

of. U.S. people

Need complete copy-
pennings

ii. 1940

641

U-61

h

24 SEP 2008

Վ. Մ. ԱՆՈՒՑՐԻԵՎ

ՏԱՔ ՍՈՒՊԵՐԻ
ՊԱՏՐԱՍՏՈՒՄԸ

541
Ա-51

ԵՐԵՎԱՆ 1940

Արմ.
2-6950a

Վ. Մ. ԱՆՈՒՑՐԻԵՎ

641
Ա-61-

ՏԱՔ ՄՈՒՊԵՐԻ ՊԱՏՐԱՍՏՈՒՄԸ

Թույլատրված է ՍՍՌՄ-ի Առեվտրանի Ժողովուրդի Ուսում-
նական հիմնարկների Գլխավոր վարչության կողմից,
որպես տեխնիկումի դասագիրք հասարակական սննդի
աշխատողների համար

Թարգմ. Գ.Ա.ԼԱՏՅԱՆ Ս.
Պատ. խմբագիր՝ Գ. ԽԱՉԱՏՐՅԱՆ



ՀՐԱՏԱՐԱԿԶՈՒԹՅՈՒՆ ԱՌԵՎՏՐԻ ԺՈՂՎՈՍԱՏԻ
ԵՐԵՎԱՆ 1940

13 FEB 2013

Ա. Ռ. Ա. Ջ. Ա. Բ. Ա. Ն

Սույն գիրքը հանդիսանում է որպես գործնական ձեռնարկ խոհարարների համար՝ նրանց կողմից տեխնիկական անցնելու ժամանակ:

Սույն գրքում բացատրված են տարբեր սուպերի պատրաստման եղանակները, ընդվորում հեղինակը հանրածանոթ ձևով բացատրում է սուպերի մշակման այս կամ այն ձևերի նշանակությունը:

Սառը և քաղցր սուպերի պատրաստումը ավյալ գրքում չի շոշափվել՝ տեղ չլինելու պատճառով: Հարկավոր է հաշվի առնել, որ սովորաբար այդ սուպերը պատրաստում են ոչ թե սուպ եփող խոհարարները, այլ սառը սուպեր եփող խոհարարները և հրուշակագործները: Իհարկե, հեղինակը չէր կարող ավյալ գրքի ծավալի սահմաններում սպառել սուպերի բազմապիսի ասորտիմենտները:

Պատրաստման այն կանոնները, որոնք բերված են այս գրքում՝ դիտվում են այս կամ այն խմբի սուպերի համար որպես տիպական կանոններ: Բոլոր բաշխումները (раскладки) գրքում տրված են նետոտ (մաքուր քաշի) արտահայտությամբ, որովհետև սուպ եփողները մթերքները ստանում են մթերման ցեխից արդեն մշակված ձևով:

Գրքում բերված նորմաների բաշխումը հիմնականում համաձայնեցված է ՄՍՌՄ-ի Առեկտրի Ժողկոմատի ճաշարանների, ռեստորանների և կաֆեների Դլխավոր Վարչություն կողմից 1937 թ. երկրորդ խմբի ձեռնարկությունների (հանրամատչելի ճաշարանների և ռեստորանների) համար հաստատված բաշխման նորմաների և Պետտոնրատի կողմից առանձին գրքով լույս տեսած հրատարակության հետ:

Բաշխման նորմաների նկատմամբ եղած շեղումները հիշատակված են տեքստում: Առանձին դեպքերում նորմաները փոխ են առնված «Բաշխման նորմաները» գրքից և կլորացված են 1—2 գրամով:



4008-87

1. ՍՈՒՊԵՐԻ ՆՇԱՆԱԿՈՒՅՅՈՒՆԸ ՍՆՆԴԻ ՍԵՋ

Գիտական խոհարարագիտութեան հիմնական խնդիրը կայանում է նրանում, որպէսզի, սննդի ֆիզիոլոգիայի նորագույն տրված վայրերի հիման վրա, աննդամթերքների վերամշակման համար քննարկեն այնպիսի ռացիոնալ ձեւեր, որոնց գործադրումով հնարավոր լինի ստանալ լավորակ և համեղ սնունդ:

Հատուկ նշանակութեան է արժուած սննդի մեջ կատարելիք խառնուրդին, այսինքն՝ այնպիսի սնունդ, որը կպարունակի իր մեջ սննդային այն բոլոր նյութերը, որոնք անհրաժեշտ են մարդկային օրգանիզմի համար—սպիտակուցներ, ճարպեր, ածխաջրեր, հանքային աղեր, ջրեր և վիտամիններ:

Այսպիսի խառնուրդային սնունդներից են հանդիսանում սուպերը (ապուրները)—առաջին տեսակի (Ջրալի) ճաշերը, որոնց հիմքը կազմում են բուլցոնը կամ սննդաջրերը:

Բուլցոնների և սննդաջրերի սննդալեւտութեան արժեքը կայանում է նրանում, որ նրանք բովանդակում են իրենց մեջ մի շարք օրգանական և հանքային նյութեր, որոնք եփման ժամանակ մթերքներից փոխանցվում են ջրի մեջ:

Բովանդակին արժեքավոր տեղ են զբաղում մսի և ձկների բուլցոնները, որովհետեւ կենդանական մթերքները, որոնցից նրանք պատրաստվում են, հարուստ են այսպես կոչված էկստրակտիկ նյութերով, որոնք ազդում են ազիքների վրա նպաստավոր կերպով՝ զրկելով մաքսոգութեան օրգանները և օժանդակում են սննդի լավ մարսողութեանը:

Մսի բուլցոնները նույնպես պարունակում են էկստրակտիկ նյութեր: Մի շարք բանջարներ պարունակում են իրենց մեջ նաև էֆիրային յուղեր, որոնք նպաստում են լորձուղի և ենթաստամոքսային երկաթնյութի արտադրմանը, որը անհրաժեշտ է սննդի վերամշակման համար:

Հատկապես կարեւոր նշանակութեան ունեն սննդաջրերի մեջ լուծվող բանջարների մեջ պարունակվող հանքային աղերը:

Բրնձի և կրոնպանների եփման դեպքում ջրի մեջ փոխվում են ազոտային և կրախմախային (սուլային) նյութերը:

Բուլցոնները՝ հանդիսանալով համալուր նյութերի կրողները, ախորժակի զրգուման և հյութաարտադրման գործում կատարում են կարեւոր դեր, նպաստում են գառնիրների (խալարետի), երկրորդ տեսակի ճաշերի, նույնպես և հացի լավ յուրացմանը բուլցոնի մեջ:

Պետք է հաշիւ առնել, որ բուլցոններն ունեն ոչ մեծ կալորիականութեան, բայց շնորհիվ գառնիրների, այսինքն՝ այն մթերքների, որոնք մտնում են սուպերի մեջ, նրանք գառնում են արդեն ոչ փոքր կարեւորութեան ունեցող կալորային միջոց, բայց այդ դեպքում հատուկ նշանակութեան ունի առաջին տեսակի ճաշերի համը:

Այսպիսով հարկավոր է անել հետեյալ եզրակացութեանը, որ առաջին տեսակի ջրալի ճաշերի պատրաստման ժամանակ հարկավոր է հատուկ ուշադրութեան դարձնել նրանց համեղայնութեան արժեքների վրա, առանց որի այդ ճաշերը կկորցնեն իրենց ֆիզիոլոգիական նշանակութեանը:

2. ԲՈՒԼՅՈՆՆԵՐ ԵՎ ԿԵՐԱԿՐԱՋՐԵՐ

1. ԲՈՒԼՅՈՆՆԵՐԻ ԵՎ ԿԵՐԱԿՐԱՋՐԵՐԻ ԴԱՍԱՎՈՐՈՒՄԸ

Բուլցոնները և կերակրաջրերը բաժանվում են հետեյալ խումբերի՝

1. Մսի բուլցոններ (մսից և մեծ ու փոքր եղջյուրավոր անասունների ոսկորներից, ճագուրից, որսի և ընտանի թռչուններից):
2. Չկան բուլցոններ (կարմիր և չսաստիկովի ձկներից և ձկան մնացորդներից):
3. Սունկի բուլցոններ (թարմ և չոր սունկերից):
4. Բանջարաջրեր (զանազան բանջարներից):
5. Չալարաջրեր (բրնձի և զարեծավարի):
6. Այլուրաջրեր (մակարոնից, վերմիշելից և լապշայից):

2. ՄՍԻ ԲՈՒԼՅՈՆՆԵՐԸ ՅԵՎ ՆՐԱՆՅ ՊԱՏՐԱՍՏՄԱՆ ԸՆԴՀԱՆՈՒՐ ԿԱՆՈՆՆԵՐԸ

Մսի բուլցոններ պատրաստելու համար անհրաժեշտ է օգտագործել այն մասերը, որոնք ավելի հարուստ են ջիզային հուսվածքներով, այսինքն՝ նրանք, որոնք ավելի քիչ են պետքական տապա-

կելու համար: Մսի բուլյոններ եփելու համար օգտագործում են մեծ եղջուրափոր անասունների մսի (տուշի) հեռեվյալ մասերը. ծաբ-րամասը, կրծքամիսը, թիակի հեռեվի մասը, թիակը—պաշխին, վիզը, օլոքը (գուլաշը), հեաին վտաքերի մասերը և սոկորները:

Այսպես կոչված սպիտակ բուլյոնը (տես ներքև) կարելի է եփել հորթի, խոզի, հավի, ճագարի և ոչխարի սոկորներից: Այն միսը որը նշանակված է բուլյոն եփելու համար, հարկավոր է վաճառ սառը ջրով (վաճառու ժամանակ միսը չի կարելի երկար թողնել ջրի մեջ, որովհետև նրա մեջ պարունակվող էկտորակտին նյութները կլուծվեն ջրի մեջ և ջրի հետ միասին գոլոր կզան կոչուղու անց-քով), հարկավոր է կտրատել 2—2 և կես կգ. կտորների չափով, իսկ սոկորները մանր կտորել 5—6 սմ. ոչ մեծ չափով: Եփելու համար պատրաստված միսը զրվում է սառը ջրի մեջ, որպեսզի նրա մեջ պարունակվող նյութները լավ լուծվեն (այն ջրում, որի մեջ պետք է եփել միսը): Եթե միսը զցվի եռման ջրի մեջ, այդ դեպ-քում կստացվի ոչ ուժեղ բուլյոն, որովհետև զրա կապակցությամբ վերջին կտորների վրա խեղճայն և եթ կառաջանա ստիտակուցային կեղև, որը մասամբ դանդաղեցնում է էկտորակտին նյութերի լու-ծումը (լուծման վրա կաշոդ կն ազդել նաև կտորի մեծությունը և եփման տեղությունը):

Եթե բուլյոնը եփում են սոկորից և մսից, այդ դեպքում մթերքները կաթսայում դասավորելու ժամանակ հարկավոր է մանրացրած սոկորները դնել կաթսայի հատակում, իսկ վերեվից դնել մսի կտորները և հետո արդեն լցնել ջուրը, որովհետև սո-կորները եփվում են ավելի ուշ, քան միսը: Բացի այդ հարկավոր է հեռացնել ամուրեաքը, այսինքն մեջքի ոպնու դեղը, որը բուլյոնին զարձնում է պղտոր:

Բուլյոնները և սուպերը եփելուց առաջ, մինչև կաթսայի մեջ նոր ջուր լցնելը, պետք է խուսափել կաթսայի մեջ նախօրոք լցրած և կանգնած ջրերից՝ որոնք ունեն սովորաբար անգուրալի համ, կամ ժանգախառն ջրերից՝ որոնք կարող են առաջացած լինել խողովակներում. ջուրը պետք է լցնել ձորակից:

Կաթսայի մեջ ջուր լցնելու ժամանակ (մինչև եփումը) հար-կավոր է հաշվի առնել ջրի եռալը:

Գործնականում ապացուցված է, որ բուլյոնը 3—4 ժամ եռման քնթացքում ջուրը պակասում է 10—15 տոկոս, զրա համար ջուրը պետք է վերցնել մոտավորապես 11—17% նորմայից ավելի, որպեսզի խույս տրվի հետագայում բուլյոնի վրա ջուր ավելացներուց:

Բուլյոնի մեջ սառը ջուր ավելացնել չի թույլատրվում, որով-հետև զրանից ցածրանում են բուլյոնի համեղության հատկու-թյունները:

Միայն ծայրահեղ դեպքերում կարելի է թույլատրել ավելաց-նելու ամբ ջուր և այն ել մեկ ժամ առաջ մինչև նրա պատրաստ-վելը: Եթե սոկորները եփվում են մսի հետ միասին և եթե միսը պատրաստ է, ապա անջատում են սոկորներից և բուլյոնն էլ դատարկում են, իսկ սոկորների վրա նորից լցնում են սառը ջուր ու շարունակում եփել զարձյալ 6 ժամ: Այդ ձևով ստանում են երկրորդ բուլյոնը, բայց ավելի ջրալի (նոսը):

Եփման պրոցեսի տեխնոլոգիաները կախված է կենդանու հա-սակից, որի միսը օգտագործված է, մսի սոկորից, կտորի մեծությու-նից, կաթսայի մեջ լցրած ջրի տարության աստիճանից, սարքա-վորման տեսակից և ձեվից (նայած կաթսայի տեսակին—կրակային է, շեռոցափոր է, թե զրվում է խոհանոցի սալաքարի վրա):

Եփման սկզբում (մինչև եռալը և քափի քաշելը), շերմության աստիճանը պետք է լինի բարձր. բուլյոնը եռում է $+100^{\circ}\text{C}$ աստի-ճանի ժամանակ: Եռալուց և քափը քաշելուց հետո եռման աստի-ճանը ավելի ցածրացվում է:

Թույլ եռման ժամանակ ավելի մեծ քանակությամբ են մսից համ ավող նյութները փոխադրվում բուլյոնի մեջ: Ուժեղ եռումից ել ճարպերը քայքայվում են, ստացվում է բուլյոնի պղտորացում և որակի փասացում: Աղը նույնպես ազդում է բուլյոնի պղտորաց-ման վրա, որովհետև նա ավելացնում է քափի արտադրումը և բա-վականին դանդաղեցնում է եփումը: Դրա համար թույլատրելի է, որ բուլյոնի մեջ աղը զցել եռալուց հետո—ոչ ուշ քան մեկ ժամ որ բուլյոնի մեջ աղը զցել եռալուց հետո—ոչ ուշ քան մեկ ժամ որ բուլյոնի պատրաստելը: Բուլյոնի վրայից հավաքած օտաջ, մինչև բուլյոնի պատրաստելը: Բուլյոնի վրայից հավաքած օտաջը կարելի է հարկավոր է նրան օգտագործել մսի կաախանների հա-մար, բայց, այդ դեպքում հարկավոր է լավ հեռեվել, որպեսզի ա-զած մսի մեջ սոկորներ չընկնեն: Բուլյոնի վրայից հավաքած ճարպն ել օգտագործում են բանջարների սարքման (ПОССИРОВА-НИЈ) համար կամ օգտագործում են որպես վառելանյութ: Մի քանի սուպերի համար արմտիքները՝ սոխը, գաղարը, մազազանուսը և նեխուրը տապակվում են (առանց յուղի):

Ամենից լավ է արմտիքները տապակել թափայի մեջ: Պրակտիկայում, սովորաբար արմտիքները տապակում են անմի-ջապես բաց խոհանոցի վրա, բայց այդ դեպքում նրանք արագ

այրվում, շրջանավարվում և ամրանում են ու միևնույն ժամանակ մեջը մնում է հում, հազորդերով բուլյոնին կծու համ ու ծխի հոտ: Բացի դրանից, այդ եղանակով տապակելը համարվում է հակա-տուղջապահական: Արմատիքները նախօրոք կեղեվից քերելով մաքրում են և լվանում ջրի մեջ: Հանքային նյութերի լուծվելուց և արմատի կորուստից խուսափելու համար արմատիքները ջրում երկար պահել չի թույլատրվում: Հետո արմատիքները կարում են, վերածելով փոք-րիկ մասերի (25—30 գր.) ազատ ձեկով (որովհետև այդ արմատիք-ները չեն օգտագործվում)։ նրանցից ստացվող համը որոշվում է արմատիքների արոմատային աստիճանով:

Այսպես օրինակ՝ գազարը և սոխը վերցնում են ըստ քաշի՝ հավասար բաժիններով, մազադանոսը, նեխուրը զցում են քիչ, որովհետև նրանք ավելի արոմատային են:

Արմատիքները լավացնում են բուլյոնի համը, տալիս են նրան արոմատ և բուլյոնը հարստացնում են հանքային աղերով:

Բուլյոնի մեջ կարելի է զցել նաև լվացած կանաչու մասեր (պրաս, նեխուր, մազազանոս), որոնք կապված են իրար հետ թելի օգնությամբ. այդպիսի խուրձիկները կոչվում են փուռն: Բացի դրանից օգտագործում են արմատիքներից մնացած կտորասնքները (որոնք առաջանում են ֆիզոլոգային կարտուսներին): Վառված շաքարով բուլյոն ներկելը ոչ թե լավացնում է բուլյոնի համը, այլ ընդհակառակը, վատացնում է, տալիս է նրան ծխի համ, զբա համար ել չպետք է գործադրել այդպիսին:

Ճիշտ եփած բուլյոնի զույնը պետք է համապատասխանի այն մթերքներին, որոնցից մշակված է և որի համար ել չի պահանջվում զույն ստանալու համար հատուկ մթերքների գործադրում և այլն, որը կարող է միայն փչացնել մսի բուլյոնի համը:

Մեկ լիար այսպես կոչված մսի սպիտակ բուլյոնի մեջ, որը պատրաստված է մեկ կիլոգրամ մսից (մեծ եղջուրավոր անասուն, միջին աննդատվությունից) և 5 լիտր ջրից, պարունակում է՝

Սպիտակուց	0,4-ից մինչև 0,5 գր
Գլյուտինա (սոսինձային նյութեր) 1,0	» 1,26 »
Ճարպեր	1,0 » 1,25 »
Էկստրակտ նյութեր	2,4 » 3,0 »
Հանքային նյութեր	1,2 » 1,5 »

Մսի բուլյոնը լինում է երեք հիմնական տեսակի՝

1. Սպիտակ, որը պատրաստված է առանց պարզեցնելու

2. Պարզ, որը ենթարկվում է պարզեցման (կանսոմե)

3. Կարմիր կամ դարչնագույն, պատրաստվում է տապակած ոսկորներից:

Ցարեր տեսակի բուլյոնների հիմնական հատկանիշները հետևյալներն են.

1. Թեկուզ ինչ մսից կամ մատուցողից էլ եփված լինի բուլյոնը, եթե նա չի ենթարկվել պարզեցման (оттягиванию) և եթե ոսկորները չեն տապակվել, նա վերաբերվում է սպիտակ բուլյոններին:

2. Պարզ բուլյոններին (կանսոմե) վերաբերվում են այն բուլյոնները, որոնք ենթարկվել են պարզեցման, որի հետևանքով բուլյոնը դարձել է միանգամայն պարզ: Պարզ բուլյոն պատրաստելու համար օգտագործում են այնպիսի բուլյոնը, որը եփված է մեծ եղջուրավոր անասունների մսից, ավելացնելով մսե պարզեցնողը (оттяжки). շնորհիվ այդ պարզեցնողի (оттяжки) բուլյոնը ձեռք է բերում մեծ ուժեղություն և պարզություն:

3. Կարմիր բուլյոններին են վերաբերվում այն բուլյոնները, որոնք եփվում են տապակած ոսկորներից, որի համար ոսկորները եփելուց առաջ լվանում, մանրացնում և տապակում են ջեռուցավոր (в духовом шкафу) վառարանների պահարաններում արմատիքների հետ միասին մինչև դարչնագույն ստանալը:

Մսի բուլյոնների նշանակումը՝

Սպիտակ բուլյոնն օգտագործվում է՝

- 1). Համեմված սուպերի համար
- 2). Պուրեանման (խյուսավոր) սուպերի համար
- 3). Մսե սպիտակ սուպերի համար
- 4). Հանսպիգներ եփելու համար:

Պարզ բուլյոնն օգտագործվում է՝

- 1) Բոլոր պարզ սուպերի համար.
- 2) Մաքուր բուլյոն մատուցելու համար (առանձին գար-նիրների, կարկանդակի հետ և այլն):

Կարմիր բուլյոնն օգտագործվում է՝

- 1) Մածուցիկ, (ուժեղ) սուպերի համար
- 2) Մսի հյութերի համար
- 3) Ֆյուլմեի համար (ուժեղ համախտացրած հյութ)
- 4) Մսից կարմիր սոուսներ պատրաստելու համար:

Բացի գրանից, սակորի բուլյոնը տարբերվում է (ըստ հեռմ-
քի բնույթի) և խտացրած բուլյոնը (ըստ նրա խտացման աստի-
ճանի): Հարկավոր է հաշվի առնել, որ սակորի բուլյոնը իր մեջ
չի պարունակում է կտարակա նյութեր և զուրկ է հյութարտա-
գրման գործադրությունից, դրա համար էլ նա չի համարվում լիար-
ժեք բուլյոն:

ՄՍԻ ՍՊԻՏԱԿ ԲՈՒԼՅՈՆ

Միսը և սակորները մաքրում, բլանում են սառը ջրով և
որից հետո մանր կտրատում են:

Ոսկորները և միսը դնում են կաթսայի մեջ (սկզբում սակոր-
ները, իսկ հետո միսը), լցնելով վրան սառը ջուր և փակում են կաթ-
սան խփով:

Յթե եփումը կատարվում է շեռոցավոր կաթսաների մեջ, այդ
դեպքում գոլորշին բաց թողնելիս պտուտակը բացում են մինչև
վերջը:

Եթե բուլյոնը եփում են խոհանոցի վրա դրած կաթսայի մեջ
(կրակի վրա), այդ դեպքում կաթսան դնում են ուժեղ կրակի վրա,
իսկ եթե բուլյոնը սկսում է եռալ՝ թուլացնում են կրակը:

Եփման ժամանակ առաջացած քափը հարկավոր է քափկիրով
հավաքել, իսկ ճարպը՝ շերտիով:

Արմատիքը պցում են այն դեպքում, երբ բուլյոնը եռացել է
և քափը վերցված է:

Երբ բուլյոնը պատրաստ է, նրա վրայից հարկավոր է կրկին
անգամ հավաքել ճարպը: Ճարպը հավաքելուց հետո բուլյոնը քա-
մում են անձեռոցիկի կամ խիտ մաղի միջոցով և օգտագործում
են ըստ նշանակման:

Մսի բուլյոնի եփումը տեղում է միջին հաշվով 2 և կես
— 3 ժամ: Բուլյոնը դատարկելուց հետո այն սակորները, որոնք
եփել են մսի հետ միասին, նորից վրան լցնում են ջուր և շարու-
նակում են եփել 6 ժամ, որի հետևանքով ստացվում է երկրորդ
բուլյոնը, բայց ավելի թույլ, քան առաջինը:

Մեկ լիտր մսի բուլյոն պատրաստելու համար պահանջվում
է 200 գր. ոսկոր, 100 գր. միս, 1,15 լիտր ջուր (հաշված եփման
ժամանակ կատարվելիք գոլորշիացումը), 5 գր. գազար, 5 գր. սոխ
2 գր. մազազանոս և նեխուր և 8 գր. աղ:

ՈՍԿՈՐԵ ԲՈՒԼՅՈՆ

Ոսկորները նախորոք տեսակավորում են:

Ինչպես հետին, այնպես և առջևի վերջավորությունների խո-
ղովակավոր ոսկորներն անջատում են, ընդվորում նրանց չեն
մանրացնում, որովհետև դրանք գործածում են որպես մատերիալ
զանազան ոսկրյա իրեր պատրաստելու համար:

Հողային վերջավորությունները սղոցում են:

Համեմայն դեպս, մնացած ոսկորները եփելուց առաջ ման-
րացվում են, ընդվորում ճարպերը լավ եփելու համար հարկավոր
է որքան հնարավոր է մանրացնել փոքր մասերի, որոնք լինեն ոչ
ավելի, քան 5—6 սմ.: Մեկ լիտր ոսկրե բուլյոն պատրաստելու
համար անհրաժեշտ է՝ 200 գր. ոսկոր, 1,5 լիտր սառը ջուր, 8 գր.
աղ, 6,0 գր. գազար, 3,0 գր. մազազանոս և նեխուր, 6,0 գր.
գլուխ սոխ:

Բուլյոնի եփումը կատարվում է ցածր եռմամբ, 7—8 ժամվա
ընթացքում: Առաջին անգամ բուլյոնի վրայից հարկավոր է ճարպը
հավաքել 2—3 ժամ հետո, իսկ երկրորդ անգամ՝ եփը վերջանա-
լուց հետո:

Եփելուց հետո բուլյոնը քամում են:

ՊԱՐԶ ԲՈՒԼՅՈՆ

Պարզ բուլյոն պատրաստելու համար օգտագործում են մսի
կամ ոսկորի բուլյոնը:

Բուլյոնը պարզեցվում է (оттягивается) մսի պարզեցնողով
(оттяжка), պարզեցնող անճարպ մսի գնդիկներով կամ ձվի սպի-
տակուցով: Ջրպես պարզեցնող օգտագործվում է ճարպազրկված
միսը, որովհետև ճարպը տալիս է բուլյոնին պղտորություն և վա-
տացնում է նրա համը:

Տվյալ դեպքում օգտագործում են մսի այնպիսի մասեր, ինչ-
պիսին են օրորը, վզի կտրած տեղը, վիզը, թիակը և կտորները:

Պարզեցնողի մեջ կարելի է ավելացնել հավի կամ թռչունի
ոսկորները, ընդվորում այդ ոսկորները մանրացնում և պարզեց-
նողի հետ միասին թրջում են կամ ավելացնում են պարզեցնո-
ղին, երբ նրան հարկավոր է միացնել բուլյոնի հետ: Ոսկորների
ավելացումով բուլյոնը ձեռք է բերում զուրեկան համ:

Մեկ լիտր պատրաստի մսի բուլյոնի համար պարզեցնող
պատրաստելու դեպքում անհրաժեշտ է 125 գր. միս, 250 գր.

