონი. დაემატოს მარილი და პილპილი. დაიდგას ცეცხლზე და წამოდუღდეს.

დაიჭრას ხახვი და ოდნავ მოიხრაკოს ზეთიან ტაფაზე. შემდეგ დაემატოს ხახვს დაჭრილი საქონლის ხორცი და ძლიერ ცეცხლზე მოიხრაკოს 5-6 წუთის განმავლობაში. სისტემატური

მორევით. მოხრაკული ხორცი და ხახვი გადააქვთ არაჟნის სოუსში და ხარშავენ დაბალ ცეცხლზე 20 წუთის განმავლობაში.

20. შილაფლავი

ხახვი წვრილად დავჭრათ და ცხიმში მოვშუშოთ. როცა გამჭვირვალე გახდება, ჩავუმატოთ თხლად დაჭრილი ხორცი და ერთად მოვშუშოთ. მოშუშულ ინგრედიენტებს დავასხათ წყალი, დაუმატოთ მარილი, პილპილი და ძირა. როცა წყალი ადუღდება, ჩავუმატოთ მრგვალი ბრინჯი, დავახუროთ სახურავი და საშუალო ცეცხლზე ვხარშოთ მომზადებამდე. მზა კერძს ცოტა სითხე უნდა ჰქონდეს. მცირე ხნით დაყოვნების შემდეგ ბრინჯი სითხეს შეიწოვს.

21. ქათმის ჩახობილი

ქათამი დავჭრათ და ხახვთან ერთად მოვშუშოთ ზეთში, დავუმატოთ პომიდორი და ვშუშოთ რამდენიმე წუთის განმავლობაში, სანამ ფერს შეიცვლის. სანელებლები გავსხნათ წყალში და დავასხათ პომიდორს. თუ წვენი ცოტა იქნება, ცოტაოდენი წყალი დავუმატოთ და რამდენიმე წუთი ვშუშოთ, შემდეგ შევკაზმოთ ნივრითა და დაჭრილი მწვანელით.

22. ბრინჯის ტკბილი ფლავი

ბრინჯი გარეცხეთ თბილ წყალში და ჩაუშვით ადუღებულ მარილიან წყალში. წამოადუღეთ და ნახევრად მოხარშული გადმოიტანეთ თუშფალანგზე. გადაავლეთ ცივი წყალი, შემდეგ ცხიმთან ქვაბში ფენა-ფენა მოათავსეთ ბრინჯი, ხილი, ჩირი, სანელებლები და გააგრძელეთ ხარშვა 10-15 წთ.

23. მოხარშული ხორცის სუფლე გამომცხვარი

მოხარშულ ხორცს ატარებენ ხორცსაკეპში. მიღებულ მასაში შეაქვთ კვერცხის გული და რძის სქელი სოუსი, შემდეგ შეაქვთ ათქვეფილი ცილა. მთლიან მასას კარგად ამოურევენ და გადააქვთ ცხიმწასმულ ფორმაში. აცხობენ 25-30 წუთის განმავლობაში.

24. გოგრის სუფლე

კანგაცილილ და თესლებგამოცილილ გოგრას ჭრიან ნებისმიერი ფორმის ნაჭრებად და თუშავენ რძეში კარაქთან ერთად. უმატებენ მანანის ბურღულს და ხარშავენ შესქელებამდე. მიღებულ მასას აგრილებენ 40-50°C -მდე. უმატებენ შაქარში გათქვეფილ კვერცხს. კარგად აურევენ და გადააქვთ ცხიმწასმულ ჭურჭელში. ზედაპირს გადაასწორებენ და აცხობენ 30-35 წთ.

1. სალათი ბოსტნეულის არაჟნით

მოხარშულ კარტოფილს, სტაფილოს და კვერცხს ჭრიან მცირე ზომის ნაჭრებად უმატებენ მწვანილს, მარილს და არაჟანს. კარგად აურევენ და გადააქვთ თევზზე.

2. უმი კომბოსტოს სალათი

კომბოსტოს ჭრიან წვრილ მოგრძო ნაჭრებად. გახეხავენ სტაფილოს. კომბოსტოს კარგად მოსრესენ მარილთან ერთად. უმატებენ სტაფილოსა და მწვანილს.

3. ბოსტნეულის სალათი

რეცეპტურით გათვალისწინებულ გასუფთავებულ ბოსტნეულს რეცხავენ, ხარშავენ, ჭრიან წვრილად. უმატებენ მოხარშულ ბარდას ან ლობიოს, ხახვს, მარილს და მწვანილს. ზევიდან ასხავენ ზეთს.

4. კიტრის და პომიდორის სალათი

კიტრს და პომიდორს ჭრიან მრგვალ თხელ ნაჭრებად. უმატებენ ხახვს, მწვანილს, მარილსა და არაჟანს.

