

چیت ایلرده گی وطنداشیر بیلن
مدنی علاقه باغیش اوزبیکستان
«وطن» جمعیتی

اوزبیک طعاملری

محترم کتابخوان!

قولینگیزده گی اوشبو رساله اوزبیک خلقی نینگ
آشپزلیک و پزنده لیک صنعتیگه بغیشلنکن. اونده
قدیم - قدیمدن و حاضرگی کونده هم موجود بولکن
اوزبیک ملی طعاملرینینگ اینگ منظورلری همده
کینگ ترقلکن تورلری بیلن تیشکایسیز.

پخنه طعاملر

قه زی

آت گوشتی و یاغیدن اوزونلیگی ۱۰ - ۱۵ سانتی متر، کونده لنگ قیرقیمی ایسه ۳-۴ سانتی متر کیله دیگن حجمده کیسه سیز. تیلیشلرنی تگارہ گه سالیب، توز، مورچ و زیره بیلن آبدان قاریشتیره سیز. زیره وار گوشتگه یخشی سمینگیشی اوچون هر بیر تیلیشمنی زیره وار بیلن علیحده میجغیسه هم بوله دی. تیارلنگن محصولاتنینگ اوستینی داکه بیلن اوراب، بیر نیچه ساعت یعنی ۴ ساعتدن ۲۴ ساعت گه چه ساووقراق یرده ساقلایسیز.

آتنینگ ایچاگینی اغدریب، ساووق سوده یووگنینگیزدن سونگ توز بیلن ایشقب، ایچاکده گی شلمیشیق ماده نی چیقریب یوباره سیز، ایچاکنی سو بیلن ینه اوچ - تورت مراتبه یوویب، پیراوردیده اسمیق سو بیلن چه یقب یوباره سیز. سونگ ایچاکنینگ پیر اوچیگه چوب سوقیب کناپ بیلن چیگه سیز، ایکینجی اوچیدن ایسه تیار تیلیشلرنی بیر یاغ، بیر گوشت قیلیب تولدیره سیز، بیر کیلوگرام گوشت و یریم کیلوگرام یاغ اوچون ۴۵ - ۵۰ سانتیمتر اوزونلیگیده ایچاک کیسیب آله سیز. ایچاک

تولگاج ایکینچی تامانینی هم باغلب ینه تغاره گه
سالیب ساووق یرده ساقله یسیز. بو یریم تیار
محصولا تدریر.

یخنه طعام صفتیده استعمال قیلینه دیکن قه زینی
قزانگه سالیب ساووق سو قویب قینه تيله دی.
سونی شوندا ی قویبگه، او قه زینی ۱،۵ - ۲
سانتی متر کومیب تورسین و ۱،۵ - ۲ ساعت دوامیده
میلدیره تیب پیشیرینگ. سو قینه گندن سونگ
کوپیکینی آلیب، قه زیلرینگ بیر نیچه یرینی
ایگنه بیلن تیشه شیز.

پیشگن قه زینی ساووتیب، پرک - پرک قیلیب
کیسه سیز - ده، یوقه توغرلگن و سیرکه سیپیلگن
پیاز یاکه سالات لر بیلن بیرگه دستورخانگه
تارته سیز.

قه زینی دودلب پیشیریش اصولی هم بار. بونینگ
اوچون تیار قه زینی کومیر، نفت، تارف، قره غه ی
یا قیلیمیدیگن اوچاق لرینگ مورسیگه ۳ - ۴ آی و
اوندن هم کوپراق وقت آسیب قویله دی. مدت
اوتگچ، قه زینی ایسلردن تازه لب استعمال قیلینه دی.
بوندا ی اصول جوده اوزاق وقت طلب قیلگنلیگی
اوچون قه زینی گوشت کامبینات لری نینگ بو یورتمه
قبول قیله دیکن دودلش بولیملری خدمتیدن فایده لنیب
تیارلب آلگن معقول.

قه زینی فقط آت گوشتی دنگینه ایمس، قری راق
مال گوشتی دن هم تیارلسه بوله دی. قه زی تیارلش

اوچون: ۱ کیلوگرام گوشت، ۵۰۰ گرام یاغ، ۴۰ -
۵۰ سانتی متر ایچاک، ۵۰ گرام توز، ۱۵ گرام توییلکن
مورچ، ۲۵ گرام زیره حسابیده محصولات آلینه دی.
اوشبو اسلوبدن هر اولوشی ۱۰۰ گرام وزن ده گی
۱۰ - ۱۲ کیشی لیک قه زی تیارلنه دی.

قرته

آت گوشتی نینگ قه زی، قرته قسملریدن آلیب
کتته - کتته بولکلرگه بوله سیز و توز، مورچ، زیره
و اوزوم سیرکه سی سیپیپ ۱۰ ساعتچه ساووقراق
جایگه آلیب قویه سیز. سونگره اونى قه ینب تورگن
سوگه سالیب پیشیره سیز. شورباسیگه پیاز، سبزی،
لور پیراغی، توییلمه گن مورچ هم قوشینگ. شوربا
بیر قینب چیققندن سونگ، آلاونى سوستله تیب ۲
ساعت دوامیده میلدیره تیب پیشیره سیز. تیار
محصولاتنى آلیب ساووته سیز و کیچیک - کیچیک
بولکلرگه بولیب، یخنه طعام صفتیده سالاتلر بیلن
بیرگه دستورخانگه تارته سیز. شورباسی استعمال
قیلینمه یدی.

بو طعامگه: ۱ کیلوگرام آت گوشتی، ۱ چای
قاشوغیده توز، ۲ چای قاشوغیده مورچ و زیره، یریم
پیاله اوزوم سیرکه سی کیته دی. شورباسیگه ایسه
یریم باش پیاز، یریمته سبزی، ۵ - ۶ ته لور
پیراغی، ۱۰ - ۱۲ دانه توییلمه گن مورچ سالینه دی.

حسیب

قوی و مالنینگ یاغلیک ایچاگینی ایلیق سوده یوویب، ایچینی اغدره سیز و توز ایشقب شیلیمشیق ماده سینی چیقریب تشله گنینگیزدن سونگ ینه بیر نیچه مراتبه یووه سیز - ده، اونى اوز اصلیکه اغدریب، بیر اوچینی ایپ بیلن باغله یسیز (چیگه سیز) و ایکنچی تمانیدن لمپه شیشه واسطه سیده ایلگری تیارلب قوییلگن قییمه نی سالا سیز. ایچاک تولگچ، بو اوچینی هم چیگیب هر ایککی اوچینی بیر - بیریکه قوشیب باغله یسیز و ۱ - ۲ ساعت میلدیره تیب قینته سیز.

حسیب نینگ یخشی پیشیشی اوچون شور باسی قینب چیققندن سونگ اونینگ بیر نیچه یریگه ایگنه اوریب قویه سیز. پیشگن حسیبنی قزاندن آلیب ساووته سیز و نانوشته، توشلیک یا که کیچکی آوقته نیشکه پررک - پررک قیلیب کیسیب یخنه طعام صفتیده دستور خانگه تارته سیز. حسیب خواهشگه قره ب ایسیغیده استعمال قیلینسه هم بوله دی.

حسیب نینگ شور باسی علیحده کاسه لرده ایسییق طعام صفتیده توغرالگن پیاز بیلن هم تارتیله دی. قییمه سینی تیارلش: قوی یا که مال نینگ لحم گوشتیکه قرا جگر، بویراک، بیر پرچه اوپکه و دومبه قوشیب قییمه لیسیز. قییمه گه توز، زیره وارلر، میده لب توغرالگن پیاز و تازه لنگن برنج یا که

آقیشاق قوشه سیز. قییمه نینگ ایچاککه یخشی قویلیشی اوچون اونگه بیر آز ایلیق سو قوشیب یوبارینگ و یخشیلب میجینگ. بیر قوینینگ ایچاکیگه ۵۰۰ گرام گوشت، ۱ ته قرا جگر، ۲۰۰ گرام اوپکه، ۱ ته بویراک، ۱۰۰ گرام دومبه، ۱۵۰ - ۲۰۰ گرام برنج یا که آقیشاق، ۴ - ۵ باش پیاز، یریم پیاله ایلیق سو، توز، مورچ و طلبگه موافق زیره سالینه دی.

کله - پاچه

قوینینگ کله سی و آیقلرینی یویب سووی سیلکیگچ، اون بیلن ایشقب و النگه که توتیب توکینی کویدیره سیز. سونگ پیچاق بیلن کویندیلمی قیریب تشله یسیز. ایقلردن توياقلرنی اجره تیب آلیب، کله نی ایسه ایکیگه بولیب تیشلرینی قاقیب تشله یسیز. تیار محصولاتی ایسیق سوگه سالیب ۲ - ۳ ساعت اوشه سوده ساقله یسیز. پیشیریشدن آلدین پیچاق بیلن ینه بیر مراتبه قیریب یخشیلب یووکنینگیزدن سونگ قزانگه ساله سیز. کله - پاچه بیلن بیرگه یخشی تازه لنگن قارین و اوپکه، یوراک و بویراک هم قوشیب پیشیریله دی. شورباسی قینه گچ، توز و زیره وارلر سالیب، ۲ - ۲,۵ ساعت میلدیراتیب قینه تیله دی. تیار طعام قزاندن آلیب ساووتیله دی و بولکلرگه

تقسیملب بیتیکه میده توغرالکن کشنیچ، شیویت،
کوک پیاز سیپیپ دستورخانگه تارتیله دی. بو طعامگه
قوشیب استعمال قیلیش اوچون اوزوم سیرکه سی یاکه
انار و پیازدن قیلینکن سالات بیرله دی.

شورباسی خوددی حسیب شورباسی کبی
اسسیغیده علیحده طعام صفتیده ایچیله دی.

بیر قوینینگ کله سی، ایاغی، یوراک، بویراکی،
اوپکه سی و قارنیدن ۵۰۰ گرام کیراک؛ شورباسی
اوچون: ۴ - ۵ باش پیاز، بیر باغ کشنیچ یاکه
شیویت کیراک. کوک پیاز، توز و زیره، زیرک، لور
یپراغی، مورچ کبی زیره وارلر طبعگه موافق
سالینه دی. اوشبو مقدارده گی نرسه لردن (شوربادن
تشقری) گوشت حسابیده تخمیناً ۱۰ - ۱۲ کیشیلیک
طعام تیارلنه دی.