Չուր—պարզեցնողը թրջելու համար և 8 գր. ձվի սպիտակուց։ Պարզ բուլյոն կարելի է պատրաստել նաև մսից և հորթի սակոր- ներից։ 1937 թ. բաշխման նորմաների համաձայն, որը հաստատ- ված է ՄՍԽՄ Առևտրի Ժողկոմատի ճաշարանների Գլխավոր Վար- չության կողմից, երկրորդ կարգի ճաշարաններին պարզ բուլյոնի համար սահմանված է հետևյալ չափը։

Միս 60 գր., սակոր 400 գր. (լիտրի համար)։

Որպեսզի մսի մեջ եղած նյութերն անհրաժեշտ քանակու- թյամբ ենթարկվեն լուծման, առանձնացրած և կտրտած միսը մեկ անգամ աղում են մտադրացով, վրան լցնում են սառը Չուր և թողնում են 1,5—2 ժամ սառը տեղում, որի ջերմությունը մոտավորապես պետք է լինի 10—12 աստիճան C:

Պարզեցնողը բուլյոնին միացնելուց առաջ նրա մեջ ավելաց- նում են ձվի սպիտակուց և խառնում, իսկ որպեսզի պարզեցնողի ձավալը մեծացվի ու նա տաքացվի մինչև $+25$ — $+30^{\circ}$, և որպեսզի հենց զրանով էլ հնարավոր լինի կանխել բուլյոնի և պարզեցնողի միջև գոյությունն ունեցող ջերմություն մեծ ճեղքվածքը, պարզեց- նողի մեջ լցնում են ոչ մեծ քանակությամբ տաք բուլյոն։ Տաքաց- րած պարզեցնողը արագ կերպով լցնում են տաք, բայց ոչ եռա- ցող, բուլյոնի մեջ, որի ջերմությունը պետք է լինի ոչ պակաս քան 80 — 90° C: Պարզեցնողը բուլյոնի հետ միացնելու ժամա- նակ հարկավոր է խառնել, որից հետո թողնում են մինչև որ բու- լյոնը եռա, ապա լցնում են նրա մեջ տապակած արմախը և թող- նում, որ դանդաղ եռա 1 — 1 և կես ժամվա ընթացքում։

Շնորհիվ պարզեցնողի մեջ գտնվող սպիտակուցային նյու- թերի մակարդմանը, որոնք բուլյոնը դարձնում են պարզ, որով- հետև սպիտակուցը մակարդվելով հավաքում է ամբողջ պղտո- րությունը և ուժեղացնում է պարզեցնողին։

Մակայն չափից ավելի սպիտակուցի գործածումը վատացնում է բուլյոնի համը, հենց զրա համար ել հարկավոր է պահպանել վերոհիշյալ չափը։ Մաքուր, պարզ բուլյոն ստանալու համար ան- հրաժեշտ է խոհանոցային գլալի կամ շերեփի օգնությունը հո- գատարությունը համարել քափը և ճարպը։ Քափը կամ ճարպը հա- վաքել քափկիրով չի կարելի, քանի որ քափկիրի միջոցով քափն ամբողջությամբ հեռացնել հնարավոր չէ և ճարպը կարող է փնալ բուլյոնի մեջ։

Բուլյոնի մեջ ֆազած քափը հետագա եռացման ժամանակ

վերափոխվում է մանր փաթիլների, որոնք երբեմն դարձնում են բուլյոնի պղտորությունը դժվար ուղղելի։

Պատրաստի բուլյոնը հարկավոր է քամել անձեռոցիկի մի- ջոցով և մեկ անգամ ևս եռացնել։

Պատրաստի բուլյոնը պետք է լինի ճարպազրկված, միան- գամայն պարզ, զեղնազույն, գյուրահամ, արմատային (անուշա- հոտ) և ուժեղ։

Բուլյոնը՝ մինչև նրա բաց թողնումը՝ պետք է պահպանվի 76 — 80° C ջերմություն տակ մարմիտի վրա։

60° C ջերմություն տակ կամ նրանից ցածր ջերմության զեպքում բուլյոնը կարող է թթվել։

ՄՍԻ ԽՏԱՅՐԱԾ ԲՈՒԼՅՈՆ

Մեկ լիտր խտացրած բուլյոն պատրաստելու համար պահանջ- վում է 500 գր. սակոր, 500 գր. միս, 8,0 գր. աղ և 1,5 լիտր Չուր։ Խտացրած բուլյոնի եփումը կատարվում է ցածր ջերմաստի- ճանի տակ, 3—4 ժամվա ընթացքում։ 1,5 լիտր Չրի զեպքում պա- կասումը հավասար է 0,5 լիտրի։

Խտացրած բուլյոնը խոհանոցից ճաշարան է արվում կիսա- պատրաստ (կիսաֆարրիկատ) ձևով, որակը այն բաց են անում տաք ջրով՝ պահանջվող թանձրությունը։

ԿԱՐՄԻՐ (ԳԱՐՉԼԱԳՈՒՅՆ) ԲՈՒԼՅՈՆ

Կարմիր բուլյոն պատրաստելու համար գործ են ածում տարբեր տեսակի սակորներ, այն է՝ տավարի, հորթի, խոզի, ոչ- խարի, հավի կամ թռչունի, նայած, թե ինչպիսի նշանակում ունի ինքը բուլյոնը։

Կարմիր բուլյոնը գնում է մածուցիկ սուպեր պատրաստելու համար, կամ որպես ֆյունեյի հյուսթ, ընդվորում մածուցիկ սու- պերի համար գործ են ածվում հորթի, հավի և թռչունի սակորները, իսկ կարմիր սոուսների կամ ֆյունեյների (ուժեղ խտացրած հյու- թերի) համար օգտագործում են որևէ տեսակի սակորներ։

Այն սակորները, որոնք նշանակված են կարմիր բուլյոնի համար, մաքրում են մսից, լվանում սառը ջրի մեջ և կտրտում ձեռքի կամ սակոր մանրացնող մեքենայի օգնությամբ։ Մանրաց- րած սակորները լցնում են թավայի մեջ և ավելացնում են նրա

վրա մաքրած, լվացած ու կտրտած արմտիքներ (գաղար, նեխուր և սոխ): Որպեսզի ոսկորները չայրվեն ու ամանը չշրկանա, հարկավոր է նախորոք թավի տակ մի քիչ ջուր լցնել, որը տապակման ժամանակ գոլորշիանում է:

Ոսկորները տապակում են խոհանոցային պահարանում-զուլորշետապակարանում (В ДУХОВОМ ШКАФУ), մոտավորապես 250—270° C ջերմությամբ, 1—1 և կես ժամվա ընթացքում. տեղադրված են կախված է ոսկորների քանակից: Ոսկորների տապակման ջամանակ հարկավոր է հաճախակի խառնել (շուտ տալ) նրա համար, որպեսզի նրանք հավասարապես տապակվեն և ստանան ոսկու կամ դարչնի գույն: Տապակած ոսկորները (առանց ճարպի, որն ստացվում է տապակման ժամանակ) դարձում են կաթսայի մեջ և լցնում են վրան սառը ջուր, այն հաշվով, որ մեկ կիլոգրամ հում փոսկրին ընկնի 2,5 լիտր ջուր: Եփումը կատարվում է սկզբում ուժեղ կրակի վրա, իսկ երբ բուլցոնը սկսում է եռալ, անհրաժեշտ է կրակը թուլացնել և շարունակել եփել 8—12 ժամ, թույլ եռմամբ. ճարպահամից և բուլցոնի պղտորությունից խուսափելու համար. բուլցոնի վրա եփելու ժամանակ առաջացած ճարպը հավաքում են: Պատրաստի բուլցոնը քամում են խիտ մազի կամ անձեռոցիկի միջոցով: Բուլցոնն իր տեսքով պետք է լինի պարզ, իսկ գույնով մուգ դարչնագույն կամ ոսկեգույն, պետք է ունենա ուժեղ էկստրակտային, մած ցիկ և միևնույն ժամանակ արոմատային (բնական-անուշահոտ) համ:

Մեկ լիտր կարմիր բուլցոն պատրաստելու համար պահանջվում են հետևյալ մթերքները՝

Ոսկոր 1,0 կգ.	Նեխուր 15,0 գր
Գլուխ սոխ 20,0 գր.	Շաղգամ 3,5 »
Գաղար 20,0 »	Ջուր 2,5 լիտր
Մաղաղանոս 15,0 »	Աղ 8,0 գր.

ՈՒԺԵՂ ԽՏԱՅՐԱԾ ԲՈՒԼՅՈՆ (Ֆյումե)

Ճարպազրկած և քամած դարչնագույն բուլցոնը ենթարկում են գոլորշեացման խոր ամանների մեջ: Եռման ժամանակ հարկավոր է զգալով հաճախակի մաքրել հյութի վրա առաջացած քափը: Եռման պրոցեսը (գոլորշեցումը) միջին հաշվով տեղում է 4—5 ժամ, վերջինս կախված է բուլցոնի քանակությունից, ջերմությունից և այրման մակարդակից: Մեկ լիտր բուլցոնից գուրս է գալիս 110—125 գր. ֆյումե:

Ֆյումեն հարկավոր է պահել չոր, սառը պահեստում 6—8°C ջերմությամբ, սառույցի վրա կամ սառցարանային սենյակում, կլայեկած կամ խեցային ամանների մեջ, մինչև 25—30 օր:

Ֆյումեն գործածվում է համեմուքային սուսների, հյութերի և թանձրուկների (ПОДЛИВОК) համար:

«ՄԻՆՈՒՏՆԻ» ԲՈՒԼՅՈՆ

«Մինուտնի» կոչվում է այն բուլցոնը, որը պատրաստված է միայն փափուկ մսի ջրից, շատ կարճ ժամանակամիջոցում: Այդ բուլցոնը պատրաստվում է բացառիկ գեղեցիկ, երբ բուլցոնի շտապ կարիք է զգացվում:

Մեկ լիտր բուլցոնի համար պահանջվելիք մթերքների չափը՝

Փափուկ միս	300—350 գր.	
Սոխ	15	»
Գաղար	10	»
Մաղաղանոս	10	»
Նեխուր	10	»
Ջուր (սպիտակուց)	25	»
Ջուր	1,0	լիտր
Աղ	8,0	գրամ

«Մինուտնի» բուլցոն պատրաստելու համար հարկավոր է միայն մեկ անգամ աղալ մաղաղացով, լցնել նրան կաթսայի մեջ, այնտեղ ել հենց ավելացնել ձվի սպիտակուցը, լցնել սառը ջուրը, խառնել և եփել ուժեղ կրակի վրա, անընդհատ խառնել թրակով, որպեսզի միայն չհաստի կաթսայի հատակին:

Երբ ջուրը սկսեց կամաց կերպով եռալ, հարկավոր է նրա մեջ լցնել մանր կտորած և տապակած արմտիքներ և աղ ու նորից եռացնել 20—30 րոպե, որից հետո բուլցոնը քամել:

«Մինուտնի» բուլցոնի պատրաստման ժամանակ մսի պարզեցնողին կարելի է ավելացնել մանրացրած հավի միս, նաև քիչ քանակությամբ մաղերա (10 գր.), որը լավացնում է բուլցոնի համը:

3. ՉԿԱՆ ԲՈՒԼՅՈՆՆԵՐ

Չկան բուլցոն պատրաստելու համար գործածում են տարբեր տեսակի ձկներ, նայած թե ինչպիսի նշանակում ունի բուլցոնը: Այն բուլցոնները, որոնք գնում են համեմուքային սու-

պեր կամ ձկնապուրենք պատրաստելու համար, օգտագործում են կարմրագույն ձկները՝ օգտավետ մնացորդները—գլուխը, պոչը, լողաթերթիկները, կաշին և կրճիկները:

Փշավոր (չաստիկովի) ձկներից բուլյոնի համար գործածում են փոքր տեսակի ձկները ամբողջ ձեզով՝ պերեկիսները, աքերինները: Օգտագործում են նաև շեղաձուկի (судак) մնացորդները՝ գլուխը, պոչը ոսկորները, կաշին, լողաթերթերը և լոբոյի ու շերեփուկի մնացորդները:

Այդ դրած փշավոր ձկների գլուխները և պոչերը նույնպես օգտագործվում են բուլյոն եփելու համար:

Սազանի, սրլայի, կարպի, բրամի (լեշչի) և կարասի գլուխները բուլյոն եփելու համար չեն օգտագործվում, որովհետև նրանք բուլյոնին տալիս են կծու համ:

Գլուխները մշակելու ղեպքում խոփիները և աչքերը հարկավոր է հանել, որովհետև նրանք տալիս են բուլյոնին դառը համ: Հենց այդ պատճառով էլ բոլոր ձկներից, բացի մանր տեսակի ձկները, որոնք օգտագործվում են ամբողջ ձեզով, հեռացնում են նաև ներքին մասերը:

Կարմիր ձկները՝ օսետրինայի, սարազանի, թառափի և շիպի գլուխները մաս-մաս կտրտում են (երկուսից մինչև չորս մասի), նայած թե ինչպիսի մեծություն ունի գլուխը:

Խոշոր, կարմիր ձկների կոճիկային—օգնաշարային մասերը նույնպես մանրացնում են: Եթե գլխի վրա կա ժանգվածություն, այդ ղեպքում հարկավոր է նախօրոք խաշել եռացող ջրի մեջ, իսկ հետո մի քանի անգամ լվանալ սառը ջրում. եթե այդ գործողությունը չկատարվի, այդ ղեպքում ժանգվածությունից բուլյոնը կդառնա կծու և անզուրեկան:

Փշավոր, աղ դրած ձկների գլուխները և պոչերը եփելուց առաջ պետք է լվանալ. աղային պարունակությունը 50%-ից ավելի չպետք է լինի:

Փոքր ձկները—աքերինը, պերեկիսը լվանում են սառը ջրի մեջ ամբողջ ձեզով, առանց հեռացնելու գլուխը և ներքին մասերը:

Չուկը և ձկան մնացորդները լվանալուց հետո լցնում են կաթսայի մեջ, որից հետո լցնում են սառը ջուր և կաթսան ծածկում խփով:

Հենց որ բուլյոնը եռաց, խուփը հարկավոր է վերցնել և շարունակել եփելը դանդաղ եռումով: Եռման ժամանակ առաջացած բափը հարկավոր է հեռացնել շերեփով կամ գզալով: Արմատիքը

լցնում են կաթսայի մեջ միմիայն բուլյոնը եռալուց հետո: Եռումը տեղում է 50—60 րոպե, հաշված եռման մոմենտից, որից հետո գազարեցնում են եռալը և 15—20 րոպե թողնում են հանգիստ վիճակում, որպեսզի նա լավ սառի:

Այդ գործողությունից հետո զրուշությամբ, առանց բուլյոնը թափահարելու, քամում են անձևուցիկի, խիտ մաղրայի կամ շատ խիտ մաղի միջոցով: Եփելուց հետո փափուկ և կրճկային մասերը ջրկում են, ընդվորում փափուկ և կրճկային մասերը անջատում են միմյանցից: Կարմիր, չաստիկովի ձկներից երկրորդ տեսակի ճաշեր եփելու ղեպքում՝ ամբողջ ձեզով կամ կտորներով, չպետք է նրանց ջուրը թափել, այլ հարկավոր է օգտագործել բուլյոնի կամ համեմունքային սուպեր եփելու համար:

Կրճիկները 60 րոպե եփելուց հետո դարձյալ մնում են պինդ, դրա համար հարկավոր է մաքրած կրճիկների եփումը շարունակել, որի համար նրանց վրա լցնում են նորից սառը ջուր և եփում, մինչև նրա լրիվ պատրաստվելը, 3—4 ժամ:

Երկրորդ եփումից հետո մնացած կրճիկի հեղուկը սննդարար է, որի համար և չեն օգտագործում:

Պատրաստի կրճիկները կտրում և գործածում են համեմունքային ձկնասուպերի համար, (սոլյանկաների) ազապուրենների, սալաթների, վինեգրետների, մարինադների (թթուների) և ձկներից պատրաստվող երկրորդ տեսակի բաժինների համար: Առանձնացված փափուկ մասը օգտագործում են համեմունքային սուպերի, վինեգրետների, նույնպես և ֆարշեր պատրաստելու համար:

Պատրաստի ձկան բուլյոնն իր տեսքով պետք է լինի համեմատաբար սաթային (զեղնատակեզույն) նրբերանգով և արոմատային (անուշահոտ): Մեկ լիտր ձկան բուլյոն պատրաստելու համար պահանջվում է.

Ոսկորներ և ձկան այլ մնացորդներ	400 գր.
Գլուխ սոխ	20 »
Մազազանոս (կարեկի-է ցոգուենը)	10 »
Ջուր	1 լիտր
Աղ	6,0 գր.

ՉԿԱՆ ՊԱՐԶ ԲՈՒՆՅՈՆ

Չկնապուրեններ, այսինքն ուժեղ և պարզ բուլյոններ պատրաստելու համար հարկավոր է սկզբում փոքր փշավոր ձկներից—



պերեկիտից, արքերինից եփել ձկան բուլյոնը: Ձկնապուրը կարելի է եփել նաև սրեկ մեկ այլ տեսակի ձկնից, օրինակ՝ շուկաձուկից, նալիճից, թառանից, պերեկիտից, արքերինից և այլն:

Լավ և ուժեղ աեսակի ձկնապուր կտրելի է ստանալ տարբեր տեսակի ձկները միասեղ եփելու դեպքում: Առանձին տեսակի ձրկներից ձկնապուրներ եփելու ժամանակ թուլատրվում է վերցնել արքերինը: Արքերինը և պերեկիտը ձկնապուրին տալիս են մեծ մածուցիկացնություն, իսկ սիզն ու նալիճ տեսակի ձկները նըրբություն և քաղցրավուն հատկություն: Լավ տեսակի բուլյոն է ստացվում կենդանի ձկներից, ушубини ձկներից ստացված բուլյոնը լինում է պտորավուն և վոշ ուժեղ: Մտեցրած ձկներից ստացած ձկնապուրները համի տեսակետից միշտ կլինեն ավելի վատ, քան կենդանի ձկներից ստացած ձկնապուրները: Նալիճները մաքրելու ժամանակ նրանց կաշին հանվում է, իսկ թառափների, պերեկիտների, արքերինների և լեշչերի մաքրման ժամանակ հանվում է միմիայն թեփուկը: Այդ ձկների սուկին մաքրում են թեփուկից, վոսկորներից, բայց օգտագործում են մաշկի հետ և եփելուց առաջ չեն խաշում: Չուքածուկից ձկնապուրներ եփելու դեպքում մաշկը մաքրում են ЖУЧОК-ներից, մաս-մաս կտորում, որից հետո կտորները ըփանում են և եփում:

Եթե ձկնապուրների համար նշանակված բուլյոնը պատրաստվում է տարբեր տեսակի ձկներից, այդ դեպքում յուրաքանչյուր առանձին տեսակի ձուկ պետք է գցել ձկնապուրի մեջ տարբեր ժամանակամիջոցում, նկատի ունենալով նրանց եփման տարբեր տեվությունը:

Այսպես օրինակ՝ սիզը, արքերինը և լեշչը եփվում են ավելի շուտ, քան նալիճը:

Ձկան սուկիները եփելու ժամանակ հարկավոր է հաշվի առնել ոչ միայն նրանց ցեղի միջեվ եղած պնդությունը, այլև սուկու մեծությունը:

Ձկնապուրի համար օգտագործվող բուլյոնի մեջ գցում են արմըտիքներ՝ մաղաղանոս, նեխուր և գլուխ սոխ: Ձկնապուրների համար շաղգամ և գաղար չեն օգտագործում, որովհետև նրանք ձկնապուրին կաան քաղցր համ: Արմտիքները գցում են կաթսայի մեջ ձկան հետ միասին, հում ձեկով և այն ել սառը ջրի մեջ: Ձկնապուրի մեջ կարելի է գցել գափնյա (Лавровый) թուփ, պղպեղ, սիսեռ և այլն, բայց ոչ մեծ քանակությամբ, որովհետև չափից գուրս մեծ քանակությամբ թնդահամությունը ձկանը գրկում է իր բնական համից:

Ձկնապուրի մեջ, 20 բուլեից ոչ շուտ մինչև նրա պատրաստվելը, հարկավոր է գցել թնդահամ համեմունքները. ժամանակից առաջ թնդահամ համեմունքների համեմելը ձկնապուրին կտա կծու համ և մզլած հոտ: Եթե ձկնապուրին ուղում են տալ ոսկե նրբերանգ գույն և հատուկ համ, այդ դեպքում, այդ նպատակի համար, սոխը մանր բրդում և տապակում են յուղի մեջ մինչև որ նա ստանա գեղեցիկ ոսկե նրբերանգ գույն:

Ձկան բուլյոնը պարզեցնելու համար, որը գնում է ձկնապուրի պատրաստելու համար, օգտագործում են մամլած ձկնկիթը (իկրա) այն հաշվով, որ մեկ լիտր պատրաստի բուլյոնին ընկնի 15—20 գր. ձկնկիթ: Ձկնկիթը գցում են ձկնապուրի մեջ որպեսզի նրան տալավ համ և միանգամայն բաց գույն:

Մամլած ձկնկիթը կարելի է փոխարինել թառափի ձկնկիթով բայց այդ դեպքում ձկնապուրը ավելի քիչ համ և պարզություն կստանա: Որպեսզի պատրաստել պարզեցնող մաստան, ձկնկիթը հարկավոր է ձեծել սանդի մեջ մինչև այնքան ժամանակ, քանի դեռ ձկնկիթի հատիկներն ամբողջությամբ չեն ջարդված, այսինքն մինչև խմորանման մասսայի ստացվելը. ձեծելու ժամանակ աստիճանաբար լցնում են մեկ անգամ սառը ջուր մեկ կամ երկու ճաշի գդար: Ընդամենը 15—20 գր. ձկնկիթին լցնում են 100—125 գր. ջուր (ձկնկիթը կարելի է ձեծել նաև հում սոխի հետ և այդ դեպքում բուլյոնի մեջ արդեն սոխ չեն գցում):

Ձկնկիթը կարելի է փոխարինել ձվի սպիտակուցով, բայց սպիտակուցները ձկնապուրին տալիս են միմիայն պարզություն, անհրաժեշտ համ նրանք չեն տալիս:

Մեկ լիտր բուլյոնի համար պահանջվում է 2 ձվի սպիտակուց, 100 գր. սառը ջուր և 2 գր. աղ: Այդ բոլորը հարկավոր է խառնել ավելիկի օգնությամբ:

Կենդանի ձկներից պատրաստած ձկնապուրը կարելի է չպարզեցնել, որովհետեվ նա ինքնըստինքյան տալիս է պարզ բուլյոն:

Ձկնապուրի սրակը, այսինքն նրա համն ու պարզությունը, վերջին հաշվով կախված է ձկան թարմությունից կամ նրա սուկորների քանակից և ձկան ցեղից:

Ձկնապուրի եփումը, սկսած եռման մոմենտից, տեվում է 50—60 բուլե, ցածր ջերմաստիճանի տակ: Երբ բուլյոնը եռաց, հարկավոր է քափը հափաքել և բուլյոնն աղել: Պատրաստի բուլյոնը հարկավոր է գուղչորեն քամել խիտ մաղի միջոցով: Բուլյոնը քամելուց հետո հարկավոր է նորից լցնել կաթսայի մեջ և

տաքացնել մինչև 50—60° C: Այդ ջերմությանը հասնելուց հետո
 ցնում են բուլյոնի մեջ ձկնկիթից կամ սպիտակուցից պատրաս-
 տած պարզեցնողը, որը նախօրոք տաքացված է 25—30 աստի-
 ճան ջերմություն ունեցող տաք բուլյոնի միջոցով: Պարզեցնողը
 ցնելու ժամանակ հարկավոր է բուլյոնը խառնել, որպեսզի պար-
 զեցնողը հավասարապես տարածվի բուլյոնի մեջ և խուփը փակված
 վիճակում թողնել նրան մինչև եռալը, որից հետո ցածրացնել
 եռման աստիճանը և շարունակել եռացնելն առանց խուփը ծած-
 կելու 30—40 րոպե: Պատրաստի ձկնապուրը հարկավոր է քա-
 մել անձեռոցիկի միջոցով. պղտորությունից խուսափելու համար
 քամելու ժամանակ չպետք է թափահարել:

Ձկնապուրը մատուցվում է ձկան կտորների հետ կամ մա-
 քուր ձեփով, կարելի է մատուցել կարտոֆիլով, սոխով և դադարով
 Այդպիսի ձկնապուրը կրում է «սիրացկոյ» անունը:

Եթե ձկնապուրը պատրաստված է նալիմից, այդ դեպքում քա-
 րացի սուկուց կարելի է ձկնապուրի մեջ ավելացնել նալիմի լյարդը:

Առանձին ձկնապուրի հետ կարելի է տալ կարկանդակ, ձկնա-
 կարկանդակ և այլն:

Ձկնաջուրը բաց է թողվում բուլյոնի բաժակներով, բայց
 կարելի է բաց թողնել նաև ավաններով և պնակներով:

Մեկ լիտր «սիրացկոյ», ձկնապուրի բուլյոն պատրաստելու
 համար պահանջվում են հետևյալ մթերքները՝

Ձկան սուկորներ և ֆուսցորդներ

Частиковой	400,0	գր.
Մազազանոս և նեխուր	20,0	»
Սոխ	20,0	»
Գազար	20,0	»
Ջուր	1,0	լիտր
Այլ	8,0	գր.