5. ვინეგრეტი „ხაბახუბა“

ბარდა ან ლობიო, კარტოფილი, ჭარხალი და სტაფილო უნდა მოიხარშოს ცალ-ცალკე და გაცივდეს. ჭარხალი და სტაფილო გაიხეხოს სახეხზე. კარტოფილი და მჟავე კიტრი ან მჟავე კომბოსტო დაიჭრას წვრილად. დაემატოს მოხარშული ბარდა ან ლობიო. ყველაფერი შევურიოთ ერთმანეთს. მოვაყაროთ მარილი, მოვასხათ ზეთი, ძმარი და კარგად ამოვურიოთ.

6. ჭარხლის სალათი

ჭარხალი მოვხარშოთ, გადავავლოთ ცივი წყალი და საშუალო ზომის სახეხზე გავხეხოთ. წვრილად დავეკეპოთ ხახვი და მწვანილი. ნიორი დავნაყოთ მარილთან ერთად. შევურიოთ არაჟანი და მწვანილი. მიღებული სოუსი შევაზილოთ მოხარშულ ჭარხალს.

7. სალათი „ვიტამინი“

კომბოსტო, ბულგარული წიწაკა და სტაფილო დავჭრათ მოგრძო წვრილ ნაწილებად. დავჭრათ ხახვი და შეურიოთ ბოსტნეულს, დავამატოთ მწვანე ბარდა და არაჟანი ლიმონის წვენი. გადავახეხოთ ცედრა.

8. სალათი „ზაფხული“

მწვანე დავანაწევროთ, კიტრი დავჭრათ თხელ ნაჭრებად. დაუმატოთ დაჭრილი ხახვი, არაჟანი და კარგად აურიოთ.

1. ზარმაცა

გახეხილ ხაჭოში შეაქვთ ფქვილი, კვერცხი, შაქარი და მარილი. გადაზელენ ერთგვაროვანი მასის მიღებამდე. მიღებულ მასას აბრტყელებენ 10-12 მმ სისქეზე ჭრიან 25 მმ სიგანის ზოლებად, რომელთაც ყოფენ ოთხუთხედედად. მომზადებულ ზარმაცებს ხარშავენ მარილიან წყალში 4-5 წთ. ზევიდან ასხავენ არაჟანს.

2. ხაჭოს პუდინგი

ხაჭოს ემატება შაქართან ერთად ათქვეფილი კვერცხი, დარბილებული კარაქი, მარილი, ვანილინი, ცხელ წყალში გახსნილი მანანის ბურღული, ქიშმიში. მიღებულ მასას კარგად ურევენ და გადააქვთ ცხიმწასმულ და ფქვილმოყრილ პროტვენზე ან ფორმებში. ზედაპირზე უსვავენ არაჟანს და აცხობენ 25-35 წთ განმავლობაში. მზა პუდინგს აყოვნებენ. 5-10 წთ შემდეგ ჭრიან ულუფებად და უმატებენ არაჟანს.

3. ზარმაცა (მე2 ვარიანტი)

ფქვილს ზელენ 30-35 C ტემპერატურის მქონე წყალში, კვერცხითა და მარილით. იღებენ ერთგვაროვან, სქელი კონსისტენციის ცომს. ათავსებენ თავდახურულ ჭურჭელში ან აფარებენ სველ ნაჭერს და აყოვნებენ 30-40 წუთით. მზა ცომს აბრტყელებენ 1,5-2 მმ სისქეზე და შუაგულში აწყობენ ხაჭოს პატარა გუნდებს. ცომის ბოლოს წამოწევენ და აფარებენ სიმეტრიულად განლაგებულ ხაჭოს გუნდებს, ცალ-ცალკე ჭრიან სპეციალური საჭრელით. ზარმაცებს უშვებენ ადუღებულ მარილიან წყალში. ხარშავენ დაბალ ცეცხლზე. მზა ზარმაცები ამოტივტივდებიან წყლის ზედაპირზე. არაჟანს უმატებენ თეფშში.

4. ხაჭოს მობრაწულა

კარგად გალესილ ხაჭოს უმატებენ ფქვილს, შაქარს, ვანილინს. კარგად აურევენ. აგუნდავებენ, აბრტყელებენ მრგვალად და წვავენ ცხიმში. მზა მობრაწულას თეფშში ასხავენ არაჟანს.

5. ოლადები ხაჭოთი

ცომი: წყლის მცირე რაოდენობაში ხსნიან მარილს, შაქარს და წინასწარ განზავებულ, გაწურულ საფუარს. უმატებენ დარჩენილ 35-40 °C შემთბარ წყალს, ფქვილს და კვერცხს. კარგად ურევენ სანამ ერთგვაროვანი მასა არ გახდება. შეაქვთ ცხიმი, კვლავ გადაზელენ. მზა ცომს უმატებენ კარგად გახეხილ ხაჭოს და გადაზელენ. დაყოფენ ბურთებად, აბრტყელებენ და აცხობენ ცხიმთან ტაფაზე.