پوست دومبه

یونگی قیریپ تازه لنگن پوست دومبه نی ساووق
سوده بیر - ایکی یویب یوبارگنینگیزدن سونگ
نمک آبگه ۱ ساعت باتیریپ قویاسیز. سونگ
نمک آبدن آلیب سوست الاوده ۲۵ - ۳۰ دقیقه
میلدیراتیب پیشیره سیز. طعام پیشگچ ساووته سیز
و لونده - لونده قیلیب توغرب، سالاتلر یاکه
زیره - پیاز بیلن بیرگه دستورخانگه تارته سیز.
شورباسینی سویوق آشلر اوچون ایشلته سیز.

بونگه : ۱ قوینینگ پوست دومبه سی، «زیره -
پیاز» اوچون ایسه ۲ - ۳ باش پیاز، ۱ باغ کوك
پیاز، ۲ آش قاشوغیده انگور سیرکه سی، پیر چیمدیم
توز، زیره و مورچ کیراک بوله دی.

جز سبز سووق آشلىر

قىنتمه شوربا

قوى گوشتىنى (توشى و قابورغه سىنى) سطلگه ساليب، آزگينه ياغيدن هم توغرب قوشه سبز و ساووق سوو قوييب قىنتمه سبز. شوربانينگ كوپىگى آلىنمىدى پياز سالگچ، كوپىگى اوز - اوزيدن يوقاليب كىته دى. شورباگه پياز بىلن بىرگه ارچىلگن بوتون سبزى، توغرالگن پاتىنجان، توز و زىره وارلر ساليب، ۲۰ دقيقه مىلدىراتىب قىنتمه سبز. سونگ ارچىلگن بوتون كارتوشكه هم ساليه سبز-ده، آلاوينى سوسايتىرىب، پىشمىرىشنى دوام ايتتىره سبز. كارتوشكه پىشگچ، شوربانينگ آلاوينى اوچىره سبز. شوربا پىشمىشيدن ۳ - ۴ دقيقه اول اونگه مىده قىرقيلىگن كىشنىچ قوشىب اره لشتىره سبز. گوشتىنى آلىب پرچه - پرچه قىلىب كىسه سبز، سبزى و كارتوشكه سى بىلن طبقده چىرايلى بىزب بيتىگه مورچ سىپىب، دستورخانگه كىلتىره سبز. شوربانى كاسه لرگه يريم قوييب، اوستىگه مورچ سىپه سبز. شورباگه قوشىب استعمال قىلىش اوچون دستورخانگه فطير، آبى نان ياكه قاتىرىلگن نان كىلتىره سبز.

بوئینگ اوچون: ۵۰۰ گرام گوشت، ۵۰۰ گرام
کارتوشکه، ۴۰۰ گرام سبزی، ۵ - ۶ باش پیاز،
۴ - ۵ دانه پاتینجان، لور پیراگی، توز ۱ - ۲ دانه
قلمفر، یریم باغ کشنیچ و همه سی بولیب ۱ چای
قاشیغیده مورچ کیتهدی.

شالغام شوربا

قزانگه سو قویب، گوشتنی بوتونلیگیچه
ساله سیز و آلاونی سوست یاندره سیز. شوربا
قینب چیقونچه شالغامنی ارچیب کونده لنگیگه
پرک - پرک قیلیب توغرب، سوگه سالیب قویاسیز.
سبزینی هم ارچیب قالینلیگی ۲ سانتی متر کیله دیگن
حجمده پرک - پرک قیلیب توغره سیز و قزانده گی
قینب چیقون سوگه شالغام بیلن بیرگه ساله سیز.
شو وقت نینگ اوزیده ینه میده توغرلگن پیاز، بلغار
قلمفری، پاتینجان، توز و زیره وارلر قوشیب، ۱ ساعت
میلدیرا تیب قینه ته سیز. سونگ قزانگه پرک -
پرک قیلیب توغره لگن کارتوشکه هم ساله سیز.
کارتوشکه سی پیشگچ، شوربا تیار حسابلنه دی.

شورباده گی مسالیقنی طبق گه آله سیز،
گوشتینی کیسیب سبزه واتلر بیلن بیرگه بیزه ب،
شورباسینی کاسه لرگه یریم - یریم قیلیب قویب،
بیتیگه کشنیچ و مورچ سیپیپ دستورخوانگه
کیلتیره سیز. شورباگه سووی قاچکن نان یا که چلیک

سالینسه هم بوله دی. شالغام شورباگه قوی
گوشتی نینگ بیقین، ایلکیلی سویکلری و یومشاق
قسملری کیتته دی.

بونگه: ۵۰۰ گرام گوشت، ۵۰۰ گرام شالغام،
۲ - ۳ دانه سبزی و کارتوشکه، ۳ دانه پاتینجان،
۳ - ۴ باش پیاز، ۱ دانه قیزیل و ۱ دانه بلغار
قلمفری، لور پیراغی، توز، ۱ چای قاشمیغیده مورچ
کیراک بوله دی.

نخود شوربا

شوربا پیشمیریشدن بیر کون اول نخودنی تیریب،
یوویب، ایویتیب قویه سیز. قوی یاکه مال گوشتیینی
پرده و بیزلردن تازه لب میده قیلیب توغره سیز،
سویکلرینی ایسه یاغی چیقهدیگن قیلیب بوله سیز و
ساووق سوولی ایدیشگه سالیب ۱ ساعت دوامیده
میلدیراتیب قینته سیز. قینب تورگن شورباگه میده
توغره لگن پیاز، پاتینجان و میده مکعب شکلیده
توغره لگن سبزی همده ایویتیلگن نخودنی سالیب،
ینه ۱۵ - ۲۰ دقیقه پیشیره سیز. شورباگه
زیره وارلردن لور پیراغینی، توییلمه گن مورچ سالیب
قینتسنگیز هم بوله دی. اما توز شوربا پیشمیشی
آلدیدن سالینه دی. شوربا دستورخانگه کاسه لرده
میده توغره لگن شبت بیلن بیرگه کیلتیریله دی.
بونینگ اوچون: ۵۰۰ گرام گوشت، ۳ - ۴

باش پیاز، ۲ - ۳ دانه پاتینجان، ۲ ته سبزی، ۱،۵ پیاله ایویتیلکن نخود، لور پیراگی، ۱۰ دانه تویلمه گن مورچ، توز و یریم باغ شبت کیراک بوله دی.

کله شوربا

بیر قوینینگ کله سی و آیاقلرینی «کله پاچه» تیارلگن دیک قیلیب تازه لیسین و ۱،۵ - ۲ ساعت دوامیده میلدیره تیب پیشیره سینز. گوشت پیشگچ قزاندن آله سینز، شورباسینی مخصوص سوزگیچده سوزیب، برنج و پیاز قوشیب ینه ۲۰ - ۲۵ دقیقه قینته سینز.

شورباگه لور پیراگی، توز، اوکراپ، قیزیل قلمفر هم سالینگ. سریق پیاز یاکه کوك پیازنی میده توغرب، کاسه لرگه آز - آزدن سالیب اوستیدن یریم قیلیب شوربا قویه سینز - ده، بیتیکه مورچ سیپیپ دستورخانگه تارته سینز.

کله گوشتینی میده بولکلرگه بولیب، علیحده ایدیشه کیلتیریب قویه سینز.

کله شوربا اوچون: ۱ ته کله، ۴ ته آیاق، ۱ پیاله برنج، ۴ - ۵ باش پیاز، ۱ باغ کوك پیاز، ۳ - ۴ لور پیراگی، یریم باغ اوکراپ، توز، ۲ دانه قیزیل قلمفر کیراک. شوربا قتتیق نان و آبی نان بیلن استعمال قیلینه دی.

تاووق شوربا

جوچه خورازنی سوییب پتلیری و ایچینی تازه لب یویب تشلنگندن سونگ ایدیشگه پیاز بیلن بیرگه سالیب، ۱ ساعت میلذیراتیب قینه تیب پیشیره سیز. تاووقنی قزانگه بوتونلیگیچه یاکه بولکلرگه بولیپ سالیب ممکن. شوربا پیشیشیگه ۲۰ دقیقه قالکنده قزانگه پاتینجان، توز و زیره وارلر بیلن بیرگه بیر آز برنج هم ساله سیز طعام تیار بولگچ هر بیر کاسه گه بیر بولکدن گوشت سالیب اوستیدن شوربا قویه سیزده، دستوخانگه تارته سیز.

بونگه: ۱ ته جوچه خوراز، ۱ پیاله برنج، ۲ - ۳ باش پیاز، ۲ - ۳ دانه پاتینجان، لور پیراغی، یریم آش قاشیغیده زیرک، توییلکن قلمفر کیراک. کاسه لرگه سوزیلکن شوربا یوزیگه سیپیش اوچون: یریم باغ کشنیچ، اوکراپ یاکه کوک پیاز. اوشبو طعام طلبیگه قره ب سبزی، کارتوشکه و شالغام قوشسه هم بوله دی. او حالدده سبزه واتلر ۱ - ۲ دانه دن آلینه دی.

اوگره آشی

آش خمیرنی چوچبره گه ایشله تیله دیگندی قیلیب تیارلیسیز: یایمه خمیرنی اوقلاوگه اوره ب سونگ اوره لکن حالتیدن اوقلاونی تیسگری ایلنتیریپ خمیرنی تخلیسیز و قلینلیگی ۱ - ۲ میلی متر بولکن

اوگره کیسه سیز. اوگره نی سفره گه یایب، بیتیکه
اون سیپیپ آلیب قویه سیز. گوشتنی توغرب،
سویاکلرینی هم یاغی چیقہ دیگن قیلیب میده لیسیز و
پیاز، پاتینجان و زیره وارلرگه قوشیب قینه ته سیز،
گوشتنی پیشکچ، قزانگه سامان شکلیده توغرلگن
سبزی، مکعب شکلیده توغرلگن کارتوشکه هم
ساله سیز. شوربانینگ توزینی راستلب، ینه ۱۰ -
۱۵ دقیقه قینه ته سیز. سونگره اوگره نینگ اونینی
قاقیب تشلب، قزانگه ساله سیز، تیار طعامنی
کاسه لرگه قویب بیتیکه کشنیچ سیپیپ
دستورخانه گه تارته سیز.

اوگره آشیگه گوشتنی قییمه قیلیب سالسنگیز
هم بوله بیرهدی.

آشخمیر اوچون: ۳۰۰ گرام اون، ۱ دانه تخم،
یریم پیاله سو، یریم چای قاشیغیده توز کیراک
بوله دی.