ԾԱՆՈԹՈՒԹՅՈՒՆ.— Ձկնապուրը կարելի է պտորաստել և քիչ բանակի ձուկից:
 Ըստ բաշխման նորմայի, որը հաստատված է ճաշարանների զլխավոր
 վարչության կողմից, այդ դեպքում մեկ լիտր ձկան բուլյոնի համար
 վերցվում է 212 գր. ձուկ, նեխոս (մաքուր քաշ): Սովորական ձկնա-
 պուրներ պատրաստելու համար պահանջվում են նույն մթերքները, բայց
 նրանց մեջ չեն գցում թնդահամ բանջարներ:

4. ՍՆԿԻ ԲՈՒԼՅՈՆՆԵՐ

Սունկային բուլյոն պատրաստելու համար վերցնում են չոր
 սպիտակ սունկերը, 1-ին, 2-րդ կամ 3-րդ տեսակի:

1-ին տեսակին վերաբերվում են մատղաշ սպիտակ սուն-
 կերը, 2-րդ տեսակին հասուն, սպիտակ սունկերը և 3-րդ տեսա-
 կին ժանգոտսունկերը (подберезовики) և ուրիշ:

Սունկի բուլյոնը կարելի է եփել և թարմ սունկերից, բայց
 նա ստացվում է մի քիչ մածուցիկ (լորձային): Թարմ սունկերն
 առավելապես օգտագործվում են այսպես կոչված «մարշալյան
 ապուրների» (похлебка маршальской) համար, ուղեղի և բան-
 ջարեղենի հետ միասին: Բուլյոնն եփելուց առաջ կաթսաները
 պետք է մաքուր կերպով լվացված լինեն:

Ջովված և տաք ջրում լվացած չոր սունկերը ցնում են սա-
 աքը ջրի մեջ, այն հաշվով, որ 1,3 լիտր ջրին ընկնի 20 գր. սունկ
 ու որից պետք է դուրս գա մեկ լիտր մաքուր բուլյոն:

Մատղաշ, սպիտակ ու չոր սունկերի եփման տեխնոլոգիան
 պետք է լինի 4 ժամ, հասուն, չոր, սպիտակ սունկերի համար՝
 2—3 ժամ:

Մատղաշ սունկերը տալիս են բուլյոնին բաց դեղնագույն,
 իսկ հին սունկերից ստացվում է մուգ բուլյոն: Այն սունկերը,
 որոնք եփված են մինչև փափկությունը, հանում են բուլյոնի մի-
 ջից, մանրացնում և ավելացնում են սուպերին արմախքները հա-
 մեմելու ժամանակ:

Պատրաստի բուլյոնը քամում են անձեռոցիկի կամ մաուլա-
 յի միջոցով:

Բուլյոնի համար թարմ սունկերի օգտագործման ժամանակ
 հարկավոր է վերցնել միայն կոճղը, իսկ գլխիկները թողնում են
 հրկրորդ տեսակի ճաշերի համար:

Թարմ սունկերից պատրաստած բուլյոնների համար օգտա-
 գործում են զլխավորապես սպիտակ սունկերը, նստասունկերը և
 հիմքավորները (подосиновики):

Մաքրած և լվացած կոճղը (արմախքները) հարկավոր է
 էլարակ կամ մանրացնել, ցնել սառը ջրի մեջ և եփել բուլյոնը,
 ավելացնելով աղ, հոտավետ պղպեղ (սիսեռաձեփ) և դափնյա թուփ:
 Երբ սունկերը լավ եփված են (մտավորապես եռալուց մեկ ժամ
 հետո), հարկավոր է բուլյոնը քամել անձեռոցիկի միջոցով: Թարմ
 սունկերից եփած բուլյոնը օգտագործում են համեմուքային սու-
 պերի համար՝ չչինների, բորչերի, վարունգապուրների (սասունիկ-
 ների), ապուրների և այլն:

Թարմ սունկերից մեկ լիտր բուլյոն պատրաստելու համար
 պահանջվում է.

Մուսկ 20 գր
Չուր 1,2 լիար
Սոխ 15 գր

Պագար 10 գր-
Մազազանուս . . . 5 »
Աղ 16 »

5. ԲԱՆՉԱՐԵ ԶՐԵՐ

Բանջարե ջրեր եփելու համար կարելի է օգտագործել ինչպես բանջարներն ամբողջովին, այնպես էլ և մնացորդները, կտորտանքների ձեփով, որոնք ստացվում են քերելուց, երկար քանոնաձեղ կտրելուց և բանջարի վեգետացիայի սուպերի ու զարնիրների համար պատրաստելուց: Բացի դրանցից օգտագործում են գունավոր և սպիտակացողուն կաղամբից ստացված կաղամբացորունները, պամիդորի, թարմ վարունդի, կաբաչկա զգուհների կեղեվը և ուրիշ մնացորդները:

Այն բանջարները, որոնք նշանակված են բանջարաջուր ստանալու համար, հարկավոր է նրանց վրա լցնել սառը ջուր, այն հաշվով, որ մտատվորապես 100 գր, բանջարի համար վերցվի 500 գր. ջուր, եռացնել, քափը հավաքել, աղել և շարունակել եփել թույլ եռումով մինչև պատրաստվելը: Աղը գցելուց հետո կարելի է գցել կանաչու փունջ, մազազանուսի և նեխուրի կանաչ մասերից: Երբ բանջարաջուրը պատրաստ է, նրան քամում են անձեռից: Երբ բանջարաջուրը պատրաստ է, նրան քամում են անձեռից: Երբ բանջարաջուրը պատրաստ է, նրան քամում են անձեռից: Երբ բանջարաջուրը պատրաստ է, նրան քամում են անձեռից:

Բակլայի և սիսեռի ջրերը նույնպես գործածում են համեմունքային սուպերի համար:

6. ՉԱՎԱՐԵ ԶՐԵՐ

Չավարե ջրերը կոչվում են հատուկ անունով «շլյուս»: Այդ ջրերը ստանում են բրնձից և գարեձավարներից. ցորենի և հնգկացորենի ձավարն այդ նպատակների համար պիտանի չէ: Չավարները սկզբում լվանում են տաք ջրի մեջ (գարեձավարը 2—3 անգամ, բրնձը մեկ անգամ) և հետո եփում: Չավարը հարկավոր է աստի-ճանաբար լցնել եռման ջրի մեջ արագ խառնելով: Եթե ձավարը եփելու համար լցվում է սառը ջրի մեջ, այդ դեպքում ձավարը և ջուրը կստանան կապազուլան և տեսքով կլինեն անդուրեկան: Չավարաջրերը օգտագործում են պյուրեանման (խյուսածե) սուպերի համար:

7. ԱՂԵ ԶՐԵՐ

Ալրաջրերը ստացվում են այլուրե շինվածքների եփելու հետևանքով—մակարոնից, վերմիշկից և լապչայից: Ալրաջրերն օգտագործում են համեմունքային և պյուրեանման սուպերի համար:

3. ՍՈՒՊԵՐ

1. ՍՈՒՊԵՐԻ ԵՄՔԱՎՈՐՈՒՄԸ

Ըստ պատրաստման եղանակի սուպերը բաժանվում է երեք հիմնական խմբի՝ 1) պարզ, 2) համեմունքային և 3) պյուրեանման: Բացի այդ, կա սուպերի մեկ խումբ ևս, որը կրում է «ղանազան» անուն:

Չանազան տեսակի սուպերին վերաբերում են սառը տեսակի (ակրոշկան, սառը բանջարե հապուրը, խլոզնիկը, սառը բորշը), կաթնասուպը և քաղցր սուպերը:

2. ՊԱՐԶ ՍՈՒՊԵՐ

Պարզ են կոչվում այնպիսի սուպերը, որոնք ունեն մաքուր (պարզ) տեսք և ուժեղ ճարպազրկված բուլցոն:

Պարզ սուպեր պատրաստելու համար գործ են ածում պարզ բուլցոնը (կոնսոմե), որը ստացվում է մսից, հավից կամ թռչնից:

Բոլոր բանջարե մթերքները, որոնք գնում են պարզ սուպեր պատրաստելու համար, պետք է եփել, կամ ամեն մեկն առանձին-առանձին լցնել սուպի մեջ (припускаться):

Ալրե մթերքները (լապչան, վերմիշիկը և այլն) պարզ սուպերի համար եփում են բուլցոնից առանձին՝ տաք սղաջրում և ավելացվում են բուլցոնին սառը ջրով լվանալուց հետո միայն:

Ալրաջրերն օգտագործում են համեմունքային և պյուրեանման սուպեր եփելու համար:

Պարզ սուպերի համար գործածվող ձավարներն առանց եփելու, չպետք է զցել, այլ հարկավոր է եփել, բացառությամբ բրնձից, որն օգտագործվում է կոնսոմե-սիզոտայի, զարբյուրի և բրնձով բուլցոնների համար (տես սառը 27—28 էրես). բրնձը, որը գործածում են այդ սուպերի համար, գցում են առանց նախօրք եփելու:

Բոլոր գարնիրները լցնում են բուլցոնների մեջ միմիայն մատուցելու ժամանակ և պատրաստի ձևով:

Բուլցոնը պետք է լինի մաքուր, պարզ և բուլցոնի երեսից պետք է հեռացված լինի ճարպը:

Պարզ սուպերը կարելի է մատուցել կարկանդակով, ձկնա-
կարկանդակով և բոված հացի (ГРЕКОМИ) կատրով:

Կարկանդակները պատրաստվում են թթու կաթնահունցից,
շերտախմորից, զանազան լցվածքներով (ФОРМАМИ):

Կարելի է ասորեբեբել գրենկաների (բոված հացի) հետեվյալ
տեսակները.

1) Գրենկաներ սպիտակ հացից (30 տոկոս), որոնք կտրտում
են երկար կտորներով ուղղանկյան ձևով 6—7 սմ. երկարությամբ
4—5 սմ. լայնությամբ և 0,5 սմ. հաստությամբ:

Հացի կտորները զտավորում են կարկանդակի թիթեղների
վրա մեկ շարքով և զնում ջեռոցավոր (ДУХОВКА) վառարանի մեջ
200 աստիճան C ջերմությամբ, 5 րոպե: Գրենկաները պետք է
ուռնենան գեղեցիկ, վոսկենրբերանց գույն:

2 Գրենկաներ շերտավոր հացից— սլոյկայից (ПАЙ),
Շերտավոր հացը պատրաստում են 200 գր. ալյուրից, 180 գր.
յուղից, 100 գր. ջրից, 2 գր. աղից, $\frac{1}{4}$ լիմոնից և մեկ ձվի սպի-
տակուցից: Շերտավոր հացը հարկավոր է զրտնակելով շերտ-շերտ
տափակացնել, որի լայնությունը պետք է լինի 8 սմ:

Շերտի մի կողմից 2 սմ. հաստությամբ պետք է լինի կարված.
շերտի լայնքի կողմից $\frac{1}{2}$ սմ. հաստությամբ կտորներով կտրտում
են, որից հետո զտավորում են թիթեղի վրա և զնում ջեռոցավոր
պահարանում (В ДУХОВОМ ШКАФУ):

3 Գրենկաներ «Դիարլի».— Դիարլին տրվում է կոնսոմե-
րորչոկի հետ (տես 35 երես):

«Դիարլի» պատրաստելու համար հարկավոր են հետևյալ
մթերքները.—

Սպիտակ հաց	40 գր.
Պանիր	30 »
Կարագ յուղ	10 »
Տոմատ	10 »

Սպիտակ հացը հարկավոր է մանր կտրտել, որպեսզի կտոր-
ների երկարությունը լինի 6 սմ., լայնությունը 4 սմ., հաստու-
թյունը 0,5 սմ. կամ պետք է լինի շրջանաձև 4 սմ. տրամագծով,
որից հետո չեզգեր պանիրը քերում են քերիչով, խառնում նրան
յուղ և նրան համ տալու համար նաև կայենյան պղպեղ՝ ամբողջ
մասսան լավ խառնում են և նրանով քսում գրենկաները, հետո
գրենկաները զարտում են թիթեղի վրա և զնում 5—10 րոպե ջեռո-
ցավոր պահարանում (ДУХОВКА):

Չեզգեր պանրի փոխարեն կարելի է օգտագործել ոռու-շվեյ-
չարական պանիր, որը քերում են հարթիչով, վրան ավելացնում
յուղ և տոմատ-ալյուրե: Ստացված մասսան լավ խառնում են
և քսում գրենկաների վրա, որոնք պահարանում ստանում են
տեկենրբերանց գույն:

Պարզ բուլցոնը բաց են թողնում մաքուր ձեփով կամ որեմեկ
զարնիրի հետ միասին, այսինքն բանջարի, մսի, ալյուրի, ձավա-
րի և ձվի զարնիրների հետ, ափսեներով կամ պնակներով, լուկ
մաքուր բուլցոնը բաց են թողնում առանց զարնիրի—բուլցոնի
բաժակներով:

Նայած զարնիրի բուլցոնին պարզ սուպը ստանում է այս
կամ այն անունը (զարբյուր, սիգոտտո, խմորագնդերով և այլն):

Պատրաստի զարնիրները ոչ մեծ քանակությամբ բուլցոնի հետ
միասին պահում են առանձին ամանների մեջ, մարմիտի մեջ (Ջրե
բաղնիսում):

Մմորագնդերը և ձվածեղը պահում են առանց տաքացնելու:
Գարնիրները մատուցելու դեպքում պետք է քափկերով զգուշ
կերպով այնպես վերջնել, վորպեսզի նրանք չքրքրվեն:

ԿՈՆՍՈՄԵ ԶԱՍԾԵՂՈՎ

Կոնսոմեի համար ձվե զարնիրները պատրաստում են կա-
թով կամ կաթի փոխարեն պատրաստում են բուլցոնով:

Ձվածեղը պատրաստելու համար վերցնում են թարմ ձու
կամ մեկանձ (սպիտակուց-դեղնուց):

Մեկ բաժին կաթով ձվածեղ պատրաստելու համար պահանջ-
վում են հետևյալ մթերքները.—

Թարմ ձու	1 հատ (կամ մեկանձ 50 գր)
Կաթ	50 գր. (կամ բուլցոն)
Աղ	2,5 գր.

Կաթի թթվելուց խուսափելու համար հարկավոր է նրան
նախօրոք եռացնել, հետո սառցնել, որից հետո միացնել ձվի հետ,
ավելիկով զգուշ կերպով լավ խառնել, որպեսզի շատ քափ չստաց-
վի: Հետո ձվածեղը աղում են, քամում մաղի միջոցով, լցնում են
նախօրոք յուղով քսված բաժնե ձեփերի կամ ուրիշ ամանների մեջ
և եփում գոլորշու օգնությամբ (ВОДЯНОЙ БАНЕ):

Եփելու համար վերցնում են թավա կամ փոքրիկ ստակյնիկ,

լցնում նրա մեջ տաք ջուր այնպես, որպեսզի ձվերը ձվածեղի հետ միասին ընկզմվեն ջրի մեջ իրենց բարձրութեան $\frac{1}{4}$ չափով և որպեսզի եռման ժամանակ ջուրը չլցվի ձեփերի մեջ:

Ջրի բաղնիսը դնում են շեռոցավոր պահարանում, որի ջերմութունը պետք է լինի սչ ավելի 100—110 աստիճան C:

Եփման անվողութունը կախված է ձեփիկների ծավալից: Բաժինե ձեփիկների մեջ ձվածեղը եփվում է 12—15 րոպե, մեկ լիտրանոց ձեփերի մեջ 40—50 րոպե, իսկ 400 գր. ձեփերի մեջ 25—30 րոպե: Եփելուց հետո ձվածեղը 20 րոպե թողնում են հանգիստ գրութեան մեջ, որպեսզի նա մի քիչ սառի և խառնա, որից հետո հանում են ձեփերի միջից և բաժիններով կտրտում գանազան ձեփերով՝ խորանարդաձև, կիսալուսնաձև, շեղանկյունաձև և այլն:

Պատրաստի ձվածեղը մատուցելու դեպքում (բաժինը 70—80 գր քանակութեամբ) գրվում է տաքացված ափսեի մեջ և վրան լրցվում տաք բուլցոն:

Այդպիսի բուլցոնները կոչվում են կոնսումե կաթե ձվածեղով: Բամած կաթի ձվածեղի մեջ կարելի է ավելացրել կոտորած կանաչի մաղազանոս, եփած կանաչ սիսեռ, պատրաստած (пассерованный) տոմատ-պյուրե, մաքրած-տրորած սպանաղ, մանր մասերի կտրտած ու (припущенную) դունավոր կաղամբ և արմախքներ—գաղար, մաղազանոս և նեխուր:

Այս բոլոր լրացուցիչ զարնիրները համի տեսակետից շատ լավ գուժակցվում են ձվածեղի և բուլցոնի հետ:

Նայած նրան, թե ձվածեղն ինչպիսի զարնիրների հետ է պատրաստված, զրա համապատասխան էլ կոնսումեի անունը փոխվում է, օրինակ՝ կոնսումե կաթե ձվածեղով և կանաչով (կոնսումե «ոֆինդերը»), կոնսումե կաթե ձվածեղով և սիսեռով (կոնսումե «ժերմեն»), կոնսումե կաթե ձվածեղով և տոմատով (կոնսումե «կարմեն»), կոնսումե կաթե ձվածեղով և սպանաղով (կոնսումե «շեֆոնատ»), կոնսումե կաթե ձվածեղով և գունավոր կաղամբով (կոնսումե «դյուբարի»), կոնսումե կաթե ձվածեղով և արմախքներով (կոնսումե «ժյուլեն») և այլն:

ԿՈՆՍՈՄԵ ԶՎՈՎ (ПАШОТОМ)

Չուն եփում են 5 րոպեի ընթացքում եռման աղաջրի մեջ, որից հետո կիսահեղուկ ձուն դնում են «տալրակի» մեջ և թողնում սառը ջրի մեջ. սառեցնելու համար ու զգուշորեն մաքրում են կճեպից: Մատուցելու ժամանակ ձուն դնում են ափսեի մեջ:

որի մեջ լցված է տաք բուլցոնը, ընդվորում մինչև այդ ձուն պետք է լինի տաքացրած:

ԿՈՆՍՈՄԵ ԱՐՄՏԻՔՆԵՐՈՎ (պրենտաներ)

Մեկ բաժին կոնսումեի համար պահանջվում են հետևյալ մթերքները.—

Գաղար	30 գր.	Բակլա	20 գր.
Շաղգամ	30 »	Ծներեկ	20 »
Կանաչ սիսեռ	15 »	Բուլցոն	0,45 լիտր
Գունավոր կաղամբ	20 »		

Կոնսումեն արմախքների հետ պատրաստելու դեպքում կարելի է նաև վերցնել քիչ քանակութեամբ զարնիրներ, մասնավորապես առանց ծաղկավոր կաղամբի և ծներեկի:

Գաղարը և շաղգամը մաքրում, լվանում և մանր քառանկյունի (շպալների) ձեփով կտրտում են ու իջեցնում (припускают):

Ծաղկավոր կաղամբը մաս-մաս բաժանում են, իսկ ծներեկը մաքրում և կտրտում: Ամբողջ բանջարեղենը եփում են աղաջրի մեջ: Բակլան և սիսեռը եփում են առանձին, ուժեղ եռման ջրի մեջ, որպեսզի պահպանվի գույնը: Եփելուց հետո բոլոր զարնիրները միացնում են և բաց թողման ժամանակ լցնում են տաք բուլցոնի մեջ ու եռացնում, որից արմախքները դուրս են գալիս ջրի երեսը:

Գարնիրները պահպանվում են տաք գրութեան մեջ, որպեսզի պահանջվելու դեպքում դնեն տաքացրած ափսեների մեջ և վրան լցնեն տաքացրած բուլցոն ու մատուցեն:

ԿՈՆՍՈՄԵ ԱՐՄՏԻՔՆԵՐՈՎ ԵՎ ԶՎՈՎ (կուրեր)

Պատրաստվում է այնպես, ինչպես արմախքներով պատրաստած կոնսումեն, բայց ավելացնելով նրա մեջ ձու (пашота):

ԿՈՆՍՈՄԵ ԵՓԱԾ ԲՐՆԶՈՎ («ոիզոտոտ»)

Մեկ բաժին կոնսումե «ոիզոտոտ»-ի համար պահանջվում է.—

Բրինձ	20 գր.
Չու	15—20 »
Պանիր (շվեյցար. կամ չեդդեր)	9 »
Կարագ յուղ	10 »
Պղպեղ	0,1 »

Ա. դ 5 գր. —
 Բուլցոն (для пропуска риса) 70—100 »
 Կոնսոմե 0,45 լիտր

Կարելի է «սիզոտտո» պատրաստել և առանց ձվի:

Բրինձը հարկավոր է խաշել (облашпировать), որից հետո ձվանալ սառը ջրում, դնել ամանի մեջ և վրան լցնել տաք բուլցոն:

Երբ բրինձն սկսում է եռալ, ամանը փակում են խիտվ և դնում ջեռոցավոր վառարանի մեջ (գոլորշեփում են): Պատրաստի բրինձը հարկավոր է աղել, վրան լցնել ձեծած պղպեղ, ձու և զգուշորեն բոլորը խառնել: Այդ ձևով պատրաստած բրինձը լցնում են յուղ քսած թավայի մեջ, հավասարեցնում են, վերևից լցնում մանրացած պանիր, ցանում են յուղ և եփում ջեռոցավոր վառարանի մեջ: Պատրաստի բրինձը կտրում են կտորներով: Մատուցելու ժամանակ կոտորած տաք բրինձը դնում են տաքացրած ափսեների մեջ և վրան լցնում տաք բուլցոն:

ԲՈՒԼՅՈՆ ԲՐՆՁՈՎ

Բրինձը բաց է թողնվում «սիզոտտո»-ի համար, բայց մատուցվում է սոսանձին, տաքացրած և ցրիվ տված ձևով (կարելի է գցել բուլցոնի մեջ):

Առանձին տրվում և մաքրած պանիր:

ԿՈՆՍՈՄԵ ԲՐՆՁՈՎ ԵՎ ԱՐՄՏԻՔՆԵՐՈՎ (գարբյուր)

Արմտիքները—գազարը, գլուխ սոխը, մազազանոսը և նեխուրը մանր կտրատում են (ծղոտաձև), պատրաստում (пачеруют) և սառեցնում:

Սառեցրած արմտիքների մեջ ավելացնում են եփած կանաչ բակլա և խառնում:

Բրինձը բաց է թողնվում այնպես, ինչպես և «սիզոտտո»-ի համար. պատրաստի բրինձը դնում են յուղած թավայի կամ ուրիշ ամանի մեջ բարակ շերտով, մոտավորապես մեկ սանտիմետր հաստությամբ, այդ շերտի վրա հավասարապես դնում են պատրաստած արմտիքները բարակ շերտով, արմտիքների վրան նորից բրնձի շերտ, վրան ցանում են մանրած պանիր և յուղ ու թխում ջեռոցավոր վառարանում: Մատուցումը կատարվում է նույն եղանակով, ինչպես և «սիզոտտո»-ն:

ԿՈՆՍՈՄԵ ՎԵՐՄԻՇԵԼՈՎ, ԼԱՊՇԱՅՈՎ ԿԱՄ ԱՍՏՂԻԿՆԵՐՈՎ

30—40 գր. վերմիշելը, լապշան կամ աստղիկն եփում են տաք աղաջրի մեջ և պատրաստվելուն պես լվանում սառը ջրով: Վերմիշելը, լապշան կամ աստղիկը բաց թողնելուց առաջ լցնում են տաք բուլցոնի մեջ և եռացնում 5 րոպե տեվոդությամբ, մինչև ջրի երես դուրս գալը:

ԿՈՆՍՈՄԵ ԽՄՈՐԱԳՆԴԻԿՆԵՐՈՎ

Խմորագնդիկները պատրաստվում են ինչպես ալյուրից, սպիտակահատ ձավարից, այնպես էլ լիմոնից և ուրիշ բաներից: Մեկ բաժին ալյուրե կամ սպիտակահատ ձավարի խմորագնդիկներ պատրաստելու համար հարկավոր է վերցնել հետևյալ մթերքները.—

- Սպիտակահատ ձավար (կամ ցորենի 30 տոկոս ալյուր) 30 գր.
- Ձու 10 » (1/3 ձու).
- Կարագ յուղ 5 »
- Աղ 3 »
- Ջուր, բուլցոն կամ կաթ 65 »

Պատրաստելու եղանակը. ջրի, կաթի կամ բուլցոնի մեջ զցում են աղ և յուղ ու լուծույթը հասցնում են մինչև նրա եռման աստիճանը, հետո արագ և անընդհատ խառնելով թիակի օգնությամբ լցնում են ձավարը կամ ալյուրը ու խմորաձև մասսան խառնելով եփում են:

Ալյուրե խմորագնդիկները եփում են 5 րոպե, իսկ սպիտակահատ ձավարե խմորագնդերը 10 րոպե: Պատրաստի խմորը սառեցնում են մինչև 60° C, հետո զցում են տաք խմորի մեջ ձու, բայց ոչ թե բոլորը միասին, այլ մի քանի անգամվա ընթացքում: Ձուն զցելու դեպքում հարկավոր է խմորը լավ շաղախել: Պատրաստի խմորն ունի դեղին գույն, ճիլ համակազմվածք:

Հինգ բաժին լիմոնե խմորագնդիկներ պատրաստելու համար պահանջվում են հետևյալ մթերքները՝

- Ձու ամբողջ 3 հատ (135 գր.)
- Սպիտակուց 3 »
- Կարագ յուղ 50 գր.
- Ալյուր ցորենի 150 »
- Լիմոն 1 հատ