6. ოლადები

ოლადების ცომი ბლინის ანალოგიურია და უფრო სქელი კონსისტენციის. ღვივილის დროს ცომს 2-3-ჯერ გადაზელენ და ამოზელენ ამოფუებამდე. აცხოვენ კარგად დაცხელებულ ტაფაზე ან პროტვენზე. მზა ოლადების სისქე უნდა იყოს 5-6 მმ.

ფაფები

1. წიწიბურას ბლანტი ფაფა

ბლანტი ფაფები მზადდება წყალზე, რძეზე და რძისა და წყლის დამატებით. 1 კგ ბურღულისაგან იღებენ 4-5 კგ მზა ფაფას. უმეტესობა ბურღულეულისა უფრო სწრაფად იხარშება წყალზე, ვიდრე რძეზე. ამიტომ რძიანი ფაფების მომზადებისას სასურველია ბურღული მოიხარშოს ადუღებულ წყალში, შემდეგ კი ცხელ რძეში. ამ შემთხვევაში წყლის და რძის თანაფარდობა შემდეგია: ერთ მოცულობა წყალზე 2-2,5 მოცულობა რძე.

გარეცხილ წიწიბურას ჩაყრიან მცირე რაოდენობის ცხელ ადუღებულ წყალში 20 წუთის განმავლობაში, შემდეგ წყალს გადაასხავენ და აგრძელებენ ხარშვას ალდგენილ რძეში. უმატებენ შაქარს და კარაქს. კარაქი სასურველია ჩაიდოს ჭამის წინ თეფშში.

2. შვრიის ფანტელის „ჭერკულესის“ ფაფა

ადუღებულ წყალში ყრიან შაქარს, მარილს. მოურევენ და უმატებენ მომზადებულ ბურღულს. ხარშავენ 10-15 წთ, შეაქვთ ალდგენილი რძე და აგრძელებენ ხარშვას. ჭამის წინ ცხელ ფაფას უმატებენ კარაქს.

3. მანანის ბურღულის ფაფა (თხიერი ფაფა)

თხიერი ფაფები მზადდება წყალზე ან წყალზე რძის დამატებით. ამ შემთხვევაში იზრდება სითხის რაოდენობა 1:5, ე.ი. 1 კგ ბურღულზე გამოიყენება 5-6 ლიტრი სითხე.

ადუღებულ წყალში უშვებენ თხელი ნაკადით მანანის ბურღულს და ურევენ, რომ კომპტები არ წარმოიქმნას. უმატებენ შაქარს და მარილს. თეფშში უმატებენ კარაქს.

4. ბრინჯის ფაფა

ბრინჯის თხიერი ფაფის მომზადებისას 1კგ ბრინჯზე იყენებენ 5-6 ლიტრ სითხეს.

ბრინჯს ყრიან ადუღებულ მარილიან წყალში და ხარშავენ 20-30 წთ. მოხარშვამდე რამოდენიმე წუთით ადრე ჭარბ წყალს გადაასხავენ და უმატებენ ალდგენილ რძეს. აგრძელებენ ხარშვას. შეაქვთ შაქარი და კარაქი.

5. ვერმიშელის ან მაკარონის ფაფა

ადუღებულ მარილიან წყალში ხარშავენ ვერმიშელს დარბილებამდე. ჭარბ წყალს გადაასხავენ, უმატებენ ადგენილ რძეს, შაქარს და კარაქს.

გარნირები

1. კარტოფილის პიურე

კარტოფილს თლიან და ხარშავენ. ნახარშს გადაასხავენ. უმატებენ ცხელ რძეს, კარაქს და ჩაზელენ. იმისათვის, რომ პიურე წელვადი არ გახდეს კარტოფილი უნდა ჩაიზილოს გაგრილებამდე.

2. სტაფილოსა და ვაშლის პიურე

კარტოფილის პიურეს მომზადების წესის ანალოგიურია. სტაფილოსა და ვაშლს გარეცხავენ, დაჭრიან პატარა ნაჭრებად და თუშავენ მცირე რაოდენობის წყალში, მოთუშვამდე 15-20 წუთით ადრე უმატებენ რძეს, ცხიმს და მარილს.

3. ჩათუშული კომბოსტო

კომბოსტო და სტაფილო უნდა დაიჭრას მოგრძოდ, ხახვი წვრილად. ემატება ტომატ-პასტა ან პომიდორი. გადაასხავენ ზეთს და თუშავენ. პერიოდულად ურევენ, რომ არ მიიწვას. იკაზმება მარილით და მწვანილით.

4. წიწიბურას ფანტია ფაფა

გაწმენდილ და თბილ წყალში გარეცხილ წიწიბურას ხარშავენ ადუღებულ წყალში 1-2,5 ან 1-3 თანაფარდობით. ცხიმი შეაქვთ უკვე მზა წიწიბურაში.