شوربا اوچون: ۵۰۰ گرام گوشت، ۲ - ۳ باش
پیاز، ۳ - ۴ پاتینجان، ۲ دانه سبزی و کارتوشکه،
لور یراغی، مورچ، طعمیگه کوره توز سالینه دی.
بیتیکه سیپیش اوچون یریم باغ کشنیچ هم کیراک
بوله دی.

مستابه

یاغلی گوشتنی میده قیلیب توغره یسیز یاکه
چاققیده قییمه تیارلیسیز. قییمه دن گیلاس دیک -
گیلاس دیک قیلیب فریکادیلر یسیسیز و اونی اونگه

بولغب آلیب قویه سیز. سویکنی ایسه قزانکه
سالیب میده توغره لکن پیاز، پاتینجان، مکعب شکله
توغره لکن سبزی بیلن قوشیب قینه ته سیز. طعامگه
ینه زیره، زیرک، قلمفر هم قوشه سیز. طعام ۴۰ -
۴۵ دقیقه قینه گندن سونگ برنج سالیب ینه ۲۰ -
۲۵ دقیقه پیشیره سیز. شو وقتده مکعب شکله
توغره لکن کارتوشکه سالسنگیز هم بوله دی. قییمه نی
طعام پیشیشیگه ۱۵ - ۲۰ دقیقه قالکنده ساله سیز
و میلدیره تیب پیشیره سیز. طلبگه کوره برنج بیلن
بیرگه بیر آز ایویتیلگن نخود سالسنگیز هم بوله دی.
تیار طعامنی کاسه لرگه قویب، بیتیکه میده
توغره لکن کشنیچ و مورچ سیپیب دستورخوانگه
کیلتیره سیز. مستابه گه قوشیش اوچون علیحده
ایدیشه قتیغ قویه سیز.

مستابه نی تیارلش اوچون ۵۰۰ گرام گوشت،
۳ - ۴ دانه پیاز، ۱ دانه پاتینجان، ۲ - ۳ ته سبزی،
۲ دانه کارتوشکه، ۱،۵ استکان برنج، یریم استکان
نخود، یریم چای قاشیغیده زیره و زیرک، ۱ دانه
قیزیل قلمفر، یریم چای قاشیغیده طبعگه قهره ب توز
سالینه دی. بیتیکه سیپیش اوچون: یریم باغ کشنیچ
و ۱ چای قاشیغیده مورچ، ۱ پیاله قتیغ کیراک.

جزلیق سویوق آشلار

قابورمه شوربا

قوی یاغینی مکعب شکلیده قیلیب توغره یسین و چله ایریته سین. گوشتنی لونده - لونده قیلیب کیسیب، یاغ بیلن بیرگه قیزارگونچه قابوره سین، بونگه پیرک - پیرک قیلیب توغرالکن پیاز، پاتینجان قوشیب ینه ۷ - ۱۰ دقیقه قابوره سین - ده، قزانگه سو قوییش آلدیدن توغره ب قوییلگن کارتوشکه نی سالیب بیر - ایککی ایلنتیره سین. سونگ ۲,۵ - ۳ لیتر سو قوییب قینته سین. قزانده گی سو قینه گونچه توز، بیر دانه قیزیل قلمفر، توغرالکن اوکراپ و کشمیچ سالیب قویه سین. شوربانینگ طعمینی رسا قیلیش مقصدیده قزانگه ۱ - ۲ دانه ناردان آلمه تشمله سنگیز ینه ساز بوله دی. طلبگه موافق لور یپراغی هم سالیش ممکن. شوربا قینه گچ آلاونی پستلته سین و ینه ۱ ساعتجه میلدیره تیب قینته سین.

تیار شوربانی کاسه لرگه قوییب آبی نان بیلن بیرگه دستورخانگه تارته سین.
قابورمه شورباگه: ۵۰۰ گرام قوی یاکه مال گوشتی، ۱۰۰ گرام یاغ، ۵۰۰ گرام کارتوشکه، ۴

دانه پاتینجان یا که ۲ آش قاشیغیده پاتینجان شربتی
۳ - ۴ باش پیاز، ۱ دانه قلمفر، ۱ باغ اوکراپ و
کشنیچ، ۱-۲ دانه آله، توز و لور پیراغی کیراک
بوله دی.

قابورمه مستابه

قوی گوشتی و یاغینی مکعب شکلیده توغره سیزه.
یاغنی ایریتیپ چیززه سینی سوزیب آله سیز - ده،
گوشت سالیب یخشیلب قابورمه سیز. گوشت رسا
قوبوریلگچ، پیاز و پاتینجان ساله سیز. پاتینجان
ایزیلیب قابورمه قیزیل رنگه کیرگندن سونگ مکعب
شکلده توغره لکن سبزی و کارتوشکه سالیب ینه
۵ - ۶ دقیقه قابورمه سیز، سونگ سو قویب ۲۰
دقیقه قینته سیز. شورباسی پیشگچ، توز، زیره وار
و تیارلنگن برنج سالیب قینته سیز. طعام تیار
بولگندن سونگ اونی آلودن آلیب ۵ - ۶ دقیقه
«دم ییدیره سیز». مستابه کاسه لرده بیتیکه کشنیچ،
کوک پیاز سیپیپ تارتیله دی. قتیغ علیحده ایدیشه
پیریلسه ینه هم یخشی بوله دی.

مستابه نی تیارلش اوچون ۵۰۰ گرام گوشت،
۱۰۰ گرام یاغ، ۲ دانه سبزی، ۲ باش پیاز، ۳ - ۴
دانه پاتینجان، ۳ دانه کارتوشکه، ۳۰۰ گرام برنج،
توز و زیره وار کیراک بوله دی.

ماشخوردہ

گوشت یا کہ پوستومبہ نی میدہ راق قیلیب توغره یسینز، پیاز، پاتینجان و مکعب شکلیدہ توغره لگن سمبزی بیلن همه مسالیقنی داغلنگن یاغدہ یخشیلب قابورہ سیز. سونگ سو قویب زیرہ وارلر هم سالہ سیز. ماشخوردہ کہ پستدومبہ ایشلتگنینگیزدہ یاغنی آزر اق سالسنگیز هم بولہ دی. سو قینب چیقمسدن اول یوویب تیارلنگن ماشنی سالہ سیز و او آچیلگونچہ میلدیرہ تیب قینتہ سیز، سونگ قزانگہ برنجنی یوویب سالہ سیز - ده، ینه ۲۰ - ۲۵ دقیقه قینتہ سیز. قزانگہ توزنی ماش آچیلگندن سونگ سالینگ.

تیار طعامنی آلودن آلیب پیر آز دم ییدیرہ سیز، سونگ کاسہ لرگہ قویب، بیتیکہ مورچ و میدہ قیر قیلگن کشمنیچ، کوک پیاز، ریحان یا کہ اوکراپ سمپیب دستور خانگہ کیلتیرہ سیز.

ماشخوردہ کہ: ۳۰۰ گرام گوشت، ۱۰۰ گرام یاغ، ۱،۵ استکان برنج، ۱ استکان ماش، ۲ باش پیاز، ۱ دانہ سمبزی، ۲ - ۳ دانہ پاتینجان یا کہ ۲ آش قاشمیغیدہ پاتینجان شربتسی، لور پیراغی، زیرک، توز، شونینگدیک یریم باغ کشمنیچ، کوک پیاز ریحان یا کہ اوکراپ کیتہ دی.

گوچه آشی

خوقندجوخارینی کیلیده تویه سیز، پوستی یخشی
اجره لیشی اوچون کیلیگه آز - آزدن سو سالیب
توره سیز. توییلگندن سونگ ساووق سوده یوویب،
ایویتیب قویه سیز.

قزاندہ یاغنی داغ قیلیب گوشت و پیازنی قاووریب
آلگندن سونگ زیره وارلر سالیب، سو قوییب
قینته سیز. سونگره جوخارینی سالیب ۴۰ - ۴۵
دقیقه قینته سیز. گوچه یریم پیشگچ، میده مکعب
قیلیب توغرالگن کارتوشکه یاکه شالغامنی قزانگه
سالیب، ینہ ۲۰ دقیقه پیشیره سیز. توز طعام
پیشیشی آلدیدن سالینه دی.

تیار طعامنی آلاودن ۵ - ۶ دقیقه آلیب قوییب،
کاسه لرگه قویه سیز. دستورخانگه تارتیش آلدیدن
هر بیر کاسه گه میده توغرالگن کشنیچ یاکه ریحان
بر گلریدن سالا سیز.

گوچه آشی اوچون: ۵۰۰ گرام گوشت، ۳۰۰ گرام
توییلگن جوخاری، ۱۰۰ گرام یاغ، ۲ باش پیاز،
اورته چه کته لیکده گی ۲ دانه کارتوشکه یاکه ۲ -
۳ دانه شالغام، یریم باش کشنیچ یاکه بیر قسم
ریحان، ۱ دانه قیزیل قلمفر، طعمیگه موافق توز
سالینه دی.

خیره توسگه کیره دی. شونینگ اوچون آلاونی
پستله تیب توریب، سونی چومیچ بیلن آلیب تشله ی-
سین و اورنیکه سوت قویه سین. سوت بیلن بیرگه
قزانگه توز و یوپقه توغره لکن آش قباق سالیب،
ینه ۲۰ - ۲۵ دقیقه میلدیره تیب پیشیره سین.
تیار طعامنی کاسه لرگه قویب دستورخانگه
کیلتیره سین.

سوتلی گوجه آشیکه: ۲۰۰ گرام آق جوخاری،
۳۰۰ گرام آش قباق، ۳ لیتر سوت، طعمیکه موافق توز
سالینه دی.

قاقوروم

قتیغنی میده توغره لکن پیاز بیلن یخشیلب
اره لشتیریب، توز بیلن قلمفر قوشه سین. سونگره
طعامگه بولیب- بولیب قیناق سو قویه سین. اولرنینگ
همه سی یخشی اره لشگچ پیاله لرگه قویب، نان
توغرب دستورخانگه تارته سین. بونینگ اوچون: ۱
کاسه قتیغ، ۱،۵ لیتر قیناق سو، ۲ - ۳ باش پیاز،
۲ چای قاشیغیده قلمفر، ۱ چای قاشیغیده توز، هر
پیاله گه یریمته دن نان کیته دی.