Ամբողջ լիմոնը գնում են կաթսայի մեջ և վրան լցնում սառը ջուր: Երբ ջուրը եռում է, դատարկում և լցնում են երկրորդ անգամ, ապա երրորդ անգամ, որից հետո ջուրը դատարկում և լիմոնի վրա լցնում են բուլցոն, եփելով նրան մինչև փափկելը, կտրում են չորս մասի ու եռացնում հատիկները, լիմոնը սխիում են սանդի մեջ, անցկացնում մաղի միջով, գցում կաթսայի մեջ, վրան լցնում հալած յուղ, և լավ խառնում են այնքան, քանի զեռ յուղը լիմոնի հետ չի դարձել թանձր մասսա: Այնտեղ էլ գցում են սպիտակուց, ալյուր, լավ վերախառնում են, հետո աստիճանաբար ավելացնում խմված սպիտակուց և զգուշորեն խառնում են, այնքան, քանի զեռ չի ստացվել հավասար մասսա, որից հետո հարգարում են և պատրաստում խմորագրնդիկները:

Խմորագրնդիկները հարկավոր է եփել բուլցոնի մեջ: Մեկ բաժնի համար վերցնում են 100 գր. խմորագրնդիկ:

Խմորագրնդիկները պատրաստվում են (հարգարվում) երեք եղանակով:

Առաջին եղանակ: Խմորը գնում են յուղած թավի վրա, թըղթից կամ քաթանից պատրաստած ծրարով—տոպրակով, գնելով նրա մեջ խողովակ: Որպեսզի խմորագրնդիկները չկպչեն իրար, նրանց դասավորում են մոտավորապես 2 մմ. հեռավորությամբ, հետո վրան լցնում են տաք աղաջուր կամ բուլցոն: Բուլցոնը լցնելու ժամանակ թավան պետք է թափահարել, որպեսզի խմորագրնդիկները չկպչեն թավի տակը, այլ դուրս գան ջրի երեսը: Եփումը կատարվում է թույլ եռման տակ 5—7 րոպե տեղում: Եփելուց հետո խմորագրնդիկները քափկիրով հանում են և բաց թողնում սառը ջրի մեջ, որից հետո հավաքում են մաղի վրա:

Երկրորդ եղանակ: Խմորը դասավորում են սեղանի վրա, որի վրա շաղ է տված ալյուր, գրտնակում և շերտավորում են 0,5—1 սմ. հաստությամբ ու գանազան ձևերով կտրում—կիսալուսնաձև, քառակուսի, ուղղանկյուն և այլն: Եփումը կատարվում է այնպես, ինչպես և առաջին եղանակի դեպքում:

Երրորդ եղանակ: Խմորը, ճաշի գզալի օգնությամբ հարգարում են: Խմորը վերցնում են գզալով այնպես, վորպեսզի նա լրացնի գզալը հավասար շերտով, իսկ մյուս գզալով, որը թրջված է ջրով, վերցնում են խմորն այնպես, որպեսզի ստացվի երկարաձև խմորագրնդիկներ 6—8 գր. քաշով, սրը և գցվում է տաք ջրի մեջ

Երբ այսպիսով խմորագրնդիկները կլինեն պատրաստված, շարունակում են եփել նրանց խոհանոցի սալաքարի վրա:

Պատրաստի խմորագրնդիկները հանում են քափկիբի օգնությամբ և գցում սառը աղաջրի մեջ, իսկ հետո դասավորում մաղի վրա:

Գդալով հարգարված խմորագրնդիկները կարելի է գցել նաև ոչ թե սառը ջրի մեջ, այլև գնել յուղած թավի վրա: Այդ դեպքում լցնում են նրանց վրա տաք աղաջուր կամ բուլցոն և եփում:

Մատուցելուց առաջ նորից խմորագրնդիկները լցնում են եռման բուլցոնի մեջ և եռացնում: Պատրաստի խմորագրնդիկները պետք է դուրս գան երես: Խմորագրնդիկների պատրաստման վերուպետք է դուրս գան երես: Խմորագրնդիկների պատրաստման իմաստով, հիշյալ երեք եղանակներից լավը, արագ պատրաստման իմաստով, հանդիսանում է առաջին եղանակը: Երկրորդ եղանակն օգտահանդիսանում է այն դեպքում, երբ խմորագրնդիկներին ուզում են տալ գործվում է այն դեպքում, երբ խմորագրնդիկներին ուզում են տալ գանազան ձև: Իսկ երրորդ եղանակը տալիս է խմորագրնդիկներին ճիշտ երկարավուն ձև:

ԿՈՆՍՈՄԵ ՀԱՅԻՑ

Հավից կոնսոմե պատրաստվում է այնպես, ինչպես և մսից, միայն այն տարբերությամբ, որ մսի փոխարեն ջրի մեջ գցում են հավի ոսկորները, իսկ փափուկ մասը հում ձևով, բացի սուկուց (մեջքի միսը), թողնում են բուլցոններ և սուպեր պարզեցնելու համար: Պարզեցնողը հավից պատրաստվում է այնպես, ինչպես և մսից:

Հավի կոնսոմե կարելի է պատրաստել ամբողջությամբ հավից կամ ավելացնելով ոչ մեծ քանակությամբ հորթի ոլոքը (1/4 մասը): Երբեմն հավի կոնսոմեն պատրաստում են մսի բուլցոնով (մասը) նրան պարզեցնում են հավի մսով: Հավի փափուկ միսը անբայց նրան պարզեցնում են հավի մսով: Հավի ոսկորները հորթի ոլոքի ջատում են ոսկորներից հում ձևով: Հավի ոսկորները հորթի ոլոքի հետ միասին լցնում են սառը ջրի մեջ և նրանցից եփում բուլցոն, իսկ հավի փափուկ մասը, բացի սուկուց (սուկին օգտագործվում է ուրիշ տեսակի ճաշերի համար), մանր կտրում և պատվում է ուրիշ տեսակի ճաշերի (оттяжку) մսագրնդիկներ, որը ավելաացնում են բուլցոնին և 1—1,5 ժամ եփում:

Հավի կոնսոմեն բացառապես պարզեցվում է հավի փափուկ մասից պատրաստված պարզեցնողով: Հավից պատրաստած կոնսոմեն պետք է ունենա քիչ զեղնավուն գույն, որի համար ար-

մըտիքները տապակում են միայն թեթե կերպով, քնդվորում գործածվում են բացառապես սպիտակ արմաթքներ:

ԿՈՆՍՈՄԵ Թ-ՈՉՈՒՆԻՅ

Անտառահավից, սալամբից, խլահավից և ուրիշ տեսակի թրուչուեններից կոնսոմենն պատրաստվում է այնպես, ինչպես և հավից պատրաստված կոնսոմենն, մսի կամ հավի բուլյոնի հիման վրա: Թուչուենի մեջքի ոսկորները բուլյոնի մեջ չեն գցում, որովհետև նրանք բուլյոնին սալիս են դառնուելու:

ԿՈՆՍՈՄԵ ԿՆԵԼՈՎ

Մեկ բաժնի համար վերցվում են հետևյալ մթերքները.

- Բուլյոն 0,55 լիտր
- Սուկի հավից կամ թուչուենից 50 գր.
- Սպիտակուց 8 »
- Կաթ 30 »
- Հաց սպիտակ 30 սովոս 10 »
- Աղ 1 »

Կնելը պատրաստվում է անային թուչուեններից—հավից, հնդկահավից, որսաթուչուեններից—անտառահավից, սալամբից (курицатор), խլահավից, ճագարի և անճարպ հորթի մսից, ձկից, թառափից:

Տնային թուչուեններից և որսաթուչուեններից կնել պատրաստելու համար վերցնում են միմիայն սուկին՝ իսկ թառափ ձուկից պատրաստելու դեպքում վերցնում են միայն փափուկ մասը: Վերցրած փափուկ մասը սպիտակ հացի հետ միասին 3—4 անգամ աղում են մտաղացով, որը հարկավոր է նախորոք թրջել կաթի մեջ և ճզմել:

Միսը մտաղացից դուրս գալուց հետո հարկավոր է անցկացնել խիտ մազով: Տրորած միսը գցում են սառը, մաքուր կաթսայի մեջ ու կաթսան գնում սառուցի վրա—գցելով մեկ ձևի սպիտակուց և խառնիչով խփում են. հետո աստիճանաբար ավելացնելով սառը կաթ, նորից անընդհատ և լավ խփում են:

Երբ կաթի կեսն արդեն լցված է, հարկավոր է կնելը աղել, որից նա թանձրանում է և շարունակում են ուժեղ կերպով խփել ու աստիճանաբար փոքրիկ գոգաներով լցնում են կաթի երկրորդ կեսը: Կնելի պատրաստվածութունը սրուշվում է նրա տեսքով:

նա պետք է լինի հավասար, փայլուն ու սառուցարիթ, բացի դրանից սառը ջրի մեջ գցած կնելի կտորը պետք է ջրի երես դուրս գա: Կնելը ծրարից հանում են թեյի կամ ճաշի գդալով, նայած թե ինչպիսի նշանակում ունի:

Կնելի ձևը նույնպես կարող է տարբեր լինել՝ երկարածև, կլոր և այլն:

Կնելը բարակ շերտով գնում են թավաների վրա, որոնք նախորոք պետք է լինեն յուղած, հետո նրանց մեջ զգուշորեն լցնում են տաք ջուր և այդ ժամանակ թավան կամաց թափահարում, հետո նրան գնում են օջախի վրա ու կնելը եփում 5—7 րոպե թույլ կրակի վրա:

Պատրաստի կնելը քափկիրով զգուշորեն հանում են և լցնում սառը ջրի մեջ:

Սառուցելուց առաջ կնելը գցում են տաք բուլյոնի մեջ, վերջինս եռացնում են մինչև այն ժամանակ, քանի դեռ կնելը չի, դուրս եկել երես: Մինչև կնելի հարգարևը կնելային մասսայի մեջ կարելի է ավելացնել տոմատ-պուրե, կարտոփ գեղնասունկեր, որոքած սպանազ, կարտոփ և եփած շամպինիոններ (սունկ) կամ կարտոփ կոնաշ մազադանոս: Նայած թե ինչ մթերքից է պատրաստված, կնելը բոս այնմ էլ կարող է լինել տարբեր գույների:

ԿՈՆՍՈՄԵ-ԲՈՒՆԻԿՆԵՐ ԿՆԵԼՈՎ («սեխատին»)

Մեկ բաժնի համար վերցնում են հետևյալ մթերքները

- | | |
|------------------------------|--------------------------|
| Կնելներ 120 գր. | Աղ 3 գր. |
| Ալյուր ցորենի 35 » | Կարագ յուղ 5 » |
| Կաթ 50 » | Ճարպ 3 » |
| Չու 5 » | Նաքար 2 » |

Կաթը, ձուն, ալը, շաքարը և յուղը լավ խառնում են, այդ խառնուրդի մեջ ալյուրը բացում են այնպես, որպեսզի ստացվի հեղուկ լամոր՝ գնդելու աստիճանի չտասած, հետո յուղած թավի վրա թխում են բարակ բլինիկներ: Սառած բլինիկները քսում են կնելով և փաթաթում սուլեաներով, գցում փոքրիկ ստեյնիկների մեջ, որոնք նախորոք յուղով քոված պետք է լինեն և լցնում են ոչ մեծ քանակությամբ բուլյոն:

Ստեյնիկը խփով փակում են և գնում ջեռացավոր պահարանում 150—180 աստիճան C ջերմությամբ для припускания:

Պատրաստի սուլեաները կարում են շեղակի ոչ մեծ կտորներով: Մատուցելու ժամանակ 8—10 կտոր գնում են ավտեի մեջ:



և ցնում վրան տաք բուլյոն: Ուլեաները հարդարելու ժամանակ կնեի մեջ կարելի է ավելացնել մանրած սնկեր կամ շամպլինիոններ:

ԿՈՆՍՈՄԵ ՓՈՔԻ ԲՈՒԼԿԻՆՆԵՐՈՎ (պրոֆիտրոլներով)

Մեկ բաժնի համար վերցնում են հետևյալ մթերքները.

Ալյուր	30 գր.
Ջուր	30 »
Կարագ յուղ	15 »
Չու	30 »
Աղ	5 »
Բուլյոն	0,55 լիտր

ՀԱՍՏԱՐԱԿ ՊՐՈՖԻՏՐՈՒՆՆԵՐԻ ՊԱՏՐԱՍՏՄԱՆ ԵՂԱՆԱԿԸ

Կաթնայի մեջ ցնում են շուր, ազում, յուղ պցում, թորչում են, որ եռա, հետո ցնում են ալյուր և թիակով արագ խառնում: Մտացած խմորը տաքացնում են խոհանոցի սալաքարի վրա, միաժամանակ թիակով խառնում են, հետո քաշում և դնում են օջախի եզերքին, պցում են մի քանի անգամվա ընթացքում ամբողջ ձվեր՝ ամեն անգամ լավ խառնում (խփում) են: Երբ խմորը լավ խառնված կլինի, հարդարում են պրոֆիտրոլները, որի համար վերցնում են հրաշակային քաթանե ապրակի ¹/₂ սմ հաստությամբ՝ մետաղե խողովակով, խմորը դնելով մեջը և վերևից սեղմելով, իջեցնում են նրան ոչ մեծ կտրած և կոճակավոր յուղած թիթեղի վրա, որից հետո այդ փոքրիկ բուլկիները թխում են ջեռոցավոր պահարաններում:

ԼՅՐԱԾ (фаршированные) ՊՐՈՖԻՏՐՈՒՆՆԵՐ

Պատրաստի պրոֆիտրոլների ներքևից կամ կողքից տսեղի օգնությամբ բացում են ոչ մեծ անցք, որի մեջ պարկից ցնում են կնեի՝ բարակ սուր խողովակների օգնությամբ, մինչև դատարկությամբ լրիվ լցվելը: Հետո պրոֆիտրոլները դասավորում են թիթեղի վրա և դնում ջեռանոցում մինչև ցոնի (ֆարշի) պատրաստվելը: Լցված պրոֆիտրոլները մատուցելու ժամանակ դնում են տաք բուլյոնով լցված ափսեյի մեջ և մատուցում: Լցրած պրոֆիտրոլների համար կնեիը պատրաստվում է հավից, թոչունից կամ հորթի մսից:

ԿՈՆՍՈՄԵ-ԲՈՐՇՉՈԿ ԴԻՍԲԻԼՆԵՐՈՎ

Մեկ բաժնի համար հարկավոր են հետևյալ մթերքները.

Սպիտակ բուլյոն (սովորական)	0,5 լիտր
Միս պարզեցնելու համար	40 գր.
Ջուր	100 »
Ճաշի ճակնդեղ	100 »
Բացախ 5 տոկոս	20 »
Աղ	5 »
Մաղերա (գինի)	10 »
Դուխ սոխ	10 »
Գազար	5 »
Մաղադանոս	5 »
Հավի կամ թոչունի վոսկորներ պարզեցնելու համար	20 »
Չվի սպիտակուց	12 »

Պատրաստելու եղանակը. 75 գր. քանակությամբ մաքրած ճաղրնդեղ և արմտիքը մանր կտորներով մանրացնում են, միացնում պարզեցնողի հետ, որին ավելացնում են քացախ և բացում բուլյոնի մեջ, Եփումը տևում է 30 րոպե, դանդաղ եռմամբ:

Պարզեցրած բորշչոկի մեջ ցնում են նախորոք պատրաստված ներկը (25 գր. մաքրած ճակնդեղը արագ քերում են քերիչի վրա, ցնում են վրան մի քիչ բուլյոն և եռացնում):

Պատրաստի բորշչոկը քամում են անձեռոցիկի միջոցով: Բամելուց հետո ավելացնում են մաղերա, աղ և ըստ ցանկության կալեհանական պղպեղ:

Բորշչոկի մեջ կարելի է դրել հավից կամ թոչունից պատրաստված կնեի:

Բորշչոկը ճաշի ժամանակ մատուցում են ափսեներով, իսկ ընթրիքի ժամանակ՝ բաժակների մեջ: Բացի դիաբոլուց կարելի է տալ պանրե կեկոսեր կամ գլեհկաներ շերտավոր հացից:

ՇՉԻ ՍԱՎՈՅԱԿԱՆ ԿՍՂԱՄԲՈՎ (պոտաֆե)

Պոտաֆե սուսլը վերարելվում է պարզ սուսլերին, որովհետև նրանք պատրաստվում են պարզ բուլյոններից: Գարնիրը պատրաստվում է առանձին և ավելացվում է բուլյոնին մատուցելու ժամանակ: Մեկ բաժնի համար մթերքների չափը.

Սալոյական կաղամբ	160	գր.
Գաղար	25	»
Մաղաղանոս	15	»
Շաղգամ	15	»
Նեխուր	10	»
Պրաս	15	»
Սոխ գլուխ	15	»
Կարագ յուղ	5	»
Աղ	0,1	»
Պղպեղ (սխեռածե)	0,1	»
Մեխակ	3	հատ
Գափնյա թուփ	0,1	գր.
Մաղաղանոս կանաչ	8	»
Բուլցոն պարզ և ուժեղ	0,5	լիտր.

Պատրաստելու եղանակը՝ արմատիքը մանրացնել երկայնակի կամ քերել և լցնել բուլցոնի մեջ (պրասը ֆնում է հում)։ Կաղամբը կտոր-կտոր մանրացնում են կաղամբացողունի հետ միասին և խաշում։ Հում պրասը կտրած ձևով և բոլոր համեմունքներն ու աղը հարկավոր է եփել 10 րոպե։

Մատուցելու ղեպքում միացնում են գարնիր և բուլցոն գցում են մի կտոր միս, սարքած արմատիք ու վերելից լցնում են կտրտած կանաչի։

Շշի պոտաֆեն ցանկալի է եփել խեցե ամանների մեջ (կճուճ)։ Գարնիրի վրա կարելի է ավելացնել կարտոֆիլ և տապակած հալէ՛ Շշին մատուցվում է ճարպագրկված ձևով։

3. ՀԱՄԵՄՈՒՆՔԱՅԻՆ ՍՈՒՊԵՐ

Համեմունքային սուպերի ընդհանուր հատկանիշները կայանում են նրանում, որ այդ սուպերի մեջ գցում են յուղով պատրաստած, պասիրովկա արած (այսինքն թեթեվ կերպով տապակած) արմատիքներ և այդ մթերքները եփում են սուպի մեջ։ Բացի դրանից այդ սուպերից մի քանիսը համեմվում են սպիտակ սոուսով, որը պատրաստվում է սպիտակ ալյուրից, յուղով տապակված կամ չորացրած առանց յուղի և որը բաց է արված տաք բուլցոնով, օրինակ՝ բորշը, շշին կամ ոսոսոլնիկը (վարնդապուրը), որոնց մեջ բացի դրանից գցում են նաև արածան (հում սեր)։

Համեմունքային սուպերի պատրաստման ընդհանուր կանոնները։

1. Համեմունքային սուպերը կարելի է եփել մսի, ձկան, սունկի բուլցոններով և բանջարաջրերով։
2. Բոլոր արմատիքները, որոնք գնում են համեմունքային սուպերի համար, պետք է լինեն ճարպով պատրաստված (պասիրովկա արած)։
3. Համեմունքային սուպերի համար գործածում են բնական ճարպեր կամ կարմիր ճարպ. վերջինս պատրաստվում է յուղով սարքված (пассированный) տոմատ-պուրեյով կամ պանիրով, քերիչով քերած դադարով, նուշնպես և խեցեթախի յուղով։
4. Համեմունքային սուպերը, բացառությամբ մսովկան վարնդապուրից և ողեյլ սուպից (որոնք համեմվում են լեզոնով վորը պատրաստվում է ձվի դեղնուցից և կաթից), նմանապես և մի քանի այլ տեսակի սուպեր միանգամայն չեն համեմվում սոուսով (ինչպես օրինակ ձավարե, ալրե և կարտոֆիլի սուպերը)։ այլ պետք է համեմվեն սպիտակ սոուսով։

Սպիտակ սոուսը բաղկացած է ճարպով տապակած ալյուրից կամ չորացրած անճարպ ալյուրից (չոր կերպով պասիրովկա արած) և պատրաստվելուն պես բաց է արվում տաք բուլցոնով։ Այդ ղեպքում ստացվում է սպիտակ ջրալի սոուս, որը ներկայացնում է իրենից որպես համեմոց։

Որպեսզի սուպի մեջ չընկնեն կեղտոտ գնդիկներ և ուրիշ ավելորդ խառնուրդներ, սպիտակ սոուսը, մինչև սուպի մեջ լցնելը, քամում են մաղի միջոցով։

5. Մզլածությունից և դառնությունից խուսափելու համար դափնյա թուփը և պղպեղը գցում են սուպի մեջ պատրաստվելուց 20 րոպե առաջ։ Կաղամբի խաշման ժամանակ, եթե դափնյա թուփը խաշման սկզբում գցվի, այդ ղեպքում կաղամբը կսեվանա։ Գափնյա թուփը լավ արոմատ է տալիս այն ղեպքում, եթե նա հավաքվում է ծառի վրայից կանաչ վիճակում և անմիջապես չորացվում է։ Հարմանունքները լավացնեն ճաշի համը, բայց ոչ այնպես, որ հիմնական մթերքների բնական համը փոխարինեն իրենցով, այդ պատճառով էլ գործածվող համեմունքները պետք է լինեն սահմանափակ։

Համեմունքների և սրահամ համեմունքաբույսերի գործածության օրինակելի չափը վերցված է 100 բաժնի հաշվով (գրամներով)։

Մթերքների անունը	Դափնյա թուփ	Հոտավետ պղպեղ սխեռածեփ
1. Բորչի համար	7	5
2. Վարնդապուրի համար	7	5
3. Թարմ շիի համար	5	5
4. Կանաչ » »	5	5
5. Թթվեցրած կաղամբով շիի համար	10	10
6. Զավարե և բանջարե սուպերի համար	5	5
6. Սուլյանկայի (աղապուրի) համար	7	10

6. Սուպերը վիտամինիզացիայի ենթարկելու նպատակով թուլյատրվում է պատրաստելուց հետո թարմացնել նրանց հում բանջարներով: (Բորչիերի համար ճակնդեղի հյութով, շիիերի համար զազարի հյութով և այլն):

7. Կանաչ մաղաղանոսը կամ սամիթը կտրելուց և կոտորելուց հետո չպեռք է ճմլել, որովհետև ճմլելու դեպքում կորցնում են բավականին քանակությամբ հանքային աղեր:

Գարնիքների (մթերքների) և սուպերի մեջ եղած հեղուկները փոխհարաբերությունը տատանվում է. որպեսզի ստացվի մեկ լիտրը համեմունքային սուպ, վերցնում են միջին հաշվով 0,8-ից մինչև 0,9 լիտր բուլյոն և 300—400 գր. զանազան մթերքներ:

Համեմունքային սուպերի եփման դեպքում հարկավոր է մթերքները պահել հերթականությամբ խստորեն պահպանել հաշվառանելով առանձին մթերքների եփման համար անհրաժեշտ ժամանակի տեվոդությունը:

Բոլոր մթերքները պեռք է լցնել եռման բուլյոնի մեջ, բացառությամբ մսից, որը բուլյոն եփելու դեպքում նախորդը պղծում է սառը ջրի մեջ:

Համեմունքային սուպերի եփման տեվոդությունը լինում է միջին հաշվով 25—30 րոպե: Եռման հետեվանքով հեղուկի ծավալը մեկ ժամվա ընթացքում պակասում է միջին հաշվով 3—4 տոկոս:

Մի քանի մթերքների եփման տեվոդությունը.

Կարտոֆիլ ամբողջ գրություն	միջին հաշվով	20—30 րոպե
» կարած » » »		12—15 »
Արմաիքներ սարքված (пассированные)		20—25 »

Կաղամբ սպիտակացողուն վաղահաս	30 րոպե
» » ուշահաս	40—50 »
Վերմիշել	12—15 »
Լապշա	15—20 »
Բրինձ	30 »
Գարեձափար (թրջած)	30—50 »
Բակլաներ	12—15 »
Նայած բակլայի հասակին (դալար է թե դախ է):	
Վարունգ թարմ	5—10 »
« աղ զրած	25—30 »

Նայած նրան, թե որ մթերքն է հանդիսանում դերակշռող, բայց այն էլ համեմունքային սուպերը բաժանվում են կրեք խմբի՝ բանջարե, ձափարե և այլն:

ՈՒԿՐԱԻՆԱԿԱՆ ԲՈՐՇՉ

Մեկ բաժին (0,6 լիտր) բորչի համար գործածվող մթերքների չափը.

Բուլյոն	0,45 լիտր	Կաղամբ թարմ	65 գր.
Միս	35 գր.	Կենդ. ճարպ	10 »
Վիշինա եփած կամ		Շաքարավաղ	5 »
ապխտած	20 գր.	Քացախ ճաշի 5 տոկոս	5 »
Սոսիսկա (նրբերշիկ)	20 »	Աղ	5 »
Ճակնդեղ	90 »	Գաղար	15 »
Մաղաղանոս	5 »	Դափնյա թուփ	0,07 »
Գլուխ սոխ	15 »	Կանաչ մաղաղանոս	
Ալյուր ցորենի /	5 »	կամ սամիթ	5 գր.
Տոմատ-պյուրե	15 »	Պղպեղ սխեռած	0,05 »
Հում սեր	15 »		

Նեխուրի փոխարեն կարելի է վերցնել մաղաղանոսը, այսինքն նեխուրի բացակայությամբ դեպքում պեռք է վերցնել մաղաղանոս 8—10 գրամ:

Բորչի կարելի է պատրաստել մսի, ձկան, սունկի բուլյոններով կամ բանջարաջրերով: Հիմնական մթերքը բորչի մեջ, որը որոշում է նրա համը, հանդիսանում է ճակնդեղը:

Մաքրած և լվացած բանջարները ծղոտով կարտում են ու շոգեխաշում յուղի, քացախի և տոմատի հետ: Եթե բանջարները շոգեխաշվում են ճակնդեղի հետ միասին, այդ դեպքում սարքման ժամանակ սկզբում պղծում են յուղը և լցնում քացախը, հետո պղծում

նախօրոք պատրաստված ճակնդեղն ու վերելից լցնում կոտորած բանջարենքը և սոժատը: Կաթնան խփով փակում են և բանջարենքը շոգեխաշում մինչև նրա պատրաստվելը: Շոգեխաշման ժամանակ յուրաքանչյուր 15—20 բույե հարկափոր է խառնել թխակով (խառնիչով), հետևել, որպեսզի բանջարենքը չայրվեն: Եթե բորչը պատրաստվում է մեծ քանակությամբ, այդ դեպքում լավ է, որպեսզի ճակնդեղը շոգեխաշվի մյուս արմտիքներից առանձին: Շոգեխաշման ժամանակ հարկափոր է, որ ճակնդեղը թողնվի մինչև նրա պատրաստվելը, որովհետև եթե ճակնդեղը եփվում է բորչի մեջ ոչ լրիվ շոգեխաշված, այդ դեպքում նա մի սոժամանակից հետո կսեփանա:

Շոգեխաշումը վերջացնելուց առաջ պցում են շաքարը: Թարմ կաղամբի բացակայությամբ գեպքում բորչի համար կարելի է օգտագործել թթու գրամ կաղամբ, բայց անպայման շոգեխաշված:

Բորչի համար գործածվող բանջարների շոգեխաշման ժամանակ բանջարի մեջ լցնում են ոչ մեծ քանակությամբ ջուր, հաշվի առնելով շոգեխաշակման պրոցեսում կատարվելիք խոնավության մեծ գոտրշիացումը:

Մթերքների զցելու կարգը կայանում է հետևյալում. եռացող բուլցոնի մեջ սկզբում պցում են կաղամբը և եփում 10 բույե: Հետո պցում են ճակնդեղը, որը կոտորված է ծղոտով, և ամբողջ շոգեխաշած բանջարենքը ու եռացնում են բորչը:

Երբ բորչը սկսեց եռալ, հարկափոր է լցնել այլե թանձրույթը — խյուսը (սպիտակ սոսու): Այլ, գափնյա թուփը և պղպեղը պցում են սուպի մեջ պատրաստվելուց 20 բույե առաջ:

Բորչի եփման բնդհանուր տեղությունը միջին հաշվով պետք է լինի 30—35 բույե: Քիչ քանակությամբ բորչը եփելու դեպքում այդ տեղությունը կարելի է կրճատել մինչև 25—30 բույե: Ապուխար (վիչինան կամ կրճաճիսը) պցում են բորչի եփման ժամանակ — բուլցոնի հետ այդ մթերքները չեն եփվում: Բաց թողնելու ժամանակ յուրաքանչյուր բաժին բորչի մեջ պցում են 20 գր. սոսիսկա — նրբերշիկ (տաքացրած), մի կտոր միս, վիչինան կամ կրճաճիս — грудинка (տաքացրած): Արածանը լցվում է բորչով լցրած ափսենների մեջ, բայց կարելի է տալ նրան և առանձին ամանների մեջ լցրած: Բորչի վրա լցնում են կոտորած կանաչի: Վիտամինիզացիայի համար թարմացած և կարմիր գույն տված բորչի մեջ բաց թողնելու ժամանակ լցնում են ճակնդեղային ներկ:

ճակնդեղային ներկը պատրաստվում է լվաշած և միսնդամայն մաքուր ճակնդեղի կլեպներից:

Իրա համար վերցնում են մեկ լիտր սառեցրած բուլցոն, լցնում նրա մեջ 30 գր. 5 տոկոսային քաղախ և լցնում են այդ յուժույթի մեջ պատրաստված 800 գր. ճակնդեղի կլեպներն ու եռացնում, հետո 10 բույե դադար է արվում, որից հետո սառեցնում և քամում են անձեռոցիկի միջոցով:

Բաց թողնելուց առաջ կարելի է բորչի մեջ պցել թարմ պամիլոտներ, որոնք պետք է կտրված լինեն ոչ մեծ կտորներով:

ՊՈՒՏԱՎՅԱՆ ԲՈՐՇԸ

Պոլտավյան բորչը պատրաստվում է այնպես, ինչպես և ուկրայնականը. վերջինից տարբերվում է նրանով, որ պոլտավյան բորչի մեջ պցում են խմորագնդիկներ, իսկ սոսիսկայի (նրբերշիկ) և սպուխարի փոխարեն — սագի, բազի կամ ճարպի կտորներ:

ՄՆԿԵ ԲՈՐՇԸ ՍԵՎԱՇԼՈՐՈՎ

Մեկ բաժին այդպիսի բորչ պատրաստելու համար անհրաժեշտ են հետևյալ մթերքները:

Սուճիկի բուլցոն	0,45 լիտր	Ճարպեր	20 գր.
Ճակնդեղ	100 գր.	Այուր	5 »
Գաղար	15 »	Շաքար	3 »
Կաղամբ	60 »	Քաղախ	15 »
Մաղաղանոս	5 »	Սեփալուր	40 »
Նեխուր	5 »	Պղպեղ	0,05 »
Գլուխ սոխ	15 »	Գափնյա թուփ 0,07 »	
Տոմատ պյուրե	15 »		

Մնկե բորչը սեփալուրով հիմնականում պատրաստվում է այնպես, ինչպես և ուկրայնականը:

Սեփալուրը լվանում և եփում են ոչ մեծ քանակությամբ սնկե բուլցոնի մեջ: Սեփալուրից ստացած ջուրը քամում են անձեռոցիկի միջոցով և մատուցելուց 10—15 բույե առաջ լցնում են պատրաստի սնկի բուլցոնի մեջ: Եփած և կոտորած սուճիկերը դասավորվում են կաթսայի մեջ սարքած արմտիքների հետ միաժամանակ: Մատուցելու ժամանակ ափսեյի մեջ գնում են 3—5 հատ կփած սեփալուր:

ԼԵՀԱԿԱՆ ԲՈՐՇՁ

Լեհական բորշշը պատրաստվում է նուշնպես, ինչպես և ուկրալայնակահանը, բայց առանց կաղամբի. նրա հետ ավելացնում են կարաոֆի:

Լեհական բորշշի համար ճակնդեղը վերցվում է եփված կամ խորոված. նա մաքրվում է, կտորվում և պատիրովկա է արվում:

ԼԻՏՎԱԿԱՆ ԲՈՐՇՁ

Լիտվական բորշշը բնութագրվում է նրանով, որ նրա մեջ զցում են տապակած սոսիսկաներ: Մյուս բոլորը պատրաստվում է այնպես, ինչպես ուկրալայնակահանը:

ՖԼՈՏԱԿԱՆ ԲՈՐՇՁ

Ֆլոտական բորշշը պատրաստվում է նուշնպես, ինչպես և ուկրալայնակահանը, միայն այն տարրերովթյամբ, որ ֆլոտական բորշշի համար արմախքները կտորում են բարակ երկար կտորներով, իսկ կաղամբը քառակուսիներով (ШАШКАМИ). սոսիսկաներ և ապուխտներ բորշշի մեջ չեն զցում:

ԺՈՂՈՎՐԴԱԿԱՆ ԲՈՐՇՁ

Ժողովրդական բորշշը պատրաստվում է հացի կամ ճակնդեղային կվաստով, ավելացնելով խոզի ճարպ, որը սխիում են սոխի և ալյուրի հետ միասին:

ԹԹՈՒ ՇՁԻ

Շչին կարող են պատրաստել մսի, ձկան, սնկի բուլյոններով և բանջարաջրով:

Մեկ բաժնի համար զործածվող մթերքների նորման.		
Կաղամբ թթու զրած 150 գր.	Ալյուր	5 գր.
Գլուխ սոխ 15 »	Ազ	5 »
Դազար 15 »	Դափնյա թուփ 0,01 »	
Մաղաղանոս 5 »	Հում սեր	15 »
Նեխուր 5 »	Բուլյոն	450 »
Տոմատ պյուրե 10 »	Պղպեղ սիսեռաձև 0,06 »	
Կենդան. ճարպեր 10 »		

Թթու շչիներ պատրաստելու համար վերցնում են թթվեցրած, կտորած կամ բրզած կաղամբը (ШУКРУТ), ջուկում են նրա միջից մեծ կտորները և բրզում: Եթե կաղամբի թթվությունը բարձր է չափից (2,4 սոխոս հաշված է կաթնաթթվի հետ), այդ դեպքում լվանում են նրան ջրի մեջ և մզում:

Թթու շչիներ պատրաստելու դեպքում կաղամբը շոգեխաշվում է (բացառությամբ красноармейский շչին):

Կտորած կաղամբից շչիներ պատրաստելու դեպքում մաքրած, լվացած զազարը, մաղաղանոսը, նեխուրը և գլուխ սոխը մանրացնում են մանր խորանարդների ձևով (3 մմ. չափով) կամ աղում են ավելի մեծ անցքեր ունեցող մսաղացով:

Բրզած կաղամբից շչիներ պատրաստելու համար բանջարները կտորում են ծոտով 5—6 սմ. երկարությամբ և 2—3 մմ հաստությամբ: Գլուխ սոխը կարելի է փոխարինել կանաչ սոխով, իսկ նեխուրը մաղաղանոսով:

Տոմատ-պյուրեն շչիների համար պետք է լինի տրորված. Տոմատ-պյուրեն կարելի է փոխարինել թարմ պամիդորով:

Այն շչիների համար, որոնք պատրաստվում են մսի բուլյոնից, զործածում են կենդանական ճարպ, իսկ ձկան և սնկի շչիների համար թուլյատրվում է բուսական յուղ:

Արաժանը՝ անկախ նրա թանձրությունից, պետք է լինի նորմալ թթվությամբ: Պղպեղը (սիսեռաձև) կարելի է փոխարինել բուլղարական պատիճապղպեղով:

Համոզական (СУТОЧНЫЕ) շչին տարրերվում է թթու շչիներից նրանով, որ նրանց համար բուլյոնը առանձին չեն պատրաստում, այլ վարվում են հետեվյալ կերպ. միսը կտրում են կտորներով և դնում սաքած կաղամբի հետ միասին, վրան լցնում են սառը և դնում սաքած կաղամբի հետ միասին, վրան լցնում են սառը ջուր ու եփում 2 ժամ: Հետո շչին դնում են սառը տեղ (ամբողջ գիշերը), որպեսզի նրանք ստանան սուր համ: Հետեվյալ օրը շարունակում են շչին եփել մինչև նրա լրիվ պատրաստվելը:

Բանջարների ջերմային մշակումը (բոլոր թթու շչիների տեսակների համար) կատարվում է հետեվյալ կերպ. պատրաստված արմախքները սաքվում են, որի համար վերցնում են ճարպի կեսը: Կաղամբը շոգեխաշում են խիով փակած ամանում 3—4 ժամվա ընթացքում մնացած յուղով և տոմատ-պյուրեյով ու ավելացնում են ջուր կամ բուլյոն, 50 գր. քանակությամբ մեկ կիլոգրամ կաղամբի համար: Կաղամբը լցնում են կաթսայի մեջ մին-

չեկ նրա տարողութեան 60 տոկոսը և խառնում ամեն 15—30 րոպեն մեկ անգամ:

Սպիտակ սոուսի ալյուրը, որը պնում է շշինների համար, կարելի է տապակել առանց ճարպերի, թավի մեջ, Չեոցափոր պահարանում, կամ ամանի մեջ — խոհանոցի սալաքարի վրա, պասիրովկային տալով Չերմություն մինչև 120 աստիճան C կամ տապակել ճարպերով, իսկ հետո բացել առք բուլցոնով:

Ստացված սոուս սարքավորանքը հարկավոր է քամել մաղի միջոցով:

Մթերքները կաթսայի մեջ դրելու դեպքում պահպանվում է է հետեվյալ կարգը.

Նուման բուլցոնի մեջ պցում են շոգեառապակած կաղամբը և եփում են մինչև 30 րոպե: Հետո պցում են սարքած (պասիրովկա արած) արմախիքները, խառնում են ալյուրե սարքվածքը (38-113ABKY), աղը, դափնյա թուփը, պղպեղը և շշին եփում են դարձյալ 20—30 րոպե, որից հետո կրակը դադարեցնում են: Շշին պետք է եփել ծածկած կաթսայի մեջ և թույլ յետևումով:

Մեկ բաժին շուռ համար պահանջվում է 0,4 լիտր բուլցոն և 200 գր. բանջար:

Մատուցելու ժամանակ շուռ մեջ ըստ պահանջի կարելի է ավելացնել ձեծած սխտոր: Արածանը և միսը պցում են ափսեի մեջ մատուցելու ժամանակ: Շուռ երեսին կարելի է լցնել մանրած կանաչ սամբիթ կամ կանաչ սոխ: Շուռ Չերմությունը բաշխման կաթսայում պետք է լինի ոչ ցածր 80 աստիճան C, իսկ ափսեների մեջ 65—70 աստիճան: Շշին լավ է լցնել տաքացրած ափսեների մեջ:

ՇՉԻ ԹԱՐՄ ԿԱՂԱՄԻՅ ԵՎ ՍԱԾԻԼՆԵՐԻՅ

Թարմ և սածիլներից պատրաստվող շշինների համար արմախիքները վերցնում են հավասարապես, աշխինքն զլուխ սոխ, դազար, մազազանոս, նեխուր, շաղգամ և պրաս:

Մեկ բաժին Թարմ կաղամբից և սածիլից շշիններ պատրաստելու համար գործածվող մթերքների չափը (գրամներով).

Մթերքների անվանումը	Շշի թարմ կաղամբից	Շշի սածիլներից
Կաղամբ թարմ	120	—
Սածիլներ	—	180
Գազար	20	15
Շաղգամ	6	15
Մազազանոս	8	8
Նեխուր	3	3
Սոխ (порей) կամ զլուխ	17	17
Ճարպ (հաշված նաև պասիրովկայի համար ծախսվածը)	10	10
Ալյուր	5	5
Տոմատ-ալյուրե	15	—
Կանաչ մազազանոս կամ սամբիթ	4	4
Աղ	5	5
Դափնյա թուփ և պղպեղ	0,5	0,5
Հում սեր	15	15
Բուլցոն	500	500

Սածիլներից պատրաստած շուռ մեջ տոմասներ չեն պցում: Շշին ըստ ցանկութեան եփվում է երբեմն կարտոֆիլով, բայց այդ դեպքում կաղամբի քանակությունը քչացնում են:

Շաղգամը և նեխուրը ցանկալի է պցել, բայց կարելի է շշին պատրաստել և առանց այդ մթերքների:

Շշինների համար մթերքների պատրաստումը կատարվում է հետևյալ կերպ:

Սպիտակացողուն կաղամբը, որը ազատված է կեղտերից, նեխած և թառամած թփերից, բրզում են ծղոտով, ձեռքով կամ մեքենայով, կամ կտրում են քառակուսիներով (քառաձեղ): Այն կաղամբը, որն ունի գոտը համ, կտրելուց հետո խաշում են: Եթե կաղամբը կտրում են քառակուսիներով, այդ դեպքում արմախիքները պետք է կտրված լինեն մեծ խորանարդներով 1,5—2 սմ³ քառակուսիներով կամ մասերով, կամ քերելով փոքրիկ սխտորի մասնիկների ձևով: Այդ ձևով կտրվածքները օդազտործում են նաև սածիլներից ստացած շշինների համար: Եթե կաղամբը բրզած է (ծղոտով) լապշաձեղ, այդ դեպքում արմախիքը ևս պետք է բրզած լինի աղ ձևով:

Սածիլների մշակումը կատարվում է հետևյալ կերպ. արմատները կտրում են և կտորած սածիլները լավ կերպով լվա-

Նուժ սառը ջրում, դարսում են մազի վրա, որպեսզի ջուրը քաշվի, հետո խաշում են եռման ջրի մեջ 1—2 րոպե ու նորից արագ կերպով դարսում մազի վրա և սառեցնում սառը ջրի օդ-նությամբ: Երբ ջուրն ամբողջությամբ քամված է, սածիլը լայնությամբ կոտորում են 2—3 մասի:

Տամառ-պյուրեն սարքվում է (пассируется). տամառ-պյուրեի փոխարեն կարելի է վերցնել նաև թարմ պամիդորներ, որոնց հարկավոր է տրորել և սարքել: Բացի դրանից կարելի է գցել կարած թարմ պամիդորի կտորներ: Վերցվում է կենդանական յուղ: Բուսական յուղը կարող է գնալ միայն ձկան և սնկի շշի-ների համար:

Շշիների համար լավ պղպեղ է համարվում սև սիսեռածեկ պղպեղը:

Մսի, ձկան, սնկի բուլյոնը կամ բանջարաջրերը պետք է լինեն քամված:

Պետք է պահպանել բանջարների տաք մշակման հետեվյալ կարգը. թարմ շշիների համար տամառը պատրաստվում է արմտիք-ներից առանձին, 15—20 րոպեի ընթացքում 110—115 աստիճան Շ ջերմությամբ: Բախշման չափի մեջ ցույց տված ճարպի 25 տոկոսն աղտոզործում են տամառի սարքման վրա, իսկ 75 տոկոսը արմտիք-ների վրա:

Ալրե պասիրովկան (заправка) պատրաստվում է ճարպերով և առանց ճարպերի: Թարմ շշիների մեջ ալրե պասիրովկա կարելի է և չավելացնել: Ալյուրը յուղի հետ տապակում են մինչև որ ստացվի բաց վարդագույն. առանց ճարպի նրան տապակում են թիթեղի վրա ջեռոցավոր պահարանում 120—125 աստիճան Շ ջերմության ժամանակ: Հետո ալյուրը բացում են տաք բուլյոնով, աստիճանաբար բուլյոնը լցնելով պասիրովկայի մեջ և խառնում են: Մթերք-ները եփելու համար կաթսայի մեջ դասավորվում են հետեվյալ կերպ. եռման բուլյոնով լցրած կաթսայի մեջ գցում են մաքրած, լվացած և կոտորած կաղամբը և եփում են առանց խուփը ծածկելու՝ 20—25 րոպե: Հետո գցում են սարքած արմտիքները, աղը, ալրե սարքվածքը, գափնյա թուփը, պղպեղը և շարունակում են նորից 15—20 ր. եփել մինչև նրա պատրաստվելը. բաց թողնելուց առաջ կաթսայի մեջ գցում են պասիրովկա արած տամառ:

Բաց թողնելու ժամանակ շշիով լցրած ափսեի մեջ գցում են մի կտոր միս, արածան ըստ չափի և երեսի վրա լցնում են մանրացրած կանաչի կամ սամիթ:

Տամառ-պյուրեն թարմ պամիդորով փոխարինելու դեպքում պամիդորը գցում են կաթսայի մեջ պատրաստվելուց 5 րոպե առաջ: Շշին սնկե բուլյոնով եփելու դեպքում կաթսայի մեջ սարքած արմտիքների հետ միաժամանակ գցում են նաև բրդած և եփած սունկեր:

Եթե շշին եփում են ձկան բուլյոնով, այդ դեպքում բաց թողնելուց ափսեի մեջ գցում են ձուկ և կրճիկ:

Թառափով կամ տարադանով պատրաստվող թարմ շշիները, վորոնց վրա ավելացվում է նաև շաղկամ, կոչվում են «Դոնական»:

ՇՉԻ «ԼԵՆԻՎԻ» (ЛЕНИВЫЕ)

«Լենիվի» շշին տարբերվում է թարմ շշիներից նրանով, որ չենիվի շշու մեջ ավելացնում են սպիտակ սոուս, թարմ պամիդոր և կվառ «թթու շշի» անուշով (հացի կվառի առանձնատեսակը): Մեկ բաժին շշու համար գնում է 20—25 գր. կվառ:

Մեկ բաժնի մեջ գցվում են հետևյալ մթերքները.—

Եղինջ կամ սպանաղ	112 գր.	Բուլյոն	0,5 լիտր
Թրթնջուկ	95 »	Ալյուր	5 գր.
Կանաչ սոխ	30 »	Հում սեր	20 »
Կամ գլուխ սոխ	15 »	Ձու	1/2 հատ
Կենդ. ճարպեր	15 »	Սղ	5 գր.

ՇՉԻ-ԿԱՆԱՋ

Կանաչ շշին պատրաստվում է սպանաղից կամ երիտասարդ եղինջից ու թրթնջուկից:

Թարմ սպանաղը և թրթնջուկը կարելի է փոխարինել պահածոներով:

Սպանաղի և եղինջների մշակումը կանաչ շշիների համար միատեսակ են՝ սկզբում սպանաղը և եղինջը վերամշակում են, հեռացնելով նրանցից կողմնակի խառնուրդները, հետո լավ լվա-նում են սառը ջրով, որպեսզի չմնան հողի և ավազի հետքեր ու դասավորում են մազի վրա ջուրը հեռացնելու համար:

Սպանաղը կամ եղինջը լվանալուց հետո եփում են: Հետո սպանաղը կամ եղինջը դնում են մազի կամ խոխոյի վրա, որպես-զի ջուրը հոսի, աղում են խիտ ցանց ունեցող մաղաղցով, որից հետո անց են կացնում մազի միջոցով կամ արսրող մեքենայով:

Հանքային աղերը կամ վիտամինները լավ պահպանելու համար սպանաղը կամ եղինջը կարելի է նախօրոք չեփել, այլ հում ձեփով աղալ լավ լվացած և խիտ անցք ունեցող մազապի միջոցով, որից հետո միանգամից գցել կաթսայի մեջ:

Տրորած սպանաղը կամ եղինջը պահում են սառը տեղում, որովհետև պահպանման ժամանակ սաքանալուց նրանք կարող են փչանալ:

Թրթնջուկը վերամշակվում է, լվացվում և բաց է թողնվում իր սեփական հյութի մեջ, ապա ստեյնիկի խուփը ծածկված եփում են 15 րոպե տևողությամբ: Հարկավոր է հետեվել, որպեսզի նա չայրվի: Եփելուց հետո թրթնջուկը աղում են մազապի միջոցով և անց են կացնում մազի կամ արորոց մեքենայի միջոցով: Տրորած թրթնջուկը հարկավոր է պահպանել սառը տեղում:

Շշիներ պատրաստելու համար հարկավոր է պաշտպանել հետեվյալ համաչափությունը. սպանաղ կամ եղինջ 75 տոկոս, թրթնջուկ 25 տոկոս: Եթե հարկավոր էլինի ավելի թթու, շշի ստանալ, այդ դեպքում սպանաղը և թրթնջուկը վերցնում են հավասար քանակությամբ: Սպանաղն եփելու ամենալավ եղանակը համարվում է գոլորշով եփելը—հատուկ ջեռոցավոր կաթսայի կամ ամանի մեջ, որն ունի իր մեջ դույլ ծակոտած հատակով կամ ցանց, որը կարելի է գուրս հանել: Ցանցի հատակի վրա դնում են պատրաստված սպանաղ, խի ցանցի ներքեվում, մինչև եռման կետի սահմանը լցնում են տաք ջուր: Ցանցը, որի վրա դարձված է սպանաղը, դնում են ջրով եռացող կաթսայի մեջ և փակում են խփով: Ջուրը եռում է, բայց սպանաղը առանց նրա հետ շփվելու փափկում է միայն գոլորշու ազդեցությամբ տակ: Այդպիսի եղանակի դեպքում աղերը և սպանաղի էկստրակտային նյութերը ավելի քիչ քանակությամբ են գուրս գալիս:

Կանաչ շշիների համար լավ է վերցնել կանաչ սոխ, որը ջուրով, մաքրվում, լվացվում և կտրվում է ցողունի լայնությամբ մանր մասերի 0,5 սմ. երկարությամբ, գուրս սոխը բրդում են: Պատրաստված գուրս կամ կանաչ սոխը պատրոպկա են անում, բնօրրում կանաչ սոխը սարքվում է միայն թեթեվ կերպով. մազած սպիտակ ալյուրը չորացնում կամ կենդանական յուղով սարքում են և բաց անում տաք բուլցոնով:

Մթերքները կաթսան լցնելու և եփելու կարգը կայանում է հետեվյալում. տաք բուլցոնով լցված կաթսայի մեջ գցում են տրորած սպանաղ (կամ եղինջ) և թրթնջուկ, 10 րոպե եռացնում,

որից հետո խառնում են ալրե սաքբվածքը (заправку), պատրաստած սոխը, աղը, դափնյա թուփը և պղպեղն ու դարձյալ եփում են 15—20 րոպե:

Ջերմությունը բաշխման կաթսայում պետք է լինի 80—85 աստիճան C:

Ափսի մեջ, բաց թողնելու ժամանակ, գցում են մի կտոր միս, ²/₂ եփած ձու, արածան ըստ նորմայի և վրան ցանում են կոտորած կանաչի կամ սամիթ:

ՍՈՒՊ ԹՐԹՆՋՈՒԿԻՅ (суп овейль)

Մեկ բաժնի համար վերցնում են՝

Բուլցոն	0,55 լիտր	Կամ արածան 15 գր.
Թրթնջուկ	100 գր.	Ձու 1 հատ
Գուրս սոխ (կամ պրաս)	15 »	Սպիտակ հաց 50 գր.
Կանաչ սոխ (կամ պրաս)	17 »	Աղ 5 »
Կենդանական յուղ	15 »	Սամիթ 5 »
Կաթ	50 »	Ցորենի ալյուր 10 »

Թրթնջուկը մաքրում են, լվանում և կոտորում: Կոթերը լվանում են և դարձում ամանի մեջ, գցում են յուղ, որից հետո բերանը փակում են և գոլորշով եփում: Մինչև փափկելը, երբ նա պատրաստ է, մազով քամում են: Ստացած հեղուկ պյուրեն խառնում են տաք պատրոպկայի հետ և բաց են անում բուլցոնով, սոխը մանրում են և յուղով պատրոպկա անում: Երբ սոխը կարմրում է, նրա մեջ լցնում են կոտորած թրթնջուկը, բերանը ծածկում և թողնում 10—12 րոպե (շոգեառակում) մինչև թրթնջուկը փափկում է, նրա վրա լցնում են պատրաստած սպիտակ սոուսը և բաց անում բուլցոնով, եփում 10 րոպե մինչև թանձրանալը: Եփելուց հետո թրթնջուկատու պը դնում են մարմիսի վրա, սարքում են լեզենով, որը բաղկացած է ձվի դեղնուցից, տաքացրած սպա ստեղծրած կաթից. լեզենը կարելի է փոխարինել արածանով, այն ժամանակ արածանը հարկավոր է լցնել ձաշը մատուցելուց առաջ:

Ձաշը մատուցելուց առաջ սուպի մեջ գցում են ձու (паншот) կամ եփած կես ձու, մի կտոր միս, բոված հացի կտոր (гренки) և կոտորած կանաչի: Բոված հացը կարելի է տա առանձին: Սուպի հետ կարելի է մատուցել вагрушки և կարկանդակներ:

Մուպ 03СН.16-ը պետք է ալեկի ջրի լինի, քան կանաչ ապուրը: Նրա մեջ կարելի է գցել կարտոֆիլ, գազար, շաղգամ և մաղադանոս (որ հաստատված է ճաշարանների Գլխավոր Վարչու-թյան կողմից):

Այդ սուպի մեջ կարտոֆիլ գցելու դեպքում այլուր չեն զցում:

ՎԱՐՈՒՆԳԱՊՈՒՐ

Մի բաժին անային վարունգապուրի նորման.