قتیغلی خورده

پیاز، پاتینجان و گوشتنی میده قیلیب توغره سین.
سبزی، شالغام، کارتوشکه نی ارچیپ، مکعب شکله
توغره سین. برنج یاکه آقیشاقنی تازه لب

یو و گنینگیزدن سونگ همه مسالیقنی بیر ایدیشگه
ساله سیز، توز و زیره وار لر گه قوشیب یخشیلب
میجغیسیز. تیارلنگن محصولاتی اوستی یاپیلگن
ایدیشده ۵ - ۱۰ دقیقه آلیب قویگندن سونگ قزانگه
ساله سیز، اوستیدن سو قویب ۳۰ - ۳۵ دقیقه
میلدیره تیب قینته سیز.

برنج یازیلیب، شه قیرلب قینب تپه گه آتیله
باشله گنده طعام پیشگن حسابلنه دی.

تیار طعامنی آلاودن آلیب ۱۰ دقیقه دم بیریب
ساووته سیز و قزانده تورگنیده قتیغ و آش کوکلر
قوشه سیز. یخشی اره لشتیریب، کاسه لر گه سوزیب
دستورخانگه تارته سیز.

قتیغلی خورده اوچون: ۳۰۰ گرام گوشت، ۳۰۰
گرام برنج یاکه آقیشاق، ۲ باش پیاز، ۱ - ۲ دانه
پاتینجان، ۲ دانه سبزی و کارتوشکه، کیچیکراق
شالغام، بیر باغ کشنیچ، ریحان، ۱ آش قاشیغیده
زیره، قیزیل قلمفر، توز و ۲ پیاله قتیغ صرفلنه دی.

پلاولر

فرغانه چه پلاو

قوی نینگ دومبه یاغینی مکعب شکله توغره ب ایریته سیز، جیزه سینی سوزیب آلیب یاغنی داغله یسیز - ده، اونگه گوشتدن تازه لنگن بیر بولک سویک تشلب یو باره سیز. سویک قیزغیش توسگه کیرگونچه قابوره سیز، بو - آشگه قیزیل توس بیره دی. سویکنی آلیب تشله گندن کیین یاqqه پرره ک - پرره ک قیلیب توغره لگن پیاز ساله سیز و یخشیلب قابوره سیز. سونگ لونده - لونده توغره لگن گوشتنی قزانگه سالیب پیاز بیلن بیرگه قابوره سیز. پیاز قیزغیش توسگه کیرگچ قزانگه سامان شکلیده قیلیب توغره لگن سبزی ساله سیز. - ده، بیر آز توز سیپیب قابوره سیز. سبزی جگر رنگ توسگه کیرگنده آشگه سالینه دیکن سوونینگ یرمینی قینته سیز. زیروکنی اونچه بلند بولمه گن الاوده ۲۰ - ۲۵ دقیقه میلدیره تیب قینته سیز.

عینی وقتده برنجنی تازه لب، ساووق سو یاکه ایلیق سو بیلن ۳ - ۴ مراتبه یوویب تیارلیسیز. برنجنی ایکی کفت آره سیگه آلیب آهسته بیر نیچه مراتبه ایشمقب یوویش کیراک. برنج قتیق ایشمقب

یوویلسه میدهلنئیب کئیشی و پلاو لنج بولئیب
قالئشی ممکن. برنجنی قزانکه بیر تئکیس قئلیب
سالکندن سونگ اوچاقدن چوغنی تارتئیب آلیب النکه نی
کوچئتیره سئز و درحال برنجکه سو قویه سئز. سو
برنج یوزیدن ۱ - ۱،۵ سانتئمتر یوقاری بولسئین.
قزانده گی طعامنئنگ بیر تئکیس قئنه شی جوده مهمدئر.
عکس حالده پلاو «تئرئک» بولئیب قاله دی.

برنج هنوز سوونی تارتمئ تورئب آشمئنگ توزئنی
رسا قئله سئز. سووی تارتئلگندن سونگ اونئ کفگیر
بئلن اورته که اوئیب، بیر نئچه یرئکه دم چوب
سوقئب، یوزیده گی سوونی آستئکه توشیره سئز و
ئخشی بوغلنئشئمئکه امکان بیره سئز. سونگ آشمئ
دملئسئز. دم «بئدئرئش» وقتئ برنجئنگ مقدارئکه و
تورئکه باغلق. اوشبو اصول بویچه ۲۰ - ۲۵
دقیقه دملش کفایه قئله دی. دم گئرئی آلگنده اونده گی
سوو تامچئ لری آشکه تامئب کئتمسلئگی کئراک.
آشمئ ئخشی اره لشمئیره سئز، اگر برنج ئخشی «دم
ئیب» بیر - بئرئکه موشتله شئب قالگن بولسه،
کفگیرئنگ آرقه سی بئلن ارئب اجره تئب یو باره سئز
- ده، کته چئنی یا که سفال طبق که اوئیب
سوزه سئز، اوستئکه سوئکلئ گوشتلرنئ چئرایی
جائلشمئیره سئز. بو پلاو که علیحده ائدئشئده «پاتئنجان
و پیازدن قئلئنگن سئلات» یا که سئلات لرئنگ
خواهله گن باشقه تورئدن بئرئنی تارته سئز.
پلاو که صرفلنه دئگن محصولات مقداری: ۱ کیلو -
گرام، برنج، ۵۰۰ گرام گوشت، ۲۵۰ گرام یاغ، ۵۰۰

گرام سبزی، ۴ - ۵ باش پیاز، بیر چای قاشیغیده
زیره، زیروك، قیزیل قلمفر کیراک بوله دی. توز ایسه
طعمیگه موافق سالینه دی.

ایوئتمه پلاو

برنجنی توزلی سووده ۳ - ۴ مراتبه یوویب،
ایسسیق سووگه ایویتیپ قویه سیز. آشگه
سالینه دیگن نخود ایسه کمیده ۱۰ ساعت اول ایویتیپ
قوییلگن بولیشی کیراک. داغلنگن یاققه لونده - لونده
قیلیب توغره لگن گوشت سالیب قابوره سیز،
سونگ پیاز سالیب گوشت بیلن بیرگه قیزرگونچه
قابوره سیز. سبزینی مکعب شکلیده میده قیلیب
توغره یسیز و قزانگه سالیب ۱۰ - ۱۵ دقیقه
دوامیده قابوره سیز. شو وقتده قزانگه بیر آز توز هم
ساله سیز. سبزی، پیاز یخشی قابوریلگچ، سوو
قویه سیز و تیارلنگن نخودنی زیره وار بیلن بیرگه
سالیب ۲۰ - ۲۵ دقیقه قینته سیز. زیروك تیار
بولگچ برنجنی بیر تیکیس قیلیب ساله سیز. برنج
ایویتیلگنلیگی اوچون اونگه آزرآق سوو قویب
پیشیره سیز. پلاونی ۲۰ - ۲۵ دقیقه «دم ییگندن»
سونگ طبقه سوزیب، دستورخانگه کیلتیره سیز.

علیحده ایدیشده توغره لگن یاکه قیریلگن تورپ
یاکه «سوزمه قوشیب قیلینگن سالات» کیلتیریب
قویه سیز.

بو طعامنی تیارلش اوچون: ۱ کیلوگرام برنج،

۵۰۰ گرام گوشت، ۱۵۰ - ۲۰۰ گرام نخود، ۳۰۰
گرام یاغ، ۳ - ۴ باش پیاز، ۴۰۰ گرام سبزی کیراک.
توز و زیره وار طعمیگه موافق سالینه دی.

بخاراچه پلاو

یاغنی رسا داغلب پیازنی سالیب قابوره سیز.
سونگ سامان شکلیده توغره لکن سبزینی سالیب
بیر - ایکی ایلنتیره سیز - ده، اوستیدن سو
قویب قینته سیز، قزانگه توز هم ساله سیز.

آشگه «سایه کی» اصولده قوریتیلگن آق کشمش
ایشله تیله دی. کشمش نینگ چوبینی تیریب تشلب،
ایلیق سووده یوویب قزانگه ساله سیز.

برنجنی هم ایلیق سووده توز قوشیب یووه سیز و
آلاونی پست قیله سیز - ده، اونی قزانگه ساله سیز.
اوندن سونگی جریان «قابورمه پلاو یعنی فرغانه چه
پلاو» تیارلش ترتیبیده بوله دی. کشمش پلاونی یعنی
بخاراچه پلاونی طبقه سوزیب دستورخانگه
تارته سیز. پلاوگه قوشیب استعمال قیلش اوچون
«ریدیسکه دن تیارلنگن سالات» کیلتیره سیز.

بخاراچه پلاو اوچون: ۱ کیلوگرام برنج، ۲۵۰ گرام
یاغ، ۱۵۰ گرام کشمش، ۲ - ۳ باش پیاز، ۵۰۰ گرام
سبزی و طعمیگه کوره توز سالینه دی.

پوست دومبه پلاو

پوست دومبه نی قینه تیب پیشیریب آله سیز و بیر
نیچه بولکلرگه بولیپ قویه سیز.

پوست دومبه پلاونی «قابورمه پلاو یعنی فرغانه چه پلاوگه» اوخشه تیب تیارلیسین. گوشتگه تیارلب قوییلگن پوست دومبه نی هم قوشیب قابوره سیز.

پلاو تیار بولگچ، یخشی اره لشتیره سیز و لنگه سوزیب دستورخانگه تارته سیز. پوست دومبه نی میده قیلیب توغره ب آشنینگ یوزیگه تیریپ قویه - سیز. پوست دومبه پلاوگه قوشیب استعمال قیلینه دی. بو طعامگه قوشیب استعمال قیلیش اوچون «انار و پیازدن تیارلنگن سالات» هم دستورخانگه تارتیله دی. بو طعامنی تیارلش اوچون صرفلنه دیگن محصولات مقداری: ۱ کیلوگرام برنج، ۳۰۰ گرام گوشت، ۲۰۰ گرام پوست دومبه، ۲۰۰ گرام یاغ ۵۰۰ گرام سبزی، ۴-۵ باش پیاز، ۱ چای قاشیغیده زیره، زیروک، قیزیل قلمفر، توز ایسه طعمیگه موافق سالینه دی.