Բուլլոն	500	գր.
Թարմ կաղամբ	60	»
Կարտոֆիլ	60	»
Գազար	15	»
Մաղադանոս	12	»
Նեխուր	10	»
Գլուխ սոխ	12	»
Պրաս	15	»
Թթու վարունգ	30	»
Մսի յուղ	10	»
Աղ	0,06	»
Գոպինյա տերեղ	0,06	»
Գյուլուլ տաքտեղ	5	»
Արածան	15	»
Մաղադանոս կամ սամիթ	5	»

Վարունգապուրը պատրաստում են մսի, ձկան, սնկի բուլլոնով կամ բանջարաջրով: Մտով վարունգապուրը պատրաստում են մսից, հորթի կրծքի մսից, պլոճիկից, հավի մսից և փորտախից:

ԶԿԱՆ ՎԱՐՈՒՆԳԱՊՈՒՐԸ

Պատրաստվում է թառախից (օսետրինախից), բելուգախից, տա-րադանից, թառախի դոշից, շեղաձուկից (սուզակից կամ մեծա-ձկան գլխից):

Սունկից վարունգապուրը պատրաստվում է չոր կամ թարմ սունկերից: Վարունգապուրի մեջ ավելացվում է եփած և քամած վարունգի աղաջուրը, գցվում է թթու վարունգ, որը կլվվում է, հանվում կտրիկները և մանր կտտրվում:

Եթե աղաջուր չկա, վարունգի կձեպը և միջուկը լավ եփում են բուլլոնում և սառցվում է թթու բուլլոն, որը քամում են և լցնում վարունգապուրի մեջ: Մեկ բաժին վարունգապուրի մեջ լրց-վում է 20—25 գրամ աղաջուր:

Արմատները կտտրում են ծղոտածև և պատիրովկա անում, իսկ կարտոֆիլը կտտրում են խորանարդածև և զցում վարուն-գապուրի մեջ հում վիճակում: Եթե վարունգապուրի մեջ զցվում

է լեզոն, սկզբում հարկավոր է եռացնել և սառեցնել կաթը ու բաց անել դեղնուցը:

Մեկ լիտր լեզոն պատրաստելու համար վերցնում են 12 ձվի դեղնուց և բացում են 700 գրամ սառեցրած կաթով, խառնում են և մաղով քամում: Լեզոնը կարելի է փոխել արածանով: Լեզո-նը կամ արածանը կարելի է գցել մատուցելու ժամանակ, այն դեպքում, երբ զցվում է կտտրած կանաչեղենը կամ սամիթը:

Վարունգապուրի հետ կարելի է սալ **ВАТРУШКИ** կամ դա-նազան կարկանդակներ: Վարունգապուրի մեջ կարելի է զործածել թարմ և թթու կաղամբ: Եթե վարունգապուրի մեջ ավելացվում է գարեձավար (պերլովայա կրուպա), իսկ սպիտակ արմախքնե բից — գազար և կարտոֆիլ, այդպիսի վարունգապուրը կոչվում է լե-նինդրադան:

Եթե վարունգապուրի մեջ զցվում են թրթնջուկի ճյուղեր և ավելացվում է մսի **КНЕДЬ**, ապա կարտոֆիլ և գազար չի զցվում (այդ դեպքում դա կոչվում է մոսկովյան վարունգապուր): Տնային վարունգապուրը պատրաստվում է արմախքներով, կարտոֆիլով և թարմ կամ թթու կաղամբով:

Սրա մեջ կարելի է ավելացնել նաև գարեձավար: (Սա կոչ-վում նաև կոմբինացիոն):

Մոսկովյան վարունգապուրի թրթնջուկը կարելի է փոխա-րինել կանաչ սալաթով կամ սպանաղով:

Լենինդրադան վարունգապուրի միջի կարտոֆիլը կտտրվում է սխտորածև կամ փոքրիկ ձողիկի ձևով: Կաթսայի մեջ մի քանի րոպե զարսվում են հետևյալ կերպ՝ եռացրած բուլլոնի մեջ զցում են կտտրած կաղամբ, կտտրած թթու վարունգ և խուփը բաց թող-նելով եփում են 15—20 րոպե, հետո զցում են կարտոֆիլ, պա-տիրովկա արած արմախքներ, պղպեղ, դափնի թուփ և շարունակում են եփել 20 րոպե ես:

Հետո լցնում են քամած վարունգի եռացրած աղաջուրը, զցում են աղ և դարձյալ եփում 6—7 րոպե, որից հետո կրակը դադարեցվում է. սուպը ֆուում է պղնձում 10—15 րոպե. զրա-նից նրա համը լավանում է:

Եթե վարունգապուրը եփվում է սունկի հետ, եփած և կտա-րած սունկերը դնում են պղնձի մեջ միաժամանակ վարունգի աղաջրի հետ:

Սունկի բուլլոնի համար վերցնում են 16—20 գրամ չոր սունկ՝ մի լիտր բուլլոնի համար, իսկ մի բաժին բուլլոնի համար վերցնում են 100 գրամ թարմ սունկ:

Մոսկովյան և լենինգրադյան վարունգապուրի մեկ բաժնի մթերքների չափը (գրամներով).

Վարունգապուր			Վարունգապուր		
Մթերքների անունները	Մոսկովյան	Լենինգրադյան	Մթերքների անունները	Մոսկովյան	Լենինգրադյան
Մաղաղանոս	24	14	Մսի յուղ	20	20
Նեխուր	20	10	Աղ	5	5
Գլուխ սոխ	20	20	Լեզոն	40	—
Պրաս	18	18	Արածան	—	20
Գաղար	—	10	Դափնյա տերեղ	0,1	0,1
Թրթնջուկ	30	—	Պղպեղ գուլուլ	0,1	0,1
Գարեձավար	—	10	Կնեղ	30	—
Թթու վարունգ	42	42	Վարունգի աղաջ.	25	25
Մաղաղանոս կամ սամբիթ	8	8	Բուլյոն	550	550

Վարունգապուրները մատուցվում են մսի հետ, հորթի գոշի մոխի հետ, հավի կամ սագի պլոճիկի հետ, բաղի կամ հավի փոքուտիքի հետ:

ԿԱՐՏՈՑԻԼԻ ՍՈՒՊ

Մթերքների բաշխումը գրամներով մի բաժին կարտոֆիլի սուպի համար զանազան տեսակի կրուպաներով և կարտոֆիլի սուպը կազմաբով (գյուղացիական):

Մթերքների անունները	Կարտոֆիլի սուպի համար					
	Կարտոֆիլ	Կարտոֆիլի սուպ	Կարտոֆիլի սուպ	Կարտոֆիլի սուպ	Կարտոֆիլի սուպ	Կարտոֆիլի սուպ
Կարտոֆիլ	180	120	120	120	120	90
Գյաղար	15	15	15	15	15	15
Մաղաղանոս	8	8	8	8	8	8
Գլուխ սոխ	17	17	17	17	17	17
Պրաս	8	8	8	8	8	8
Մսի յուղ	10	10	10	10	10	10
Դափնյա տերեղ (լավր լիստ)	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1
Միսեռածակ պղպեղ	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1
Աղ	5	5	5	5	5	5
Կանաչի կամ սամբիթ	4	4	4	4	4	4
Ձավար (կրուպա)	—	20	15	20	—	—
Թարմ կազամբ	—	—	—	—	—	80
Շաղկամ	—	—	—	—	—	15
Միսեռիկ	—	—	—	—	—	10
Բուլյոն	450	450	450	450	450	450

Պրասը և չոր սիսեռը «գյուղական» սուպի համար ցանկալի է, բայց կարելի է եփել և առանց այդ մթերքների:

Կարտոֆիլի սուպի մեջ (բացի գյուղականից) կարելի է գցել տոմատ, որը պատիրովկա է արվում ճարպով:

Հումքի սկզբնական մշակումը կարտոֆիլի սուպերի համար կատարվում է հետևյալ կերպ. կլաված և մաքրված կարտոֆիլը կտորոտվում են խորանարդաձևով 2—2,5 սմ³:

Գլուխ սոխը, գաղարը և մաղաղանոսը մաքրում, լվանում և կտորոտվում են խորանարդաձևով, իսկ պրասը կլորածեղ:

Մսի, ձկան, սունկի բուլյոն կամ բանջարաջուր: Ձկան և սունկի սուպի համար կարելի է վերցնել բուսական յուղեր:

Մեկ բաժին սուպի համար վերցնում են 10 գրամ չոր սունկ, կամ 100—120 գր. թարմ սունկ: Բուսաջրով պատրաստված սուպը համեմվում է արածանով, իսկ մյուս կարտոֆիլի սուպերն ըստ ցանկության:

Տար մշակումը կատարվում է հետևյալ կերպ. կարտոֆիլը պցում են քամած և տաք բուլյոնով լցրած կաթոսայի մեջ ու եփում են 15 րոպե, հետո պցում են վոդորոք պատիրովկա արած բանջարեղենը, միաժամանակ պցում են դափնյա թուփ, պղպեղ, աղ և յեփում են էլի 15 րոպե:

10 րոպե թողնում են հանգիստ գրության միջ, որից հետո համն ավելի է լավանում:

ՍՈՒՆԿԻ ՍՈՒՊ

Սունկի սուպը պարարտացնելու համար պցում են պատիրովկա արված բանջարեղեն (եփած կտորած սունկերը կարելի է պատիրովկա անել առանձին՝ սոխով): Կարտոֆիլի սուպի մեկ բաժինը պարունակում է իր մեջ 370 սմ³ բուլյոն և 230 գր. բանջարեղեն:

ԲՐՆՁՈՎ ՍՈՒՊ

Բրինձը մազում են, լվանում, պցում տաք բուլյոնով լցրած կաթոսայի մեջ և եփում 20 րոպե, հետո պցում են կարտոֆիլը, պատիրովկա արած բանջարը, աղը, դափնյա թուփը, պղպեղը և շարունակում են յեփել նորից 20 րոպե:

ՍՈՒՊ ՍՊԻՏԱԿԱԶԱՎԱՐՈՎ

(մաննի կրուպայով)

Ձավարը մազում և պցում են կաթոսայի մեջ, կարտոֆիլը և մյուս բանջարները պցում են եփելուց 20 րոպե հետո: Միաժամանակ ձավարի հետ պցում են դափնյա թուփը և պղպեղը:

որից հետո եփում են նորից 10—15 րոպե: Սմոլինական ձավարով սուպը նույնպես պատրաստվում է սպիտակաձավարից պատրաստվող սուպերի նման:

ՍՈՒՊ ԳՄՐԵՉԱՎԱՐՈՎ

Չավարը մաքրում են, լվանում տաք ջրով (30—35° C) 2—3 անգամ, որից հետո լցնում են եռացրած ջուր (2 լիտր ջուր մեկ կիլոգրամ ձավարին): Եփում են մինչև կիսապատրաստ լինելը:

Այդ ձեփով եփած ձավարը զցում են եռացող բուլյոնի մեջ և նորից եփում մինչև 20—30 րոպե:

Հետո զցում են կոտորած կարտոֆիլը, պատիրովկա արած բանջարը, դափնյա թուփը, պղպեղը, աղը և սուպը եփում են գարձյալ 20 րոպե:

Մյուս տեսակի դարեձավարներից սուպը պատրաստվում է նույն ձևով:

ՍՈՒՊ ԿՈՐԵԿԱՉԱՎԱՐՈՎ

Կորեկաձավարը մաղում են և լվանում տաք ջրով (30—35° C) այնքան, քանի զեռ ջուրը չի դարձել միանգամայն մաքուր: Կորեկաձավարը զցում են եռացող բուլյոնի մեջ և եփում 25—30 րոպե, հետո ավելացնում են կոտորած կարտոֆիլ, պատիրովկա արած բանջարեղեն, աղ, պղպեղ, դափնյա թուփ, շարունակելով եփելը 20 րոպե, որից հետո եփելը դադարեցնում են, միաժամանակ դադարեցնելով վառելը:

Չավարով սուպը պետք է շատ դանդաղ եփվի: Ուժեղ եփելու ժամանակ ձավարից և ալյուրից կառաջանան դնդեր, որոնք սուպի տեսքը կփառացնեն:

Սուպերի համար գործածվող բուլյոնը ձավարով եփվող սուպերի մեջ կունենա քիչ պղտոր տեսք:

Չավարը պետք է լինի լավ եփված:

Մատուցելու ժամանակ սուպի մեջ զցվում է մեկ կտոր միս և վրան ցանվում կոտորած կանաչի: Կարտոֆիլի սուպի հետ կարելի է տալ կարկանդակներ:

ԳՅՈՒՂԱԿԱՆ ՍՈՒՊ

Կանաչ սիսեռիկը թրջում են սառը ջրով (4—5 ժամ): Յերը սիսեռը ուռչում է, եփում են առանձին և պատրաստի կերպով զցում են սուպի մեջ:

Կանաչ չոր սիսեռիկի փոխարեն կարելի է վերցնել թարմ կամ պահածո սիսեռ:

Արմատիքները կոտորում են փոքրիկ կլորակներով (կոպեկաձեղ, 1—2 սմ. տրամագծով): Կարելի է կոտորել և խորանարդաձեղ (1 և կետից—2 սմ³): Արմատները հետո պատիրովկա են անում: Մթերքներ զցելու կարգը. եռացող բուլյոնի մեջ զցում են կոտորած թարմ կաղամբը և եփում 30 րոպե, հետո զցում են պատիրովկա արած արմատիքները, աղը, դափնյա թուփ, պղպեղը և կոտորած կարտոֆիլն ու եփում են 20—25 րոպե:

Սիսեռը զցում են սուպի մեջ պատրաստվելուց 15 րոպե առաջ: Մատուցելուց առաջ կարելի է ավելացնել թարմ, մաս մաս կոտորած պամիդոր:

Մատուցելու ժամանակ սուպի մեջ զցում են մի կտոր միս և կոտորած կանաչի: Սուպի հետ կարելի է տալ կարկանդակներ:

ՍՈՒՊ ԹԱՐՄ ՍՈՒՆԿՈՎ ԿԱՐՏՈՖԻԼԻ ՀԵՏ

Մեկ բաժնի համար գործածվող մթերքների քանակը.

Սունիկ	120 գրամ
Չուր	0,5 գգալ
Կարտոֆիլ	150 գրամ
Գլուխ սոխ	15 »
Գազար	25 »
Կարագ յուղ	15 »
Արածան	20 »
Կոտորած կանաչի	3 »
Աղ	8 »

Պատրաստման եղանակը՝ մաքրել, լավ լվանալ և կոտորել փոքրիկ հավասար կտորներով սպիտակ կամ կարմիր սունիկը, ցնել ջրի մեջ և նրանից եփել բուլյոն:

Երբ բուլյոնը եռա քափը քաշել, աղել և զցել նախորդ խոշորանարդաձեղ կոտորած կարտոֆիլը: Պատիրովկա արած գազարը և սոխը զցել սուպի մեջ պատրաստվելուց 20 րոպե առաջ:

Մատուցելու ժամանակ սուպի մեջ զցվում է արածան և կոտորած կանաչի կամ սամիթ (սուպը եռացնելու ժամանակ կարելի է զցել դափնյա թուփ և սիսեռոսման պղպեղ):

ՍՈՒՊ ԱԼՅՈՒՐԻ ՇԻՆՎԱԾՔԻՅ ԵՎ ՁԱՎԱՐՈՎ (կրուպա)

Այլուրի սուպերը պատրաստվում են լայնային, վերմիշելից, մակարոնից, աստղիկներից և դանդաղ կրուպաներից, բացի հնդկացորենի և գերկուլտի կրուպաներից: Այդ բոլոր սուպերի մեջ զգվում են պասիրովիա արված բանջարեղեն, գազար, մազադանոս և զրուխ սոխ:

Կարելի է ավելացնել շաղգամ, նեխուր և սրբաս:

Բանջարեղենի կտորելու ձևը, այլուրից պատրաստվող սուպերի համար— ծղոտածել, ձավարե (կրուպայով) սուպերի համար— փոքր խորանարդներով (3 մմ³), իսկ աստղիկներով սուպի համար— կլորածել: Այդ սուպերը կարելի է եփել և կարտոֆիլով: Այդ զեպրում ձավարը կամ արև շինվածքները ավելի քիչ քանակով են զգվում, մոտավորապես երկու անգամ պակաս: Այլև շինվածքներից սուպեր եփելու ժամանակ վերջինս մաքրում են, կոտորում և զցում տաք բուլյոնի մեջ, եփում 20—25 րոպե: Գրանից հետո զցում են պասիրովիա արած բանջարեղենը և եփում նորից 10 րոպե:

Ձավարով սուպերի մեջ պասիրովիա արած բանջարեղենը և սրանամ բուլյոնը զցում են ձավարը զցելուց հետո, նայած, թե ինչ տեսակի է կրուպան և նրա եփելու համար որքան ժամանակ է հարկավոր:

Ձավարով սուպերը եփում են մոխի, ձիթ, սունիի բուլյոնով կամ բանջարաջրերով: Եփելուց հետո զցում են վրան արածան: Այլև սուպերը եփվում են մոխի և սունիի բուլյոններով կամ բանջարաջրով: Եփումը կատարվում է թույլ կրակի վրա:

ՄԵԿ ԲԱԺՆԻ ՀԱՄԱՐ ՊԱՀԱՆՁՎՈՂ ՄԹԵՐԲՆԵՐԻ ՔԱՆԱԿԸ ԳՐԱՄՆԵՐՈՎ

Մթերքի անունները	Սուպ ոչմայով	Սուպ վերմիշելի:	Սուպ մակարոնով	Սուպ գարձափար:	Սուպ բրնձով
Այլուրի և ձավարի շինված	40	40	40	40	40
Գազար	15	15	15	15	15
Մազադանոս	8	8	8	7	7
Գրուխ սոխ	12	12	12	12	12
Աղ	5	5	5	5	5
Ճարպեր	10	10	10	10	10
Գափնյա տերեզ	0,06	0,06	0,06	0,06	0,06
Սիսեռածեղ պղպեղ	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1
Բուլյոն	550	550	550	550	550

Մատուցելու ժամանակ ախտի մեջ զցում են մի կտոր եփած միս:

ՍՈՒՊ ԲԱԿԼԱՅԻՅ

Մեկ բաժնի համար պահանջվող մթերքների քանակը գրամներով:

Մթերքի անունը	Սուպ սիսեռ.	Սուպ վրանով	Սուպ լոբիով	Սուպ սոլոխով
Սիսեռ, վոսպ, լոբի, սոյա	100	40	40	40
Գրուխ սոխ	17	17	17	17
Գազար	15	15	15	15
Մազադանոս	8	8	8	8
Կենդ. ճարպեր	10	10	10	10
Աղ	5	5	5	5
Գափնյա թուփ	0,2	0,2	0,2	0,2
Սիսեռածեղ պղպեղ	0,2	0,2	0,2	0,2
Բուլյոն	450	450	450	450
Կարտոֆիլ	—	100	100	100

Բակլաներով սուպերը պատրաստում են մախի, սունիի բուլյոններով: Ձիթ բուլյոնում բակլաները չեն եփում: Երբ բակլաները եփում են աղով, եփման պրոցեսը երկարում է, որովհետև բակլաններն իրենց մեջ պարունակում են մեծ քանակությամբ սպիտակուց, որն աղի ազդեցության տակ մակարզվում է, որի համար էլ եփման պրոցեսը երկարանում է: Սիսեռով սուպը եփելու ժամանակ այրվելուց խուսափելու համար հարկավոր է խառնել չմաքրված սիսեռի թաղանթները լրարձրանում են սուպի երեսը, զրանք հարկավոր է հավաքել քափկիրով:

Բակլաները հարկավոր է եփելուց առաջ մաքրել և ըլանալ սառը ջրի մեջ 2—3 անգամ: Սիսեռը կարելի է գործածել կլպած և անկլպ (ավելի լավ է գործածել առանց կլպելու): Ձկնկլպ սիսեռը եփելուց առաջ թրջում են սառը ջրի մեջ 3—4 ժամով (կան տեսակներ, որ չեն թրջում):

1,5 լիտր ջրի համար հարկավոր է վերցնել մեկ կիլոգրամ սիսեռ: Թրջված սիսեռի ծավալը և քաշը ավելանում է 2 անգամ: Սիսեռին խառնել սեփահատիկներ չի կարելի, քանի որ այդ սիսեռով սուպը սև է լինում և տեղքով անդուրեկիան: Կեղեր հանած սիսեռը կարելի է թրջել: Սիսեռի սպի մեջ, բացի մախի զցում

են սպխտած վիչինա, սպխտած կրճամիս (զրուղինկա), սրիչ սուպն ավելի համեղ է լինում: այդ սուպի մեջ, ըստ ցանկության, կարելի է զցել նաև կարտոֆիլ 100—120 գր. քանակությամբ:

Այդ զեպքում սխեռի չափը պակասեցվում է 100 գր. մինչև 40 գրամ: Ոսպը, լոբին կամ սոյան լվանալուց հետո թրջում են սառը ջրում, ըստ որում ոսպը և լոբին այդպես թոյնում են 3—4 ժամ, իսկ սոյան 8—12 ժամ, նայած տեսակին:

Ոսպի և լոբու սուպերը պատրաստվում են սխեռի սուպի պես: Մաքրված և լվացված արմավենիքը կոտորում են խորանարդաձև 3—4 մմ³. հետո պասիրովկա անում մաքրված, լվացված և խորանարդաձևով կոտորած կարտոֆիլը զցում են միաժամանակ պասիրովկա արած բանջարեղենի հետ, եփելուց 20 րոպե անաջ: Հորու, ոսպի և սխեռի եփման տեխոլոթյունը 2—2 և կես ժամ է, կանաչ սխեռիներ 3—3 և կես ժամ, իսկ սոյայինը 3—4 ժամ:

ՋՐԱԼԻ ԱՂԱՊՈՒՐՆԵՐ (СОЛЯНИ)

Մսի աղապուր: Մսի աղապուրներ եփելու համար պահանջվող մթերքները պատրաստվում են հետևյալ կերպ. հարկավոր է սկզբում պատրաստել բուլյոնը: Սոխը մաքրում են, կտորում և պասիրովկա անում ամառի պյուրեի հետ: Վարունգը մաքրում են և կոտորում կես-կես կամ չորս մասի, հանում են միջակը, հետո կոտորում են թեք փոքրիկ կտորներով:

Զիթնապտուղը մաքրում են կորիզներից: Կապտոր մաքրում են և պոկում նրանց պաղպոտիկները (ПЛОДОЖКИ): Մսամթերքները կոտորում են փոքրիկ կտորներով: Մսամթերքներից կարելի է աղապուրի մեջ զցել 3, 4, 5, 6 և ավելի տեսակներ, եղնկով եղած տեսակներից: Աղապուրի մեջ կարելի է ավելացնել թաչունի, հավի, հարթի տապակած մսի կտորներ, պլոճիկ և լեզու:

Բոլոր մսամթերքներից, ըստ բաշխման նորմայի զցվում է 80—100 գրամ:

ՄԹԻՐՔՆԵՐԻ ԲԱՇԵՆՈՒՄԸ ՄԵՎ ԲՄԺՆԻ ՀԱՄԱՐ (գրամներով)

Աղապուր մսից	Աղապուր ձկնից	Աղապուր սունկի
Մսի (բուլյոն) 450	Զիթ բուլյոն 450	Մունկե բուլ 450
Եփած միս 40	Թարմ ձուկ 90	Գլուխ սոխ 33
Եփած վիչինա (խոզապ) 20	Կրճիկ (գլխի) 50	Թթու վար 13

Աղապուր մսից	Աղապուր ձկնից	Աղապուր սունկից
Արածան 20	Գլուխ սոխ 33	Տոմատ-պյուրե 15
Գլուխ սոխ 33	Թթու վարունգ 31	Թարմ պամիդ 20
Թթու վարունգ 31	Ճարպեր 10	Կապտո 10
Տոմատ-պյուրե 15	Կապտո 10	Զիթնապտուղ 10
Ճարպեր 10	Զիթնապտուղ 10	Զեյթուն 5
Կապտո 10	Զեյթուն 10	Ճարպեր 15
Զիթնապտուղ 10	Լիմոն 1 կտոր 10	Արածան 20
Զեյթուն 10	Աղ 5	Լիմոն 1 կտոր 10
Լիմոն (1 կտոր) 10	Գլուխ տաքդեղ 0,25	Կոտորած կանաչի 4
Աղ 5	Դափնյա թուփ 0,1	Կարտոֆիլ 60
Մխեռաձև պղպեղ 0,25	Կոտորած կանաչ 4	
Դափնյա թուփ 0,1		
Կոտորած կանաչի 4		

Մթերքները զցելու եվ նրանց եփելու կարգը: Տոմատով սառ-քած սոխը և կոտորած վարունգը միաժամանակ քափահան արած բուլյոնի հետ զցում են կաթսան և եփում 5—10 րոպե. հետո բուլյոնի հետ զցում են միաժամանակ զցում են նախորդ պատրաստի եռացող բուլյոնի մեջ միաժամանակ զցում են նախորդ պատրաստի մսամթերքները և զեյթուն, կապտո, պղպեղ, դափնյա թուփ և աղ, եփում են 10—15 րոպե: Մեկ բաժին աղապուր եփելու համար բուլյոնի մեջ զցում են տոմատով սառքած սոխ: Միաժամանակ զցում են վարունգները: Աղապուրը մատուցելու համար տաքացրած ափենյի մեջ կամ ապուրամոնի մեջ զցում են 5 հատ բուլյոնի մեջ տաքացրած զեյթուն, լցնում են աղապուրը, զցում են արածան և մի բարակ կտոր լիմոն, կոտորած կանաչի կամ սամիթ:

(Զիթնապտուղի կամ լիմոնի նորման ճաշարանների Գլխավոր Վարչությունը չի նախատեսել, բայց այդ մթերքների ավելացումը ցանկալի է): Աղապուրը պետք է լինի փայլատ կարմիր գույնի, քիչ թթու, սուր համի և սրահամ արոմատով:

ՀԱՎԱՔԱԿԱՆ ՄՍԻ ԱՂԱՊՈՒՐ ԱՌԱՆՅ ՏՈՄԱՏԻ

Գլուխ սոխը հարկավոր է մաքրել, կոտորել և սարքել մինչև պատրաստի լինելը, հետո բացել մսի բուլյոնով, զցել արածան և եփել այնպես, ինչպիսի տոմատով եփվող աղապուրը:

Երբ այդ աղապուրը մսամթերքների և ուրիշ զարնիրների հետ վերջնականապես եփված է, վերջում զցում են ձվի զեղնուցը կաթի հետ (ЗАЛЬЕЗОНИТЬ): Մատուցելու ժամանակ աղապուրի մեջ զըցում են զեյթուն, լիմոն և կոտորած կանաչի:

ՁԿԱՆ ԱՂԱՊՈՒՐ

Ձկան աղապուրը կարելի է պատրաստել զանազան ձկներից՝ թառափից, տարազանից, բելուզայից, ստերլեզներից, շեղաձկից և ուրիշ ձկներից. նա պատրաստվում է ձկի բուլյոնով, առանց արածանի: Եփելու համար վարունգի, ձիթապտուղի, կապառի, սոխի մշակումը նույնն է, ինչ և մսի աղապուրի համար:

Կարմիր ձուկը կոտորում են փոքրիկ կտորներով 30 գր 5—6 կտոր մեկ բաժնի համար: Կտորները պետք է լինեն առանց մաշկի, քաղցրաթյամբ ստերլեզից, որը պետք է մաքրել թեփուկներից ախպես, որ նա լինի շատ մաքուր, որից հետո լվանալ սառը ջրով:

Թառափի, տարազանի և բելուզայի կտորները խաշում են 3 բուպի ընթացքում, որից հետո հանում են քափկիրով և լվանում սառը ջրով:

Չաստիկովի (ЧАСТИКОВУЮ) ձուկը մաքրում են թեփուկներից, փոքրորեն հանում, լվանում, հետո կոտորում են և մաշկի հետ լվանում սառը ջրում, առանց խաշել զցում են տաք բուլյոնի մեջ և եփում:

Կրճիկն ավելի շատ են եփում (նրանք միշտ պահվում են պետք եղածին չափով):

Մքերճների գցելու և եփելու կարգը կատարվում է հետևյալ կերպ. առմատով սարքած սոխը և պատրաստված վարունգները զցում են տաք բուլյոնով լցրած կաթսայի մեջ ու եփում, հետո զցում են պատրաստած ձուկը և կրճիկները, որոնք կոտորել են փոքր կտորներով և եփում են մինչև նրա պատրաստվելը:

Եփելու վերջում զցում են դափնյա թուփ, պղպեղ, դադար, և ձիթապտուղ: Կարելի է ավելացնել թարմ պամիր, մեկ բաժնին 20 գրամ: Պատրաստի աղապուրի մատուցումը. տաքացրած ափսեյի կամ ապուրամանի մեջ հարկավոր է զցել բուլյոնում տաքացրած գեյթունը (աղապուրը լցնելու ժամանակ ձկան կտորները հանել վորպեսզի չբրբրվեն), հետո զցել մեկ կտոր լիմոն և կոտորած կանաչի:

Աղապուրի հետ թուլյատրվում է տալ ձկան կարկանդակ: Ձկան ապուրը պետք է ունենա պարզ բուլյոն, կարմրավուն գույն, որն ստացվում է տոմատ— ճարպից և սրահամ արոմատ:

ՄԵԿԻ ԱՂԱՊՈՒՐ

Մսկի աղապուրը պատրաստվում է սունկի բուլյոնով և մատուցվում է սնկի հետ: Մեկ բաժնի համար վերցվում է 0,6 լիտր

ջուր, 15 գր. չոր սունկ կամ 100 գր. թարմ (ավելի լավ է աղ դրածը):
Չոր սունկը լվանում են տաք ջրով: Եփելուց առաջ սունկը զցում են սառը ջրի մեջ և եփում են 2-ից 4 ժամ, դա կախված է սունկի տեսակից:

Եփելուց հետո սունկը հանում են և կոտորում, իսկ բուլյոնը քամում են անձեռոցիկով: Վարունգի, ձիթապտուղի, կապառի և սոխի պատրաստումը նույնն է, ինչ որ մսի աղապուրինը:

Մքերճների զցումը և աղապուրը եփելու մեք. պատրաստվում է հետևյալ կերպ. առմատով սարքած պյուրեն կամ առանց առմատի սոխը, վարունգը և սունկը դասավորում են ամանի մեջ և եռացնում 10 բուպե, հետո հում կարտոֆիլը (կոտորած քառա- ձողիկներով կամ խորանարդներով), կապառը, ձիթապտուղը, պղպեղը, դափնյա թուփը նույնպես դարձում են ամանի մեջ և շարունակում են եփելը 10—15 բուպե: Պատրաստվելուց 5 բուպե առաջ աղապուրի մեջ զցում են աղ. ցանկության դեպքում աղապուրի մեջ կարելի է զցել կոտորած թարմ պամիր (եթե թարմը չկա, ապա կարելի է վերցնել պահածո):

Պատրաստի աղապուրի մատուցումը. տաքացրած ափսեյի կամ ապուրամանի մեջ զցել բուլյոնում տաքացրած գեյթունը, հետո լցնել աղապուրը, արածանը և մեկ կտոր լիմոն, վրան լցնել կանաչի կամ սամիթ:

ՄԱԾՈՒՅԻԿ ՍՈՒՊԵՐ

Սուպ օշպո: Եզան պոչը լավ լվանում են, հոդերը կտրտում, խաշում, նորից լվանում և հետո քիչ տապակում են: Տապակած պոչերը դնում են ամանի կամ սոտեյնիկի մեջ, վրան լցնում են ջուր, միաժամանակ զցում են արմախենիք—մաղաղանոս, դադար, նեխուր, սոխ, ընդամենը 50—60 գրամ, ապա լցնում են մաղերա կամ սենյակն և թողնում են մինչև որ պատրաստվի: Եփման տեվողությունը հասնում է մինչև 5 ժամ:

Օշպո սպի բուլյոնը պատրաստելու համար հորթի ոսկորները լվանում են, մանր կոտորում, հետո տապակում են արմախենիքով մինչև ոսկե նրբերանդ գույնի ստացումը. ոսկորների հետ միատեղ տապակում են 400 գրամ մսի կտորներ (կարելի է ավելացնել հավի կամ որսաթուշունի ոսկորներ):

Տապակած ոսկորների վրա լցնում են ջուր և եփում 4—5 ժամ տեղությամբ: Երբ ստացված բուլյոնը եփված է, նրա մեջ լցնում են

բուլլոն (բրեզ-ը), որի մեջ եփված են պոչերը և հոսցնում են 15—20 ըտպե, իսկ հետո քամում են մազի միջոցով: Բուլլոնի եփելուց 5 ըտպե առաջ բուլլոնի մեջ գցում են մուսկաթի ընկույզ: Գափահանած բուլլոնը պարզեցնում են նախօրոք պատրաստված պարզեցնողով, որը բաղկացած է 60 գր. տապակած մսից, իսկ սա էլ մեկ անգամ աղում են մսազսցով, լցնում վրան 80 սմ.³ Ջուր և թողնում սառը տեղում 1 և կես—2 ժամ, որ մսի լուծվող մասերը դուրս գան: Հետո ավելացնում են սպիտակուց և լավ խառնում, լցնում քիչ քափահանած տաք բուլլոն, որպեսզի պարզեցնողը տաքանա և այդ բոլորը լցնում են բուլլոնի մեջ ու խառնում: Երբ բուլլոնը սկսեց հոսել, դնում են թուջլ կրակի վրա և եփում 1 և կես ժամ տեղափոխմամբ: Պատրաստի բուլլոնը հարկավոր է քամել անձեռոցիկով: Բուլլոնը պեռք է լինի պարզ, ուժեղ կարմրագույն, մազերայի և մուսկաթի ընկույզի հոտով: Որպես գաղնիք ծառայում է արմտիքը, որոնք 60 գր. քանակությամբ կոտորվում են մեծ խորանարդներով կամ մեջը փորում են, որպեսզի ստացվի կլոր ձև, տապակում են յուղով, հետո լցնում ոչ մեծ քանակությամբ բուլլոնի մեջ (բրեզ-ը): Ծամպինիոնը կոտորվում է փոքր կտորներով, կնեղ պատրաստվում է հորթի կամ հովի մսից և հարգարվում է թեյի գդալով (գարնիրների վրա կարելի է ավելացնել աքլորի կաթարը և քաղցր միս, հորթի վահանանման գեղձը):

Մատուցելու ժամանակ սկզբում գցում են մի կտոր պոչ, տրմտիք, շամպինիոն, կնեղ, կատար, քաղցր միս (բոլորը տաքացրած) և հետո լցնում են բուլլոնը: Առանձին արվում են կարկանդակներ:

Սեկ բաժնի համար մթերքների բաշխման չափը

Մթերքների անունը	Սուղ եզան պոչից (ошпо)	Սուղ հորթի դլիկից (таргю)
Ջուր	1,0 լիտր	1,0 լիտր
Միս	100,0 գր.	100,0 գր.
Հորթի օսկորներ	200,0 »	200,0 »
Եզան պոչ	200,0 »	—
Հորթի գլուխ	—	0,1 հատ
Մաղերա	10,0 գր.	10,0 գր.
Սեղ	5,0 »	5,0 »
Ծամպինիոն	20,0 »	20,0 »

Մթերքների անունը

Սուղ եզան պոչից (ошпо) Սուղ հորթի դլիկից (таргю)

Չվի սպիտակուց	25,0 գր.	25,0 գր.
Ղաղար	35,0 »	10,0 »
Մաղաղանոս	15,0 »	6,0 »
Նեխուր	15,0 »	5,0 »
Շաղգամ	15,0 »	2,0 »
Գլուխ սոխ	25,0 »	5,0 »
Պրատ	10,0 »	—
Մուսկաթի ընկույզ	0,01 »	—
Կալեյնյան պղպեղ	ըստ ցանկության	—
Գափահյա թուփ	—	0,01 գր.
Միսեյա պղպեղ	—	0,01 »
Մեխակ	—	10,0 »
Գետնատուենի	—	20,0 »
Ջրթապուղ	—	0,1 »
Հիմոն	—	30,0 »
Պատրաստի կնեղ	—	—

ՍՈՒՊ ՏԱՐՏՅՈՒ

Այդ սուպը պատրաստվում է հորթերի գլուխներից կամ կրյաններից (կրյաններից պատրաստվածը կոչվում է «տաքայու»), իսկ հորթերի գլուխներից պատրաստվածը «ա-լա-տաքայու»): Հորթերի գլուխները խաշում են և բրդից մաքրում, լվանում, հետո փափուկ գլուխները խաշում են և բրդից մաքրում, լվանում, հետո փափուկ մասերը (այժմասերը կոտորում, ուղեղը ջարդում: Հանված փափուկ մասերը (այժմասերը, ախանջները և լեզուեն) եփում են սպիտակ արմտիքներով: Ուղեղը եփում են առանձին: Հորթերի գլուխների օսկորները եփում են բուլլոնի համար:

Տարայու բուլլոնի եփումը կատարվում է այնպես, ինչպես օշպո սուպն է եփվում, մսի զանազան տեսակներից — տավարի մսից, հորթի, հավի և սրսաթուչունների օսկորներից:

Գարնիրների համար արվում է մանր կոտորած հորթի գլուխը, կոտորած շամպինիոններ, կնեղ, որը պատրաստված է հավի կամ հորթի մսից, լցնում կնեղներ, ձիթապուղներ և լիմոն կոտորներով գարնիրներ կանաչեգեղնից չի տրվում:

Գափահյա թուփը, պղպեղը, մեխակը գցում է բուլլոնը պատրաստվելուց 20 ըտպե առաջ:

Առանձին արվում են կարկանդակներ:

Սուպ-պյուրեի ասրերիչ հատկանիշը կայանում է նրանում, որ բոլոր մթերքները, որոնք օգտագործվում են սուպ-պյուրեի համար, արորում են, այսինքն՝ դարձնում են պյուրեանման մասսա: Պյուրե պատրաստելու համար հարկավոր է սկզբում մթերքները ենթարկել տաք մշակման, իսկ հետո արորել և անցկացրել մազիկամ մեքենայի միջոցով:

Պյուրե-սուպերը ունեն միատեսակ խտություն: Բոլոր բանջարե, մսե և ձկան պյուրե-սուպերի հիմնական մասը կազմում է սպիտակ սոուսը, բրնձի կամ գարեձավարի շիմը (ПЛЕММЫ):

Ծներեկից, թարմ վարունգներից և պամիդորներից սուպ-պյուրե եփելու դեպքում լավ է պատրաստել գարեձավարի կամ բրնձի շիմով: Սուպ-կրեմը տարբերվում է սուպ-պյուրեից նրանով, որ նրա մեջ պարտադիր կարգով ավելացնում են ձվի դեղնուցներ, բայց արած եփացրած և ապա ստոեցրած կաթով կամ արածանով, այն դեպքում, ինչպես սուպ-պյուրեի մեջ, ավելացնում են միմիայն կաթ կամ արածան:

Շլեմների պատրաստումը: Շլեմները պատրաստվում են հետեվյալ կերպ. գարեձավարի շիմի համար հարկավոր է օգտագործել գարեձավարի ամենաբարձր տեսակը, որովհետև վառ տեսակի գարեձավարի մեջ կա մեծ քանակությամբ ալյուր, որը սուպին տալիս է ալյուրի համ և մուգ դույն:

Գարեձավարը մի քանի անգամ լվանում են տաք ջրով, որից հետո զցում մազի վրա, որպեսզի ջուրը ցամաքի: Հետո զցում են եռացող ջրի մեջ, ընդհորում ջուրը վերցնում են այնպիսի չափով, որպեսզի ձավարը ծածկվի հեղուկով: Ավելացնում են մի քիչ յուղ, խուփը ծածկում և թողնում են որ լավ եռա: Հետո դնում են թույլ կրակի վրա և թրակով խառնում, որ ձավարը չերվի: Եփելու ժամանակ հարկավոր է ավելացնել ջուր: Երբ ձավարը լավ կեփվի, հարկավոր է իսկույն եեթ արորել և մազով անցկացնել, չթողնելով, որ սառչի: Սե կրուպաները մազի միջով չեն անցնում, որովհետև նրանք մինչև փափկանալը երբեք չեն եփվում և հարկավոր է նրանց դեն գցել: Գարեձավարից պյուրե ստանալու համար հարկավոր է լցնել ջուրն այնպես, որ ջրալի շիա ստացվի, այլ ոչ թե ցրվի: Մեկ կիլոգրամ ձավարի համար վերցնում են 5 լիտր ջուր:

Բրնձի շիմը պատրաստվում է բարձր տեսակի բրնձից (մեծ մտամբ կարողինյան): Նրան հարկավոր է մի քանի անգամ տաք ջրի մեջ (30—40 աստիճան (°) լվանալ, հետո ջուրը թափել, լքցնել տաք բուլյոնը, զցել մի քիչ կարագ և եփել թույլ կրակի վրա մինչև պատրաստվելը: Եփելու ժամանակ հարկավոր է անընդհատ խառնել, որպեսզի բրնձը չայրվի:

Պատրաստի բրնձը հարկավոր է արորել տաք վիճակում և անցկացնել մազով (ստոեցրած բրնձը դժվար է արորել), առանց մնացորդի: Գարեձավարի և բրնձի շիմների գլխավոր նշանակումը կայանում է նրանում, որ հեշտացնի պյուրե-սուպերի պատրաստումը այնպիսի բանջարներից, որոնց մեջ պարունակվում է մեծ քանակությամբ ջուր, ինչպես օրինակ թարմ վարունգները, պամիդորները և ծներեկը:

Ալգայիսի սպերին շիմները տալիս են մածուցիկություն, քրնքուշ համ և հարթություն: Ինքնուրույն սուպ պատրաստելու համար գարեձավարից կամ բրնձից պատրաստած պյուրեի մեջ լքցնում են պատրաստի սպիտակ բուլյոն, որից հետո սուպը եռացնում են մինչև նրա թանձրանալը, հետո քամում և սարքում են լեզոնով ու կարագով:

Գարնիրի համար տալիս են առանձին պատրաստած (ПРИПУЩЕННЫЙ) փխրուն բրնձ կամ եփած գարեձավար:

Բուլոն պյուրե-սուպերը, որոնք պատրաստված են ձավարներից և այլե շինվածքներից, լեզոնի հետ խառնելուց հետո եռացնել չի կարելի, որովհետև դեղնուցները կվոլորավեն և փաթիլների ձևով լող կտան մակերեսի վրա:

Լեզոնի պատրաստումը: Սուպ-պյուրեի համար լեզոնը պատրաստվում է հետևյալ կերպ. ամանի մեջ խփում են դեղնուցները և բացում եփած և ապա ստոեցրած կաթով կամ արածանով, լավ խառնում են ավելիկով և քամում մազի միջոցով: 10 դեղնուցի համար վերցնում են $\frac{1}{2}$ լիտր արածան կամ կաթ (մեկ լիտր լեզոնի համար 12 դեղնուց):

Բանջարեղենի պատրաստումը պյուրե ստանալու համար. պյուրեի համար նշանակված կանաչեղենը, բանջարը և արմը-տի-ը մաքրում, լվանում և մանր կտորում են (որպեսզի այդպիսիք չսպեխաչվեն):

Եթե բանջարեղենն ունի դուռն համ (ինչպես օրինակ շաղ-գամբ), այդ դեպքում սկզբում նրանց խաշում են, իսկ հետո կատարում շոգեխաշումը:

Բանջարեղենի տրորումը: Բանջարեղենը տրորում են խիտ մազով, որովհետև նոսր մազի միջոցով անցկացնելու դեպքում կարող են անցնել նաև մեծ կտորները, այդ դեպքում պյուրեն հարթ չի լինի: Բանջարեղենը հարկավոր է արագ կերպով տրորել քանի դեռ չի սառչել (որովհետև սառը բանջարեղենը կաշում է մազից):

Պասիրովիաներ: Պասիրովիաներ պատրաստելու համար ամանի մեջ լցնում են կարագ, զցում պյուր և խառնելով լավ տապալում են (պատրաստած պասիրովիան բաց են անում քամած և յուզազրկած սպիտակ բուլյոնով, որպեսզի ստացվի հեղուկ սպիտակ սոուս: Բուլյոնը լցնում են սուպ-պյուրերի մեջ ոչ թե միանգամից, այլ աստիճանաբար, անընդհատ խառնելով թիակով կամ ավելի լավ է խառնել մետաղյա ավելիկով: Սոուսը լցնելուց հետո ավելի լավ է խառնել մետաղյա ավելիկով: Սոուսը լցնելուց հետո սուպը հարկավոր է լավ եփել: Այլուրը պետք է վերցնել բարձր տեսակի, որովհետև պյուրի տեսակից է կախված սպի հարթությունը և արբի համի չեզոքացումը: Սուպ-պյուրերի հետ կարելի է մատուցել գրենիկաներ և զանազան կարկանդակներ:

ՍՈՒՊ-ՊՅՈՒՐԵ ԾԱՂԿԱԾ ԿԱՂԱՄԲԻՑ

Մեկ բաժնի համար պահանջվող մթերքների չափը.

Ծաղկած կաղամբ	70 գր.
Այլուր	20 »
Կարագ մաքուր	20 »
Կաթ	50 »
Աղ	5 »
Գեղնուց	1½ »
Սպիտակ հաց գրենիկաների համար	20 »

Կաղամբը մաքրում են կեղտոտ տերևներից, հետո շոկում են փոքր զլուխները (գարնիրների համար առանձնացնում են մի քանի մանր զլուխներ, վորոնք եփում են առանձին սուպերի հոտ տալու համար): Լվանում են, եփում կամ զցում բուլյոնի մեջ: Եփելուց հետո կաղամբն անց է կացվում մազով: Հետո պատրաստում են սպիտակ սոուս, որը միացնում են տրորած կաղամբի և մաջրի հետ, բաց են անում բուլյոնով անհրաժեշտ խտությունը և եփում են թույլ կրակի վրա 10—20 րոպե:

Ստացված պյուրեն անց են կացնում մազի միջոցով, տաքացնում և սարքում են քամած տաք կաթով (կամ լեզոնով), կարագ յուզով, կամ ազով յուզը վերցնում են և լավ խառնում: Պատրաստի պյուրեն պահում են մարմիտի վրա (չրե բազնիս). ծաղկած կաղամբից սուպ-պյուրերի մատուցելու ժամանակ հետը դնում են տաքացրած ափսիսի մեջ կաղամբի տաքացրած փոքրիկ զլուխները, (կարելի է տալ և կնեյ), խի հետո լցնում են սուպը: Առանձին տալիս են գրենիկաներ կամ կարկանդակներ:

Պատրաստի սուպը պետք է ունենա պյուրենման տեսք, փայլաւ սպիտակավուն գույն, ծաղկած կաղամբի հոտով և համով: Նույն այդ ձևով էլ պատրաստվում են այն սուպերը, որոնք ստացվում են շաղգամից, դդումից, գազարից, քաղցր արմախքներից, նեխուրից, կարանչկա-դդումից և կարկանդակներից:

ՍՈՒՊ-ՊՅՈՒՐԵ ՊԱՄԻԴՈՐՆԵՐԻՑ

Մեկ բաժնի համար վերցնում են հետևյալ մթերքները.