تاک آشی

تاک آشیگه سالینه دیگن گوشتنی ایکی قسمله بوله سیز، بیر قسمینی قابوریش اوچون توغره سیز، ایکیینچی قسمینی پیاز قوشیب قییمه قیله سیز. تاک آشی اوچون تاکنینگ ینگ چیققن ناوده سیده گی یاش بر گلریدن تیریپ آله سیز و یوویب اونینگ تیسگری تامانیگه قییمه سالیب توگه سیز. او آچیلیب کیتمسلیگی اوچون اوره لگن تمانینی آستیگه قیلیب تخته گه تیریپ قویه سیز. تاک بر گلرینی توگیب بولگچ، ایگنه

اوتكزيب ايپگه تيزه سيز و عليحده ايديشمگه ساليب
بیر قینه تيب آليب قويه سيز.

تاك آشيني «فرغانه چه پلاو» اصوليده تيارله يسيز.
برنج ساليش آلدیدن زيروككه تيارلب قويلگن
قيمه لی تاكنی قزانگه سالا سيز. پلاو پيشگچ
يخشيلب اره لشتيره سيز و له گنگه اوييب سوزه سيز،
قيمه لی تاك يعنى كواتك تيتيليب كيتمسليگى اوچون
اونى آهسته ليك بيلن آليب، ايپنى اوزيب
تشله ی سيز و طبق ده گى پلاونينگ يوزيگه تيريب
دستورخانگه تارته سيز.

كواتك اوچون: ۲۵۰ گرام گوشت، ۴ - ۵ باش
پياز، يريم چای قاشيغيده مورچ و زيره، توز ايسه
طعميگه قرب سالينه دی، ۳۵ - ۳۰ دانه تاك برگی
کيراک بوله دی.

پلاو اوچون: ۱ کيلوگرام برنج، ۲۵۰ گرام ياغ،
۴۰۰ گرام سبزی، ۲ - ۳ باش پياز، هر بيریدن ۱
چای قاشيغيده زيره، زيرک، قلمقر، توز ايسه طعميگه
موافق سالينه دی.

شوله لر

شوله

گوشتنی لونده - لونده قیلیب کیسه سیز، سبزینی سامان شکلیده، پیازنی ایسه پرک - پرک قیلیب توغره یسیز. همه محصولاتنی خوددی پلاو پیشیر گندیك قیلیب قابوره سیز. لیکن جزیکه پاتینجان قوشه سیز. سونگ سوو قویب قینته سیز، توز و زیره وار سالیب طعمینی رسا قیلگنینگیزدن سونگ یوویب تیارلنگن برنجنی ساله سیز و تیز - تیز کاولب پیشیره سیز. اگر برنج سالگندن سونگ سووی کملیك قیلسه قیناق سوو قویه سیز. طعام تیار بولگچ، سووی تارتیله دی و برنج بیر - بیریکه قاووشکن بوله دی. تیار طعامنی آلاودن آلیب قاپقاغی یاپیلکن حالدده ۱۰ - ۱۵ دقیقه «دم ییدیره سیز».

سونگ طبقه سوزیب، یوزیکه کوك پیاز سیمپیلکن حالدده دستورخانهکه تارته سیز.

شوله تیارلش اوچون: ۶۰۰ گرام برنج، ۴۰۰ گرام گوشت، ۳۵۰ گرام یاغ، ۲ - ۳ باش پیاز، ۴۰۰ گرام سبزی، ۲ - ۳ دانه پاتینجان کیراک بوله دی. توز و زیره وار طلبگه موافق سالینه دی. یوزیکه سیپیش اوچون یریم باغ کوك پیاز ایشله تیله دی.

ایچاک شو له

بو طعامنی خوددی «شوله» تیارلش اصولیده ایتیلگنیدیک قیلیب تیارلنه دی، فقط گوشت اورنیگه قوی یاکه مالنینگ یاغلیک ایچاکیدن توغرب ساله سیز.

ایچاک شو له گه: ۶۰۰ گرام برنج، ۴۰۰ گرام ایچاک، ۳۰۰ گرام یاغ، ۲ - ۳ باش پیاز، ۴۰۰ گرام سبزی، ۲ - ۳ دانه پاتینجان ایشله تیله دی. توز و زیره وار طلبگه موافق سالینه دی.

قابورمه شو له

گوشتنی لونده - لونده قیلیب کیسه سیز. پیاز، کارتوشکه، سبزینی مکعب شکلیده یاکه پرک - پرک قیلیب توغره سیز و همه محصولاتنی پاتینجان گه قوشیب قابورمه سیز. سونگ جزکه سوو قویمسدن، یویب تیارلنگن برنجنی سالیب ۵ - ۷ دقیقه اره لشتیریب قابورمه سیز. محصولات قزانده یخشی قابوریلگچ، سوو قویب قینته سیز همده توز و زیره وار بیلن طعمینی رسا قیلیب، پیشیریشنی آخیریگه یتکزه سیز. شو له ۱۰ - ۱۵ دقیقه «دم ییگچ» طبق گه سوزیب دستورخانگه قویه سیز.

قابورمه شو له اوچون: ۳ - ۴ دانه کارتوشکه، ۳ - ۴ باش پیاز، ۳۰۰ گرام سبزی، ۶۰۰ گرام برنج،

۳۰۰ گرام گوشت، ۴۰۰ گرام یاغ، ۲ - ۳ دانه پاتینجان سالینه دی. توز و زیره وار طعمیگه موافق سالینه دی.

لاویه شوله

گوشت، سبزی و پیازنی خوددی «قابورمه شوله» تیارلش اصولیده ایتیلگنیدیک توغره سیز و قابورمه سیز. جزیگه سوو قویب لایه ساله سیز و قینب لاویه سی یریم پیشگج، برنج قوشیب پیشمیریشنی آخیریگه بیتکزه سیز. توز بیلن قلمفر شوله پیشمیشدن اول سالینه دی.

تیار طعام «دم ییدیریلگندن» سونگ طبقه یاییب سوزیله دی و دستورخانگه تارتیله دی.

لاویه شوله اوچون: ۴۰۰ گرام برنج، ۲۰۰ گرام لاویه، ۳۰۰ گرام گوشت، ۳۰۰ گرام یاغ، ۴۰۰ گرام سبزی، ۲ - ۳ باش پیاز، ۲ - ۳ دانه پاتینجان و طعمیگه موافق توز بیلن قیزیل قلمفر سالینه دی.

ماش کیچیری

گوشتنی لونده - لونده قیلیب کیسه سیز، سبزینی ایسه مکعب شکلیده میده قیلیب توغره سیز. همه محصولاتنی پیاز بیلن بیرگه داغ بولیب تورگن یاqqه بیزین - کیتین سالیب یخشیلب قابورمه سیز. سونگ جزگه سوو قوییه سیز، یوویلگن ماشنی سالیب

میلدیره تیپ قینته سیز. ماش آچیلگج قزانگه توز،
زیره وار و یوویب تیارلنگن برنج قوشیب پیشیریشنی
آخیریگه ییتکزه سیز. طعامگه برنج قوشیلیب،
بیر آز قینه گندن سونگ سووی تارتیله دی و طعام
قزانگه یاپیشیب قیرماچ آلمسلیگی اوچون اونی تیز -
تیز کاوالب توره سیز. پیشگن ماش کیچیرینینگ سووی
باتمام تارتیلنگن، ماشی یخشی آچیلیب، برنجی ایسه
پیشیب بیر - بیریکه یاپیشگن بوله دی.

تیار طعامنی ۱۰ - ۱۵ دقیقه «دم ییدیرگندن»
سونگ طبقه یاییب سوزه سیز و ۳ - ۴ دقیقه
حورینی چیقرب دستورخانگه تارته سیز.

ماشکیچیری اوچون: ۲۰۰ گرام یاغ، ۲۰۰ گرام
ماش، ۳۰۰ گرام برنج، ۳۰۰ گرام گوشت، ۲۰۰ گرام
سبزی، ۲ - ۳ باش پیاز و طعمیگه موافق توز بیلن
زیره وار سالینه دی.

شمیر برنج

برنجنی تازه لب، ۳ - ۴ مراتبه یووه سیز و قزانگه
یریم لیترچه سو ساله سیز. سو قینه گندن سونگ
برنج ساله سیز و بیر آز توز هم تشلیسیمیز. برنج
پیشگندن سونگ سوت قویه سیز. سوتنی بیردنیگه
قویمسدن، بلکه برنجگه سینگیشیگه قره ب اوچ -
تورت مراتبه بولیب - بولیب قویش کیراک. طعام
قزانده پیشیشی جریانیده کاوالب توریه دی. برنج

بیتیلیب، سوتنی باتمام شیمیب آگندن سونگ آلاونی
 اوچیره سیز و ۵-۶ دقیقه « دم ییدیره سیز ».
 تیار طعامنی طبق گه سوزیب، یوزیگه سریق یاغ
 بیلن شکر سیپیب دستورخانگه تارته سیز.
 شیر برنج اوچون: ۱ کیلوگرام برنج، ۲ لیتر سوت،
 ۰،۵ لیتر سو، ۱۰۰ گرام سریق یاغ، ۲ - ۳ آش
 قاشیغیده شکر، بیر چیمدیم توز ایشلتیله دی.

ماخاره

قوی، تکه، بوزاق یا که مال گوشتینی ۵۰۰
 گرام مقداریده آلیب ساووق سوگه سالیب قینته سیز
 همده اونگه قوشیمچه بوتون سبزی هم ساله سیز.
 شورباسی قینه کچ، کوپیگینی آلیب تشلیسیز و بیر
 کون اول ایویتیب قوییلکن نخودنی سالیب قینتیشمنی
 دوام ایتتیره سیز. قزانگه نخود سالکنینگیزده
 شورباسی نخودنی کومر - کوممس بولسین. نخود نیم
 پیشکنده قزانگه بوتون کارتوشکه ساله سیز و
 پیشیریشنی ۲۰ - ۲۵ دقیقه دوام ایتتیره سیز.
 طعام پیشیشیگه ۵ دقیقه قالکنده قزانگه توز سالیب
 طعمینی راستلیسیز.

طعام کاسه لرگه قوییلیب دستورخانگه تارتیله دی.
 ماخاره گه: ۱ کیلوگرام نخود، ۵۰۰ گرام گوشت،
 ۲ - ۳ دانه سبزی بیلن کارتوشکه و طعمیگه موافق
 توز سالینه دی.

نخود شورک

نخودنی ساووق سوگه سالیب بیر کیچه و بیر کون دوامیده ایویته سیز. سونگ قزانگه ساله سیز و نخودنی کومیب توره دیگن قیلیب سو قویه سیز. اونی میلدیره تیب قینته سیز. نخودشورک تخمیناً ۲۵ - ۳۰ دقیقه ده پیشه دی. تیار طعامنی دستورخانگه لیکا پلرده تارته سیز، یوزیگه ایسه زیره، پیاز، قلمفر و توز سیپه سیز.

نخودشورک اوچون: ۱ کیلوگرام نخود، ۳ - ۴ دانه پیاز، بیر چای قاشیغیده توز، قیزیل قلمفر همده مورچ سالینه دی.

کبابلر

قزان کباب

قوی یا که مالنینگ یاغلی گوشتینی لونده -
لونده قیلیب کیسیب، توز سیپیب قویه سیز.
پیازنی پرک - پرک توغرب اونگه بیر آز اوکراپ
یا که کشنیچ قوشه سیز.

قزانگه اول بیر قبت قیلیب گوشت سالیب،
اوستیدن پیاز ساله سیز، ینه بیر قبت گوشت
سالیب، اوستیدن ینه پیاز ساله سیز و شو یوسینده
قزاننی تولدیرگچ، قاپقاغینی چیپس یاپیب، جوده
سوست آلوده ۲ ساعت دوامیده پیشیره سیز.
کبابنینگ طمعینی یخشیش مقصدیده قزانگه بیر
دانه قلمفرنی ایکیگه بولیب تشلب قویینگ.

طعام تیار بولگچ لیکاپلرگه سالیب یانگه «زیره -
پیاز»، یاوایی پیاز یا که پاتینجان کیسیب قوییب
دستورخانگه کیلتیره سیز.

بونینگ اوچون: ۷۰۰ گرام گوشت، ۵۰۰ گرام
پیاز، ۱ باغ اوکراپ یا که کشنیچ، ۱ دانه قلمفر و
طعمیگه موافق توز سالینه دی.

پرنده گوشتیدن قزان کباب

تاووق، اوردک، کورکه نی سوییب، تازه لب بولک -
بولکلرگه بوله سیز، یوزیگه میده توز سمپیپ آلیب
قویه سیز. قزاننی قیزدیریپ گوشتنی ساله سیز،
آره لریگه توغرالکن پیاز، بوتون قلمفر، چاپیلکن
آش کوکلر بیلن بیر آز سو هم سألینگ. قزان نینگ
قاپقاغینی بوغ چیقیب کیتمیدیگن چیپس قیلیب یاپیب،
سوست آلاوده ۱ ساعت دوامیده پیشیره سیز. تیار
طعام سونینگ بوغیده پیشیب اوز یاغیده قیپ -
قیزیل قابوریلکن بولیب قاله دی. دستورخانگه
تارتیشده لیکاپلرگه سالیب اطرافیگه کیسیلگن
پاتینجان، بادرینگ یاگه تورب قویه سیز.
اوشبو طعام اوچون: ۱ دانه تاووق، توز طعمیگه
مواقق. آره سیگه سالیس اوچون ۱ باش پیاز، ۱
قوراق قلمفر، ۱ باغ کشنیچ و اوکراپ کیراک
بوله دی.

سیخ کباب

قوی گوشتی نینگ لحم قسملریدن آلیب، هر
بیری ۱۰ - ۱۲ گرام کیله دیگن قیلیب لونده -
لونده بولکلرگه بوله سیز و اونگه بیر آز میده
توغره لکن پیاز، توز، قلمفر یاگه مورچ، کشنیچ
اوروغی و اوژوم سیرکه سیدن سمپیپ اره لشتیره سیز،
همه محصولات لر یخشی سیرکه لیشی اوچون اولرنی

چینی ایدیشگه سالیب بیر نیچه ساعت (۴ ساعتدن ۲۴ ساعتگه چه) کولنکه جایگه آلیب قویه سیز. گوشت بوزیلمسلیگی اوچون بیتیکه داکه یاپیب قویینگ. سونگ گوشتنی پیازدن اجره تیب هر بیر سیخگه آلتی بولکدن قیلیب اوتکزه سیز. سیخلرنی چوغ اوستیکه تیریپ پیشیره سیز. کباب پیشمیریشده شونگه اعتبار بیرینگکه، گوشت نینگ بیر تامانی یخشی پیشیب بولگنیدن سونگ ایکینچی تامانی اغدریش کیراک، عکس حالدده کباب قتیق بولیب قاله دی.

تیار کباب «زیره - پیاز»، پاتینجان، بادرینگ یا که سالات لر نینگ بیرار توری بیلن دستورخانگه کیلتیریله دی.

بونینگ اوچون: ۱ کیلوگرام گوشت، ۲ - ۳ باش پیاز، ۱ چای قاشیغیده توز، قلمفر یا که مورچ، کشنیچ اوروغی، ۴ آش قاشیغیده اوزوم سیرکه سی کیده دی.

قیمه کباب

یاغلیق قوی گوشتینی پیاز بیلن بیرگه ایککی مراتبه گوشت قیمه لش اسمبایدن اوتکزه سیز. قیمه گه تخم خامینی اره لشتیره سیز. اونگه قلمفر و توز سالیب میجغیسیر. شو قیمه دن هر بیری ۵۰ - ۶۰ گرام کیله دیگن قیلیب کیفیته لر یسه یسیر، اوزونه سیگه سیخگه اوتکزیم بیتیکه اون سمیه سیز و «کباب» تیارلش اصولیده ایتیلگندیک قیلیب چوغده پیشمیره سیز.

تیار طعامنی سیخی بیلن لیکاپلرده «زیره» پیاز، پاتینجان یا که «انار و پیازدن تیارلنگن سالات» قوشیب دستورخانگه کیلتیره سیز.

قیمه کباب اوچون: ۱ کیلوگرام لحم گوشت، ۳ پاش پیاز، ۱ دانه تخم، توز، قلمفر و ۳ - ۴ آش قاشیغیده اون کیراک بوله دی.

تیرمه کباب

قوی گوشتی نینگ سان و قابورغه قسملریدن آلیب ۵۰ - ۶۰ گراملی بولکلرگه بوله سیز. گوشت نینگ یوزیگه توز سیپیپ ایدیشگه سالیب قویینگ. سونگ علیحده ایدیشگه پیاز توغرنگ، سریمساقنی هم بولکلرگه اجره تینگ، پاتینجان توغرنگ، آشکوکلردن ایسه ریحان، جمبیل، کشنیچ، اوکراپ آلیب همه محصولاتنی گوشت قیمه له گیچدن اوتکزه سیز. سونگ اونی گوشت بیلن اره لشتیریب میجعیسیز، توییلکن قلمفر و زیره هم قوشینگ. آشکوک سووی شیمیتیلکن گوشتنی سیخلرگه اوتکزیب یوزیگه اون (جوخاری اونی بولسه ینه هم یخشی) سیپه سیز و یاغاچ، کومیر چوغیده پیشیره سیز. کبابنی یینگیل یلیپیپ پیشیریش کیراک، اول بیر تامانی قیزرگچ، سونگ ایکینجی تامانی اغدریله دی. قائده لرگه موافق پیشیریلکن اوشبو کباب نینگ هر بولگیده بیر قولتوم سیلی بوله دی.

بو طعامگه کيته ديگن محصولات: ۲ كيلوگرام
 گوشت، ۲ باش پياز، ۱ باش سریمساق، ۲ دانه
 پاتينجان، ريحان بيلن جمبيل ۱ باغدن، ۲ باغ
 کشنيچ، ۱ باغ اوکراپ، توز، قلمفر و زيره طعميگه
 موافق.

جگر کباب

جگرني ۱۰ - ۱۵ گراملي قيليب كيسه سيز همده
 اوني ميده توز و اونگه اره لشتيره سيز، سونگ هر
 بير سميخگه ۵ - ۶ توغره مدن او تکزيب «کباب»
 پيشميريش اصوليده ايتيلگنديک قيليب پيشميره سيز.
 تيار کبابني سميخي بيلن ليکاپگه قويه سيز، بيتيگه
 پياز، توز، مورچ ياکه بوجغون سيميب دستورخانهگه
 کيلتيره سيز. عليحده ايديشده سالات کيلتيريپ
 قوينگ.

جگر کبابگه: ۱ كيلوگرام جگر، ۳۰۰ گرام پياز،
 طعميگه موافق توز، مورچ ياکه بوجغون و ۲۰۰
 گرام اون ايشلتيله دي.

تنور کباب

قوي و سويقيم گوشتي نينگ سان ياکه ياغي
 کمراق قسميدن آليب قالينليگي ۲ - ۳ سانتيمتر،
 آغيرليگي ايسه ۱۰۰ - ۱۵۰ گرام کيله ديگن
 پولکلرگه بوليب چيغه سيز. سونگ بو محصولاتني

نمک آبگه باتیریب آلیب بیتیکه اون، مورچ و توییلکن زیره اره لشمه سیدن تیارلنکن اورپاق سیپه سیز و قیزیب تورکن تنورگه یاپیب قیزرگونچه پیشمیره سیز. گوشت قیزرگچ، چوغنی تنورنینگ اورته سیگه توپلب بیتیکه کول تارتیب قویه سیز، سونگ تنورنینگ آغزینی یاپیب ۱۰ - ۱۵ دقیقه دیمله یسیز.

تیار کبابنی تنوردن اوزیب، یاپیشگن کیسکلر بولسه تازه لب تشلیسیز و لیکاپگه سالیب پاتینجاندن قیلینگن «سالات» بیلن بیرگه دستورخانگه تارته سیز.

جگردن هم خوددی شو اصولده تنور کباب تیارلسه بوله دی. اما جگر بیر آز قالینراق کیسیله دی و پیشمیریش آلدیدن نمک آبگه باتیریلمه یدی. تنور کباب هر بیر خورنده گه ۱۰۰ - ۱۵۰ گرام گوشت حسابیده تیارلنه دی.

تنور کبابگه: ۶۰۰ - ۷۰۰ گرام گوشت، اورپاق اوچون ۳ - ۴ آش قاشیغیده اون، ۱ چای قاشیغیده مورچ و توییلکن زیره کیته دی.

قابورمه لر

قابورمه

گوشتنی لونده - لونده قیلیب، کارتوشکه نی
اسه پررک یا که مکعب شکلیده توغریسیز.
سبزی و پیازنی هم پررک قیلیب توغریسیز.
داغلنگن یاغده اول گوشتنی قابورمه سبزی، سونگ
پیاز تشلب بونی هم قیزرتیره سبزی. قزانگه توغره لکن
پاتینجان سالیب بیر - ایکنی ایلان تیرگنینگیزدن
سونگ تیار توغره لکن سبزی و کارتوشکه نی
ساله سبزی - ده، همه محصولاتنی اره لشتیریب،
قابوریشنی ینه ۱۰ - ۱۲ دقیقه دوام ایتتیره سبزی.
محصولات معیاریکه ییتیب پیشگچ، توز و زیره وار
سپیه سبزی و کومیب توره رلی درجه ده سوو قویب
قینته سبزی. سونگ قاتیریلکن آبی ناننی میده لب
قزانده گی طعام نینگ سوویکه باتیریب پیشیره سبزی.
اگر سوو تیز تارتیلیب کیتسه اوستیدن ینه بیر آز
قینه گن سوو قویسنگیز هم بوله دی. نان یومشب
کارتوشکه سی ایزيله باشله سه طعام پیشکن
حسابلنه دی.

تیار طعامنی طبقه یا که لیکا پلرگه سالیب
بیتیکه کوک پیاز و کشنیچ سیپیپ دستورخانگه
تارته سبزی.

قابورمه اوچون: ۵۰۰ گرام گوشت، ۵۰۰ گرام
کارتوشکه، ۳۰۰ گرام قتتیق نان، ۲۰۰ گرام یاغ،
۲ - ۳ باش پیاز، ۲ - ۳ دانه سبزی، ۴ دانه
پاتینجان کیراک بوله دی. توز و تورلی زیره وار
طعمیگه موافق سالینه دی. یوزیگه سیپیش اوچون
یریم باغ کوك پیاز بیلن کشنیچ کیته دی.

جرکاپ

بو طعام هم «قابورمه» کیبی تیارلنه دی. اما قتتیق
نان ایشله تیلمه یدی. کارتوشکه کوپراق سالینه دی.
جرکاپگه: ۴۰۰ گرام گوشت، ۱ کیلوگرام
کارتوشکه، ۲ - ۳ باش پیاز، ۲ - ۳ دانه سبزی،
۱۵۰ گرام یاغ، ۴ دانه پاتینجان کیراک بوله دی. توز
و زیره وار خواهشگه موافق ایشلتیله دی. یوزیگه
سیپیش اوچون یریم باغ کوك پیاز بیلن اوکراپ
کیته دی.

باستیره

قوی گوشتی یاکه یاش مال گوشتی نینگ سان
قسمیدن آلیب قالینلیکی ۱ سانتی متر، کتته لیکی قول
کفتیدیک کیله دیگن قیلیب کیسیب چیقہ سیز.
بیر نیچه پاتینجاننی ایزیب شربتینی چیقہ ره سیز.
شربتگه میده قیلیب پیاز توغره یسیز، توز، توییلکن
مورچ و زیره سیپیب اره لشتیره سیز. سمیرلی ایدیشگه
سالیب تیارلنگن گوشتنی هم شونگه قوشیب ۲ - ۳
ساعت آلیب قویه سیز. چویان قراننی یخشی قیزدیریب

دیوار لرلیکه گوشت بولکلرینی یاپیشتیریپ یاپه سیز،
قزان نینگ اورته سیگه ایسه پاتینجان بیلن گوشت
سیلینی قویه سیز و توغره لگن آبی نان سالیپ
درحال قزانی بوغ چیقمیدیگن قیلیپ بیرکیته سیز.

آلاونی اوچاغدن تارتیب آلیپ غایت سوست النگه
قالدیره سیز و او اوچمه ی میلدیره ب یانیپ توریشی
کیراک. گوشت ۴۰ - ۵۰ دقیقه دوامیده اوز بوغیده
پیشیب قیزاریپ کیته دی، سیلینی نان اوزیگه
سینگدیریپ آله دی.

تیار طعام طبقه سالینیپ، سالاتلر بیلن بیرگه
دستورخانگه تارتیله دی.

بو طعام اوچون ۱ کیلوگرام گوشت، ۳ - ۴ دانه
پاتینجان، ۲ - ۳ باش پیاز، توز، مورچ، زیره
صرف لنه دی.

قابوره گوشت

قوی، مال، ایچکی، بوزاق گوشتلری نینگ کمیاغ
قسملرینی ۴ - ۵ گراملی قیلیپ لونده - لونده
بولکلرگه بوله سیز و میده توز سیپیپ آلیپ
قویه سیز. قزانه یاغنی داغلب گوشتنی قابوره سیز.
قابوریلگن گوشتگه پاتینجان، پیاز، بادرینگ کیبی
سبزه واتلردن تیارلنگن سالاتلر بیلن بیرگه
دستورخانگه تارته سیز.

بو طعام اوچون ۵۰۰ گرام گوشت، ۱ کیلوگرام
یاغ، پاتینجان، پیاز، بادرینگ کیراک بوله دی.

قابورمه جگر

جگر نی ۸ - ۱۰ گراملی بولکلر گه بوله سیز. قزانده
یاغنی داغلب پیازنی قابوره سیز، سونگ جگر نی سالیب
اره لشتیریپ قابوره سیز. جگر یخشی قابوریلکچ
قزانگه مورچ، توز سیپیپ یریم پیاله سوو قویه سیز
و ۱۰ دقیقه دوامیده دیمله یسیز.

قابوریلکن جگر نی سبزه وات سالاتلری بیلن
دستور خانگه تارته سیز.

قابوریلکن جگر اوچون: ۵۰۰ گرام جگر، ۱۰۰ گرام
یاغ، ۴-۵ باش پیاز و طعمیکه موافق توز بیلن
مورچ سالینه دی.

خمیر طعاملر

ممتی

خمیرنی قتیق قیلیب قاره سیز، زوواله یسب اونی اوره ب ۱۰ دقیقه دم بیره سیز. سونگ زوواله نی او قلاو بیلن تیکیس قالیندیگی ۱ - ۲ میلیمتر قیلیب یایه سیز. یایه نی ۱۰ × ۱۰ سانتی متر حجمده گی مکعب بولکچه لرگه کیسیب، هر بیر جیلدگه بیر آش قاشیغیده قیمه و بیر بولک دومبه یاغی سالیب ممتی توگه سیز. توگیلگن ممتی لر و خمیر جیلد لر قنزیب کیتمسلیگی اوچون اوستیگه سداچیق یاپیب قویه سیز. ممتی قسقان نینگ لپک لرینی یاغلب توگیلگن ممتی لر نی بیر - بیر یگه تیگمه یدیگن قیلیب بیتیکه ساووق سوو پورکیسین و قسقانگه سالیب ۴۵ دقیقه دن ۱ ساعته گه چه بوغلیسین.

تیار طعامنی علیحده لیکاپلرگه ۴ دانه دن یاکه همه سینی کتته طبقگه سالیب یوزیگه قتیغ یاکه قیماق قویه سیز و مورچ سیپیپ دستورخانگه کیلتیره سیز. علیحده ایدیشده اوزوم سیرکه سی هم کیلتیریپ قویینگ. ممتی دستورخانگه کاسه لرده هم تارتیله دی. کاسه گه ۲ یاکه ۴ دانه ممتی سالیب، اوستیدن قتیغلنگن شور با قویه سیز - ده، مورچ و کشنیچ سیمپیلگن حالدده کیلتیره سیز.

منتی نینگ قیمة سی قوییده گیچه تیارلنه دی: قوی
 یا که مال گوشتی نینگ لحم قسمیدن آلیب گوشت
 قیمة له گیچدن اوتکزینگ یا که اوتکیر پیچاقده
 نخودچه شکلده توغرنگ. قیمة که میده توغرلگن پیاز،
 مورچ، نمک آب قوشیب میجغیسیز. قیمة که قوشیب
 توگیش اوچون دومبه یا که چروی یاغینی بادامدی
 شکلده توغریسیز.

منتی نینگ خمیرینی تیارلش اوچون ۵۰۰ گرام اون،
 ۱ دانه تخم، ۱ چای قاشیغیده توز کیتهدی.
 قیمة سی اوچون ۱ کیلوگرام لحم گوشت، ۵۰۰
 گرام پیاز، یریم پیاله نمک آب، ۱ چای قاشیغیده
 مورچ، ۱۰۰ گرام دومبه یا که چروی یاغی
 ایشلتیله دی.

آش قباق منتی

آش قباق منتی نینگ خمیری اول «منتی» تیارلش
 اصولیده کورستیب اوتیلگنیدیک تیارلنه دی.
 قیمة سی آش قباقدن قیلینه دی. بونینگ اوچون
 آش قباقنی قیره سیز یا که مکعب شکلیده میده قیلیب
 توغره سیز. قیمة که میده توغره لگن پیاز و ایزیلگن
 چیزه یا که دومبه یاغی قوشه شیز، قیزیل قلمفر
 بیلن توز سیمپب اره لشتیره سیز.

قالگن جریانلر «منتی» تیارلش بولیمیده
 کورستیل گندیک دوام ایتهدی. پیشیش وقتی ۳۰ -
 ۴۰ دقیقه.

دستورخانه‌گه تارتیشده منتی لرنینگ یوزیگه سر یغ یاغ سورتیه سیز یا که قیماق قویه سیز.
 منتی نینگ خمیریگه ۵۰۰ گرام اون، ۱ دانه تخم،
 ۱ چای قاشیغیده توز کیتیه دی.
 قیغه سیگه ۱ کیلوگرام تازه لنگن آش قباق، ۴ - ۵
 باش پیاز، ۱ چای قاشیغیده توز و قلمفر، ۱۵۰ گرام
 چیززه یا که دومبه یا شی کیراک بوله دی.
 منتی لرنینگ بیتیکه سوریش اوچون بیر آز سر یغ یاغ
 یا که قیماق ایشلتیله دی.

چوچبره

خمیرنی منتیکه تیارلگندیک قیلیب قاره سیز و
 او قلاوده نفیس قیلیب یایه سیز. یایمه نی ۵ × ۵ یا که
 ۶ × ۶ ساننی متر حجمده مکعب شکلده کیسیب، هر
 بیر جیلدگه ۱ چای قاشیغیده قیغه ساله سیز - ده،
 چوچبره توگه سیز.

قه ینب تورگن سووگه آزگینه توز قوشه سیز و
 چوچبره لرنی سالیب قینته سیز. چوچبره ایدیش
 یوزیگه قلقیب چیقسه پیشگن حسابلنه دی.

پیشمیب تیار بولگن چوچبره نی چاولیده سوزیب
 آلیب طبقه ساله سیز و بیتیکه قتیغ یا که بولمسه
 «پیازداغ» سالیب دستورخانه‌گه تارته سیز. بعضی
 حالرده چوچبره گه اوژوم سمیرکه سمی و مورچ سمیپ
 هم استعمال قیله دیلر.

چوچبره نینگ قیغه سی قوییده گیچه تیارلنه دی؛

ياغليك و لحم قوی ياکه مال گوشتینی میده لب چاپه -
سيز، گوشت قيمه له گيچدن اوتکز سنگيز هم بوله -
دی. قيمه گه پيازنی میده توغرب قوشه سيز، مورچ
ياکه قيزيل قلمفر، نمک آب سالیب میجغیسیسيز.

چوچبره نینگ خمیری اوچون ۵۰۰ گرام اون، ۱ دانه
تخم، ۱ چای قاشیغیده توز کیراک.

قیمه سیگه ۵۰۰ گرام گوشت، ۴۰۰ گرام پياز،
۱ چای قاشیغیده توز و مورچ کیراک بوله دی.

یوزیگه ۱ پیاله قتیغ ياکه «پيازداغ» (پيازداغ
اوچون ۵۰ گرام ياغ، ۲ - ۳ باش پياز ایشلتیله دی)
ياکه ۱ آش قاشیغیده اوزوم سیرکه سې باخود ۱
چای قاشیغیده مورچ کیته دی.

کوک چوچبره

قیمه سی آتقولاق، جغ - جغ، یونغیچقه، شوره،
یلپیز، اسملاق، مامه قیماق، کشنیچ، کوک پياز،
آق پياز، چیززه ياکه دومبه ياغ اره لشمه سیدن
تیارلنه دی. همه محصولاتنی میده لب چاپه سيز، توز
و قلمفر قوشیب میجغیب، قیزیب تورگن قزانگه
سالیب قابوریب آله سيز. «چوچبره» تیارلشده
کورستیلگنیدیک قیلیب خمیر جیلد یسه یسیز و کوک
قیمه نی سالیب چوچبره توگه سيز. چوچبره قه یناق
سووگه سالیب پیشیریله دی.

تیار چوچبره نی طبقه سالیب، بیتیکه سریغ یاغ
سورتیب دستورخانگه کیلتیره سيز.

كوك چوچبره نینگ خمیری اوچون ۵۰۰ گرام اون،
 ۱ دانه تخم، ۱ چای قاشیغیده توز کیراک بوله دی.
 قیمة سیگه کوکلردن ۱ کیلوگرام، ۵۰۰ گرام پیاز،
 ۱ باغ كوك پیاز، ۱۵۰ گرام دومبه یا که جیززه، ۱
 آش قاشیغیده قلمفر ایشلتیله دی. بیتیکه سوریش
 اوچون ۲ آش قاشیغیده سریغ یاغ کیراک بوله دی.

لغمان

خمیرنی تیکیس یایب ۱ میلیمتر قیلیب اوگره
 کیسه سیز و شور سووده پیشیریب آلیب ساووق
 سووده ۲ - ۳ مراتبه چه یقیسیز، سونگ سووی
 سیلقیب توریشی اوچون چاولیگه سالیب قویه سیز.
 علیحده قزانده قیله تیارله یسیز، بونینگ اوچون
 گوشت، یاغ، کارتوشکه، تورپنی کیچیک مکعب
 شکلیده، سبزی، لاولاگی و کرامنی سامان شکلیده،
 پیاز و بلغار قلمفرنی پرک - پرک قیلیب، پاتینجان
 و سرمساقنی ایسه میده قیلیب توغره یسیز. یاغنی
 داغلب اول گوشتنی قابوره سیز، گوشت قیزرکچ پیاز
 ساله سیز و پاتینجان، سرمساق بیلن بیرگه سیلی
 چیققونچه قابوریشنی دوام ایتتیره سیز. سونگ
 باشقه سبزه واتلرنی سالیب بیر نیچه مراتبه
 اره لشتیره سیز، توز، مورچ یا که قلمفر سیپیپ خمیر
 پیشیریلگن سوودن قویه سیز - ده، سوست الاوده
 ۰۳ - ۴۰ دقیقه میلدیره تیب پیشیره سیز.

قیله تیار بولکچ، اوگره نی ایسیق سووگه بیر

باتیریب آله سیز - ده، طبقه یاییب ساله سیز و اوستیگه بیر قبت قیله، بیر قبت اوگره سالیب دستورخانگه تارته سیز. لغمانی دستورخانگه کاسه لرده هم کیلتیرسه بوله دی.

لغمان نینگ خمیری اوچون: ۱ کیلوگرام اون، ۲ دانه تخم، ۱ چای قاشیغیده توز کیراک. قیله سیگه: ۴۰۰ گرام گوشت، ۲ - ۳ دانه کارتوشکه، ۱ دانه تورب، ۲ دانه سبزی، ۱۰۰ گرام کرام، ۳ - ۴ باش پیاز، ۴ دانه بلغار قلمفری، ۳ - ۴ دانه پاتینجان، ۶ - ۷ پرک سرمساق سالینه دی. توز و زیره وار طعمیگه موافق سالینه دی.

کولچه تای یاکه شیلپیلداق

آت گوشتی بیلن قه زینی یاکه قوی گوشتی بیلن قه زینی قزانگه سالیب سوست آلوده ۱ - ۱،۵ ساعت قینه تیب پیشیره سیز. گوشت پیشیچ آلیب قویه سیز. خمیرنی قاریب یوپقه قیلیب یایه سیز و کتته لیگی ۵ × ۵ سانتی متر یاکه ۷ × ۷ سانتی مترلی قیلیب شیلپیلداق تیارلیسیز و اونی گوشت قینه گن شورباده پیشیره سیز. پیشگن خمیرنی طبقه سوزیب، بیتیگه میده توغره لکن پیازنی و کیسیلگن قه زی بیلن گوشتنی قویب دستورخانگه کیلتیره - سیز. قه زی و گوشت ساویب یاغی تونگلب قالگن بولسه طبقه سالیش آلدیدن شورباگه باتیریب ایستیب آلینگ.

شور با سینی دستور خانگه علیحده کاسه لرده
قتیغ قوشیلگن حالدہ تارته سیز.
شیلپیلداق اوچون ۵۰۰ گرام قه زی، ۵۰۰ گرام
گوشت، ۲ - ۳ باش پیاز، ۱ پیاله قتیغ کیراک.
خمیر اوچون ۱ کیلوگرام اون، ۲ دانه تخم، ۲ چای
قاشیغیده توز کیتہ دی.

نارین

آت گوشتی بیلن قه زی نینگ یا که تنها قه زی نینگ
اوزینی قینه تیب پیشیریپ، سامان شکلیده توغره ی-
سیز. «شیلپیلداق» تیارلشده کورستیلگنیدیک قیلیپ
خمیر تیارلیسیز - ده، اینی ۳ سانتی متر و اوزونلیگی
۱۵ - ۲۰ سانتی متر کیله دیگن قیلیپ تسمه چه لر
کیسه سیز. خمیر تسمه چه لرنی گوشت قینه گن سووده
پیشیریپ آلیب، سووی سیلقیب شمالله شی اوچون
اوقلاوگه تیریپ تازه جایگه قویه سیز. سونگ
اوقلاوده کی خمیر لرنی سامان شکلیده میده لب
توغره یسیز و گوشتگه اره لشتیره سیز نارینگه میده
توغره لگن پیاز هم قوشیله دی.

تیار طعامنی لیکاپچه لرده دستور خوانگه
کیلتیریشده بیتیکه مورچ سیپه سیز.

نارین تیارلش اوچون ۱ کیلوگرام قه زی یا که ۵۰۰
گرام گوشت، ۵۰۰ گرام قه زی، ۱ کیلوگرام اون، ۲
چای قاشیغیده توز، ۳ - ۴ باش پیاز، بیر آز مورچ
کیتہ دی.

فرموده سامسه

فرموده سامسه نینگ خمیرینی قتیق قیلیب،
توزی اوتکیر سووده قاریشتیره سیز و ایریتیلگن
قوی یاغی قوشیب، موشتلب رسا پیشیته سیز. سونگ
خمیرنی قالینلیگی ۲ میلیمتر قیلیب یایه سیز.
ایندی انه شو یایمه خمیردن پیشیرماقچی بولگن
سامسه نگیزنی کتته و کیچیکلیگیگه ماسلب جیلدر
کیسه سیز. هر بیر جیلدگه قییمه سالیب توگه سیز
و تورته سامسه نی بیر - بیرگه یاپیشتیریپ
تنورگه یاپیب پیشیره سیز. یاپیشدن اول سامسه لر
نینگ آرقه سیگه نمک آب سورته سیز و سامسه لرنی
یاپیپ بولگچ، یوزیگه سوو سیپیپ تنورنینگ
آستیده گی شمال اوته دیگن تیشیکچه نی آچه سیز - ده،
هوا یخشی ایله نیب، سامسه سینگیب پیشیشی
اوجون تنور الاوینی یلیپب توره سیز، سونگ
سامسه نی سونیب بارووچی چوغده ینه ۱۰ دقیقه چه
توتگنینگیزدن کیین تنوردن اوزیب آله سیز. سامسه نی
غوزه پایه اوتینیده پیشیرگن معقول.

فرموده سامسه نینگ قییمه سی قوییدگیچه
تیارلنه دی: یاغلی قوی گوشتینینگ لحمینی چاپقیده
قییمه لیسیر. قییمه گه پررک - پررک قیلیب توغرلگن
پیاز، مورچ و توز قوشیب رسا میجغیسیر.

مندرجه

۳ - ۹	بیتلر	ایخنه طعاملر
۱۰ - ۱۶	...	جزسيز سو یوق آشلر
۱۷ - ۴۰	...	جزلیق سو یوق آشلر
۲۱ - ۲۳	...	سوتلی و قتیغلی سو یوق آشلر
۲۳ - ۲۹	...	پلاولر
۳۰ - ۳۵	...	شوله لر
۳۶ - ۴۱	...	کبابلر
۴۲ - ۴۵	...	قابورمه لر
۴۶ - ۵۳	...	خمیر طعاملر

ЎЗБЕКСКИЕ БЛЮДА

На современном узбекском языке, арабским шрифтом

Муаллиф Маҳмудов К.

Муҳаррир Абдуллажонов Ҳ.

Рассом Эргашева М., Акбаров А.

Тех. муҳаррир Саидов Э.