Պամիդոր	120 գր.	Այլուր	15 գր.
Գազար	20 »	Շլեմ	80 »
Մաղազանոս	10 »	Կաթ կամ արածան	50 »
Նեխուր	10 »	Գեղնուց	15 »
Գլուխ սոխ	20 »	Բուլյոն	0,40 »
Աղ	5 »	Մաքուր կարագ	20 »
Բրինձ (պարտադիր չէ)	5 »

Պատրաստելու եղանակը. արմախքը—մաղազանոսը, նեխուրը, գազարը և սոխը մաքրում են, լվանում, քիչ խաշում և պասիրովիա անում կարագով ստեֆանիկի մեջ մինչև որ ստանան ոսկենրբերանդ գույն: Հետո զցում են պատրաստի պամիդորները, որոնք պետք է լինեն հասած (ներանց շոկում են, հեռացնում պտղատիկներից, լվանում և մառ-մառ կտորում) և արմախքի հետ միասին ПРИПУСКАЮТ մինչև պատրաստվելը, որից հետո թողնում են, որ մի քիչ սառի և տրորում են մազով կամ մեքենայով: Թարմ պամիդորները կարելի է փոխարինել տոմատ-պյուրերով: Առանձին պատրաստում են ջրալի սպիտակ սոուս՝ գարեձավարից կամ բրնձե շիմից:

Սոուսի կամ շիմի մեջ զցում են տրորած պամիդորները, խառնում և թողնում են 10—15 րոպե, որ եռա (եռման ժամանակ

քափը հավաքում են): Ստացած մասան հարկավոր է քամել: Սուպ-պյուրեն հարկավոր է պահել մարմիտի վրա (ջրե-բազնիս):

Մատուցելու ժամանակ սպի մեջ կարելի է գցել փխրուն բրինձ և տաքացրած պամիրներ, որոնք պետք է մաս-մաս կտորած լինեն: Առանձին սպի հետ տալիս են զրենկաներ կամ կարկանդակներ:

Պատրաստի սուպը անսքով պետք է ունենա մխտանալ պյուրենման մասա, հալասար, բացվարդագույն և թթվային սուր համ:

Վերևում բացատրված եղանակով կարելի է պատրաստել սուպ նաև ծներեկից, թարմ վարունդներից, կանգառից, թրթրնջուկից վերմիշելով և թրթրնջուկից—բրնձով, բայց արդեն այդ սպերի մեջ մաղաղանոս, գազար, նեխուր և սոխ չեն գցում: Թըրթրնջուկից պատրաստած սպերի մեջ կարելի է ավելացնել մանր կտորած և եփած վիշինա, իսկ լեզոնի փոխարեն կարելի է գցել արածան:

ՍՈՒՊ-ՊՅՈՒՐԵ ԲԱԿԼԱՆԵՐԻՅ

Սուպ-պյուրե սպիտակ կեղեվահանած սիսեռից: Այդ սուպ-պյուրեն պատրաստվում է մսի բուլյոնով կամ բուսաջրով:

Միսեռը հարկավոր է մաքրել և լվանալ տաք ջրով: Կվացած սիսեռի վրա լցնում են քամած բուլյոն, որը վերցնում են 35—40 րոպե սպի համար նշանակված բուլյոնից և դանդաղ եռացնում են մինչև պատրաստվելը:

Պատրաստի սիսեռը տրորում են մաղով կամ արորոզ մեքենայով: Հետո պատրաստում են սպիտակ պասիրովիան և բացում են մնացած տաք բուլյոնով:

Եփելու ժամանակ հարկավոր է լավ խառնել, եթե կառաջանան գնդիկներ, այդ դեպքում հարկավոր է քամել մաշի միջոցով:

Ստացված հեղուկ սոուսով բացում են տրորած սիսեռը և եփում 40 րոպե: Այրվելուց խուսափելու համար եփելու ժամանակ հարկավոր է լավ խառնել Գազարը և դուխ սոխը կտորում են փոքրիկ խորանարդներով (2—3 մմ) կամ աղում են մսի մեքենայով, հետո պասիրովիա անում և լցնում սպի մեջ՝ մատուցելուց 10 րոպե առաջ: Աղը պետք է գցել մատուցելուց առաջ: Համը լավացնելու համար կարելի է գցել ապխտած (ծխով) միս, վիշինա և կրծքամիս:

Միսեռով սուպը ձկան հետ չի պատրաստվում:

Մթերքների անունները	Սուպ-պյուրե չորացած սիսեռից	Սուպ-պյուրե թարմ կանաչ սիսեռից	Սուպ-պյուրե լոբուց	Սուպ-պյուրե սոյայից
Բուլյոն	460	450	450	560
Կեղած սիսեռ	60	—	—	—
Կանաչ սիսեռ	—	100	—	—
Լոբի	—	—	80	—
Սոյա	—	—	—	100
Գլուխ սոխ	8	—	8	8
Գազար	8	—	8	8
Յուղ (կարագ)	15	15	15	15
Սպիտակ ալյուր	10	10	10	10
Աղ	5	5	5	5
Մաղաղանոս	8	—	8	8
Չվի դեղնուց	—	15	—	—
Աքաժան կամ կաթ	—	50	—	—
Սպիտակ հաց զրենկաների համար	20	20	20	20

Միսեռի սուպը շուտ է փչանում և զրա համար նրան շատ պահել չի կարելի:

Ոսպի սուպ-պյուրեն պատրաստվում է նույնպես, ինչպես և սիսեռինը: Ոսպից կարելի է պատրաստել սուպ-պյուրե նաև արմտիքով, մաղաղանոսով, դուխ սոխով, պրասով, գազարով և նեխուրով: Այդ սուպի մեջ գործ է ածվում թառափի, լոբույի, շերեփաձուկի կամ գայլաձուկի գլուխները:

Սուպ-պյուրե կանաչ սիսեռից: Կանաչ սիսեռից սուպ-պյուրեն պատրաստվում է մսի բուլյոնով: Միսեռը վերցվում է թարմ, կանաչ կամ պահածո, բայց դարձյալ կանաչ: Միսեռը գցում են եռացող ջրի մեջ, խփով ծածկում և եփում 20 րոպե: Կանաչ սիսեռը եփում են միմիայն ուժեղ եռացող ջրի մեջ, որպեսզի պահպանվի նրա կանաչ գույնը: Կանաչ սիսեռը հարկավոր է եփել առանց աղի, որովհետև աղը երկարացնում է եփման պրոցեսը: Սպի մեջ աղը գցում են մատուցելուց 5—10 րոպե առաջ: Պատրաստի սիսեռը տաք վիճակում տրորում են մաղով կամ մեքենայով բուսաջրերի հետ միասին: Հետո պատրաստում են սպիտակ պասիրովիան և բացում տաք բուլյոնով, որը նշանակված է սիսեռի համար: Ստացված սպիտակ հեղուկ սոուսի մեջ գցում են տրորված սիսեռը՝ լավ խառնում են, եփում 10 րոպե, որից հետո սարքում են նախորդ պատրաստ-

ված լեզոնով, որը պատրաստվում է հում գեղնուցից, եփացրված և քամած կաթից: Սպիտակ սոուսը պցում են նրա համար, սրպե-
ղի սիսեթը տակը չնստի: Սոուսը պահում է նրան հավասար գրու-
թյան մեջ: Սպի մեջ պցում են հուշնայես և կարագ, փոքր կտոր-
ներով և աղ ու բոլորը լավ խառնում: Մատուցելու ժամանակ
տալիս են սպիտակ հացից գրենկաներ:

Պատրաստի սուսը անքով պետք է նմանվի ոչ թանձր
պլուրենման մասսայի, գույնը բաց և թարմ, կանաչ, սիսեթի
համի: Սուսը հարկավոր է պահել մարմիտի վրա: Սուս-պլուրենին
կանաչ գույն տալու համար ավելացնում են սպանաղի հյութ
(ЭССЕНЦИЯ):

Սպանաղի էսսենցիան պատրաստում են հետևյալ կերպ. մատղաշ
սպանաղը մաքրում են, լվանում և մզում (հեռացնում ջուրը): Մզած
սպանաղը ձեծում են քարե հավանքի մեջ: Սաացված հյութը նորից
են ձեծում և ստանում երկրորդ հյութը, որը և խառնում են առա-
ջինի հետ: Սպանաղը պետք է այնքան ձեծել, որպեսզի աշլես
հյութը չարտադրի: Հավաքած հյութը գնում են օջախի թույլ կրակի
վրա (օջախի եզրին), խառնում և թողնում են, սր բոլորովի: Այդ
ժամանակ կանաչ հեղուկից կզոյանա գեղին ջուր, որը մեջ կլու-
զան կանաչ գնդիկները: Սաացած հյութը լցնում են մազի վրա,
իսկ մնացած կանաչ գնդիկները արտրում են մազով, որը և հան-
դիսանում է սպանաղի հյութը (էսսենցիան): Այդ սպանաղի հյութը
հարկավոր է պահել սառույցի վրա քարե բաժակում:

Սուս-պլուրեն լոբուց եվ սողայից: Այդ սուսերը պատրաստվում
են այնպես, ինչպես և սուս-պլուրենն չոր սիսեթից, միայն այն
տարբերությունը, որ լոբին և սոյան եփելուց առաջ թրջում են
սուսը ջրի մեջ ուռչելու և շուտ եփելու համար:

Պատրաստած բակլաները հարկավոր է արտրել և բացել տաք
բուլցոնով: Եփելու ժամանակ բակլաների վրա չպետք է աղ պցել
այլապես նրանք վատ կեփվեն: Այդ պետք պցել մատուցելուց առաջ:

ՍՈՒՊ-ՊՅՈՒՐԵ ԵՆԱԿԻ ՊՏՈՒՂՆԵՐԻՅ (КЛУБНЕПЛОДОВ)

Երակի պտուղներից սուս-պլուրեն պատրաստելու համար պքծ
են ածում կարտոֆիլ կամ գեանատանձ (ТОПИНАМБУР):

Մթերքների անունները	Սուս-պլուրեն կարտոֆիլից	
	Սուս-պլուրեն կարտոֆիլից	Սուս-պլուրեն գեանատանձից
Սպիտակ բուլցոն	450	450
Կարտոֆիլ	150	—
Գեանատանձ	—	175
Յուղեր (կարագ)	15	20
Կաթ	50	50
Զվի գեղնուց	13	13
Աղ	5	5
Պրաս	25	25
Ալյուր ՅՊ աղես	10	10
Սպիտաք հաց (գրգենկած)	20	20

Պատրաստելու եղանակը. մաքրած, լվացած կարտոֆիլը
կամ գեանատանձը եփում են աղաջրի մեջ (լավ է քիչ
ջուր լցնել): Միաժամանակ պցում են մաքրած, լվացած և կոտո-
ջում պրասը: Երբ կարտոֆիլը (կամ տանձը) կեփի, նրան հարկա-
վոր է արտրել սիսեթի հետ և անց կացնել մաղով, կամ արտրել
մեքենայով և կամ աղել խիտ ցանց սենեցոզ մասմեքենայով: Այդ
կարտոֆիլը բաց են անում քափը հանած տաք բուլցոնով, որի
համար բուլցոնը կխուսում են և լավ խառնում: Հետո պատրաստում
են սպիտակ սոուս, օգտագործելով բուլցոնի երկրորդ կեսը: Պատ-
րաստի քափհանած սպիտակ սոուսը միացնում են բաց արած կար-
տոֆիլի պլուրենի հետ, խառնում և եփում են 10—15 րոպե: Եփելու
ժամանակ առաջացած քափը հավաքում են: Հետո սուսը թողնում
են, որ ստոսի, այն է մինչև 80—85 աստիճան C ջերմության հասնելը
և պատրաստում են լեզոնով ու յուզով: Այդ պցում են լեզոնից
առաջ: Սովորական կարտոֆիլի սուսը պատրաստում են առանց
պրասի և լեզոնի:

Սուսը հարկավոր է պահել մարմիտի վրա, 80—85 աստիճան
C ջերմությամբ: Մատուցելու ժամանակ սպի մեջ պցում են գար-
նիրներ (կարելի է աղ առանձին), որը կուտրում են խորանարդա-
ձևի:

Մեկ բաժնի համար մթերքների բաշխումը՝

Բուլլոն	0,45 լիտր
Շագանակ	80 գրամ
Ալյուր 30 սակոս	10 »
Մաքուր կարագ	20 »
Կաթ կամ տրաման	40 գրամ
Աղ	5 գրամ

Պատրաստելու եղանակը. եփում են շագանակները և նրանցից պատրաստում պյուրե: Առանձին պատրաստում են սպիտակ պահիբովկա և բացում նրան պատրաստի տաք բուլլոնով:

Բուլլոնը պատիրովկայի հետ միացնելու ժամանակ հարկավոր և խառնել:

Որպեսզի գնդիկներ չստացվեն, պատրաստի սուուսի մեջ զցում են շագանակից պատրաստված պյուրե, թողնում են, որ լավ եռա, անց են կացնում մազով և տաքացնում մինչև 85 սասիճան C, սաքրում են կաթով կամ արածանով, կարագով, ազով և լավ խառնում:

Շագանակի պյուրեն կարելի է պատրաստել երկու ձևով.

Առաջին ձևովը:—Շագանակը մաքրում են կճեպներից, զցում են ամանը զազեցրած կարագի մեջ և տապակում են թուղ կրակի վրա, խուփը ծածկում, անընդհատ խառնում, քանի դեռ միջի կաշին զուրս չի եկել:

Հետո շագանակը կրկին մաքրում են և տապակում են մինչև փափկելը:

Պատրաստի շագանակները արորում են, քանի դեռ տաք են:

Երկրորդ ձևովը: Շագանակը խաշում են, լցնում են վրան եռացրած ջուր, խուփը ծածկում և թողնում 20—25 րոպե, իսկ հետո նրանց մաքրում են:

Մաքրած շագանակները լցնում են ամանի մեջ, լցնում վրան բուլլոնը և թողնում խփի տակ մինչև պատրաստվելը: Հետո անց են կացնում մազով կամ մեքենայով: Շագանակից պատրաստած սուպ-պյուրեի հետ առանձին մատուցում են զրեհկաներ: Շագանակի սուպի մեջ կարելի է զցել մսից պատրաստված կնիք:

ՍՈՒՊ-ՊՅՈՒՐԵ ՍՈՒՆԿԻՅ

Սուպ-պյուրեն սունկից պատրաստում են թարմ կամ պահածո շամպինիոնից, թարմ մորխ սունկերից (сморчки) կամ թարմ սպիտակ սունկերից:

Մթերքների անունները	Սուպ-պյուրե շամպինիոնից	Սուպ-պյուրե մորխից	Սուպ-պյուրե սպիտակ թարմ սունկից
Բուլլոն	450	450	450
Շամպինիոն	80	—	—
Մորխեր	—	80	—
Սպիտակ սունկեր	—	—	120
Ալյուր	20	20	20
Մաքուր կարագ	20	20	20
Կաթ	50	50	50
Չվի դեղնուց	13	13	13
Աղ	5	5	5

ՍՈՒՊ-ՊՅՈՒՐԵ ՇԱՄՊԻՆԻՈՆԻՅ

Այդ սուպը պատրաստում են թարմ կամ պահածո շամպինիոններից: Շամպինիոնները մաքրում են, լավ լվանում տաք ջրում, որի մեջ քիչ լիմոնի թթու են զցում (ներս համար, որ շամպինիոնները չսեփանան): Լվացած շամպինիոնները մանր կտարում են և զցում բուլլոնի մեջ, ավելացնելով քիչ կարագ (80 գրամ շամպինիոնի համար 3—5 գրամ կարագ). 100 սասիճան C ջերմության ժամանակ թողնում են 40—45 րոպե:

Պատրաստի շամպինիոնները ազում են խիտ ցանց ունեցող մսի մեքենայով, հետո արարում են մազով կամ մեքենայով, հետո միացնում են նախօրոք պատրաստած սպիտակ սուուսի հետ և բացում բուլլոնում մինչև անհրաժեշտ խտությունը, որից հետո եփում են սուպը 5—10 րոպե: Եփելուց հետո սուպը կարելի է նորից անցկացնել մազով, որից նա դառնում է ավելի նուրբ և բարակ—հետո սառեցնում են մինչև 85 սասիճան C, լցնելով լեզուն, կարագ յուղ և լավ խառնում:

Պատրաստի սուպը հարկավոր է դնել մարմիտի վրա: Մարմիտի վրա պահելու ժամանակ սուպը հարկավոր է հաճախ խառնել, որպեսզի քափ չառաջանա:

Մատուցելու ժամանակ զցում են կնիք և առանձին տալիս զրեհկաներ կամ կարկանդակներ: Պատրաստի սուպը պետք է վինի հարթ, պյուրեանման, ունենա կրեմային զուրն, զուրալի համ և շամպինիոնի հոտ:

ՍՈՒՊ.ՊՅՈՒՐԵ ՄՈՐԽԻՅ (սուսկ)

Մորխը մաքրում են և լվանում մի քանի անգամ, որ հող չմնա վրան: Լվացած մորխը աղում են մսի մեքենայով, հետո պղում են կարագ և ավելացնում բուլլոն: Պատրաստի մորխերը միացնում են սպիտակ սոուսի հետ, եռացնում են 15—20 րոպե և անց կացնում մսիով:

Հետո պղում են լեզոն և եփում—մի քանի անգամ, հասցնելով 85 աստիճան C ջերմության և ստրքում մաքուր կարագով:

Մորխը եփելուց ամբանում է, զրա պատճառով մինչև 30% առճաստարակ չի տրորվում:

Պատրաստի սուսը հարկավոր է պահել մարմիտի վրա, այնպես, ինչպես շամպինիոններից սուսը: Մատուցելու ժամանակ արվում է զրենկաներ կամ կարկանդակներ:

Սուս-պյուրեն ուրիշ թարմ սնկերից պատրաստվում է այնպես, ինչպես սուսը շամպինիոններից:

ՍՈՒՊ.ՊՅՈՒՐԵ ՈՐՍԱԹՈՉՈՒՆՆԵՐԻՅ ԵՎ ՈՒՐԻՇ ՄՍԱՄԹԵՐՔՆԵՐԻՅ

Մամթերքներից սուս-պյուրե պատրաստելու համար օգտագործվում են հավեր, հնդկահավեր, բապեր, սալամրներ, կաքավներ, մաչրենավեր, կացարներ, ցախաբլորներ, լորեր, փայծաղ հորթի կամ աավարի զլուխ, ճագար, նապաստակ և այլն:

ՄԵԿ ԲԱՃՆԻ ՀԱՄԱՐ ՄԹԵՐՔՆԵՐԻ ԲԱՇՆՈՒՄԸ ԳՐԱՄՆԵՐՈՎ

Մթերքների անունները	Սուս-պյուրե թռչուն	Սուս-պյուրե փայրի կենդան	Սուս-պյուրե փայծաղից	Սուս-պյուրե ճագարից
Սպիտակ բուլլոն	450	450	450	450
Մխ	70	85	85	140
Յարենի ալյուր	20	20	20	20
Յուղեր ժաք. կարագ	20	20	20	20
Գաթ	50	50	50	—
Ձիթ զեղնուց	12	12	—	12
Աղ	5	5	5	5
Սպիտակ հաց	20	20	20	20

ՍՈՒՊ.ՊՅՈՒՐԵ ՀԱՎԵՐԻՅ

Սուս-պյուրեն հավերից պատրաստվում է հավի կամ մսի սպիտակ բուլլոնից: Բուլլոնը կարելի է եփել խոշոր անասուն-

ների մսից և սոկորներից կամ հորթի սոկորներից: Հորթի սոկորները եփելուց առաջ հարկավոր է խաշել և եփել հավերի հետ:

Եփած հավերի միսը ջուկում են սոկորներից, մի քանի անգամ անցկացնում մսի մեքենայով: Աղած միսը հարկավոր է գցել հավանդի մեջ և ծեծել կարագով, հետո անցկացնել մաղով կամ մեքենայով:

Հավերը կարելի է պատրաստել և ուրիշ եղանակով: Հում հավից հանում են մեջքի միսը և անց են կացնում մի քանի անգամ մսի մեքենայով ու տրորում են, ինչպես առաջին դեպքում:

Հավերը կարելի է եփել և առանց ավելացնելու մսի ու հորթի սոկորների բուլլոնը: Բուլլոնի եփելու ժամանակ ավելացնում են սպիտակ արմտիք—մազադանոս, նեխուր և զլուխ սոխ: Պատրաստի բուլլոնի յուղը հանում են, քամում մաքրայով կամ անձեռոցիկով:

Նախորոք պատրաստած սպիտակ պասիրովկան բաց են առնում տաք բուլլոնով և ստացված հեղուկային սպիտակ սոուսի մեջ պղում են հավերից պատրաստված պյուրեն, խառնում են մեջ պղում են 10—15 րոպե, հետո պյուրեն անց են կացնում մաղի միջով, ստրքում աղով, լեզոնով, զանգաղ եփում են, խառնում և ավելացնում մաքուր կարագ: Պյուրեն հարկավոր է պահել մարմիտի վրա 75—80 աստիճան C ջերմության: Պատրաստի սուսը պետք է լինի հարթ, ուռնեա պյուրեանման մասսայի տեսք: Համը պետք է լինի հավի՝ առանց կողմնակի հոտի և արածանի խտությամբ. զարնրի համար սպի հետ կարելի է տալ մսի կնեք:

Մատուցելու ժամանակ տալիս են զրենկաներ կամ կարկանդակներ:

ՍՈՒՊ.ՊՅՈՒՐԵ ՀՆԴԿԱՀԱՎԻՅ ԵՎ ՃՍԳԱՐԻՅ

Սուս-պյուրեն հնդկահավերից և ճագարներից պատրաստվում է 2 ձևով՝ վորսաթռչունից հանում են մեջքի միսը (սուկին), գնում են յուղ քսած ստեյնիկի մեջ, լցնում ոչ մեծ քանակությամբ բուլլոն և թողնում խփի տակ մինչև լրիվ պատրաստվելը և հետո սառեցնում են: Մեջքի հիմնակմախքը (կարկասը) (մեջքի վանդակի սոկորները) հարկավոր է ջարգել, որովհետև նրանք տալիս են գառնություն:

Հետո կարկանները միքիչ տապակած հորթի սոկորների հետ պղում են կաթնայի մեջ, լցնում վրան սառը ջուր և թողնում են մինչև որ եռա, վորից հետո հավաքում են քափը և աղում:

Եփումը պետք է կատարել զանգաղ: Եթե հորթի սահորհերը սուպի համար չեն օգտագործում, այն ժամանակ տապակած կարկասները գնում են պատրաստի մսի բուլցոնի մեջ և եփում են, որից հետո պատրաստի բուլցոնը քամում են:

Կարկասներից ջոկում են մնացած միսը և ֆիլեյի հետ մի քանի անգամ անց են կացնում մսի մեքենայով, հետո հալմանդում ձեռում, անց կացնում մազով կամ մսի մեքենայով: Պատրաստման հետագա պրոցեսը նույնն է, ինչպես և հավի սուպ-պյուրեինը:

Ամբողջ պատրաստած վայրի միսը տապակում են, սառեցնում, հետո ջոկում փափուկ մասերը, ազում մսի մեքենայով, հալմանդի մեջ ձեռում, արորում, հետո գցում կաթսայի մեջ և եփում պատրաստած սոուսի հետ: Տապակած որսակարկասները (առանց մեջքի) գցում են բուլցոնի մեջ: Պատրաստի բուլցոնը քամում են:

Հետագայում եփման պրոցեսը նույնն է, ինչպես և առաջին եղանակի դեպքումն էր:

Որպես զարնիր արվում է կնեյը:

Սուպի հետ տալիս են կարկասներ կամ գրենդիաներ: Սպի գուլնը պետք է լինի մուգ մոխրագույն:

Սուպ-պյուրեն նապաստակից կամ բազից պատրաստվում է նույն ձևով, ինչպես պատրաստվում է որսաթուռուներից:

Փայծաղից սուպ-պյուրե պատրաստելու համար հարկավոր է փայծաղը թրջել, մաքրել թաղանթից, կոտորել և տապակել սպիտակ արմաթի հետ, այնպես, ինչպես կատարվում էր վայրի կարկասների հետ՝ իսկ հետագա մշակման պրոցեսը կատարվում է նույն ձևով, ինչպես այդ կատարվում էր որսաթուռուներից ոլյուրե ստանալու ժամանակ:

ՍՈՒՊ-ՊՅՈՒՐԵ ԽԵՑԳԵՏՆԻՑ (ԲԻՍԿ-ԳԵ-ԿՐԵՎԻՍ)

Մթերքների բախշումը մեկ բաժնի համար.	
Հավի կամ ձկան բուլցոն	0,5 լիտր.
Ալյուր 30 սոսիս	20 գր.
Կամ բրինձ	30 »
Կարագ յուղ	25 »
Գլուխ սոխ	10 »
Կաթ	50 »
Արածան	25 »
Աղ	5 »

Կնեյներ	120 գր
Մանր խեցգետիններ	6 հատ
Սպիտակ գինի	30 գր.
Գազար	10 »
Ջու—զեղնուց	13 »
Մազազանոս	5 »
Կարմիր պղպեղ	0,01 գր.

Պատրաստելու եղանակը. խոր ամանի մեջ (ապուրամանի կամ սոտեյնիկի) զցել մաքուր կարագ և լցնել մաքրած, բարակ կոտորած գազար, մազազանոս, սոխ, նեխուր և այդ բոլորը տապակել մինչև վոսկենրբերանց գույնի ստացվելը, հետո լցնել մի քիչ բուլցոն և սպիտակ գինի, այնպես, որ ամանի տակը ծածկվի 3 սմ. չափով. երբ հեղուկը արմաթի հետ կսկսի եռուլ, արագ կերպով զրցել նրա մեջ նախորդ սառը ջրում վացած խեցգետինները, ծածկել խուփը և եփել մինչև պատրաստվելը:

Խեցգետինները եփելու ժամանակ հարկավոր է հաճախակի խառնել փայտե թիակով: Խեցգետինների պատրաստ լինելը որոշվում է հեռեկյալ հատկանիշներով. խեցգետինները պետք է լավ կարմրեն, է իսկ կարկասի և վզիկի մեջ առաջանում է ձեղք, սպիտակ մսի շերտի արտադրումով: Երբ եփումը վերջացած է, խեցգետինները հանվում են քափիկրով. կարկասներից անջատվում են վզիկները, չանչերը և թաթիկները, իսկ հանվում է փորը և կտրում քիթը աչքերի հետ:

Վզիկները և չանչերը հարկավոր է մաքրել: Յուրաքանչյուր բաժնի համար երկուսուկուս կարկասներ թողնում են ամբողջ ձևով, որպեսզի նրանց կնեյով փորշիբովկա անեն, մյուս կարկասները թաթերի, վզի մաքրած մնացորդները և չանչերի հետ միասին ձեռում են հալմանդում յուղի հետ, այնպես, որպեսզի ստացվի միանման մասսա:

Հետո հարկավոր է պատրաստել սպիտակ պասիրովկա: Բացել նրան ձկան կամ մսի բուլցոնով և լավ խառնել, որպեսզի ստացվի հարթ, հեղուկ սոուս (սպիտակ սոուսի փոխարեն կարելի է օգտագործել բրնձից պատրաստած շլեմը):

Սոուսի մեջ հարկավոր է լցնել բրեկ-բուլցոն, որի մեջ եփվել են խեցգետինները և եռացնել մինչև 30 բուլե, հեռացնելով փել են խեցգետինները և եռացնել մինչև 30 բուլե, հեռացնելով քափը, հետո հեղուկը վերցնել օջախի վրայից, զնել նրա մեջ կարագով ձեռած խեցգետինները, աղը, ձեռած կարմիր պղպեղը, լավ խառնել, անցկացնել մաղով, տաքացնել լեզոնի հետ մինչև 80—85

աստիճան Շ շերմությամբ և կրկին լեզոնավորել (Золотонить) այս-
բուր կարագով: Սուպը հարկավոր է պահել մարմիտի վրա: Մա-
տուցելու ժամանակ սպի մեջ գցում են լեզոնած կարկասներ,
կնեխներ, որոնք պատրաստվում են խեցեգետինների վզիկների նման
և մաքրած խեցեգետինների վզիկների ձևով:

Սուպը մատուցում են ափսեներով կամ ապուրամաններով:
Մատուցելուց առաջ կարկասները և կնեխը տաքացնում են բու-
լցոնի մեջ:

Սուպի հետ տալիս են բաստեգայներ ձկան լցոնով:

Կարկասները պատրաստում են հետեվյալ ձևով:

1. Հում կարկասները ըմանալուց հետո հարկավոր է կտո-
րել և ծայրերը հավասարեցնել ու չորացնել (եթե կարկասի մեջ
խոնավություն մնա, այդ դեպքում կնեխը եփելուց դուրս կթռչի
կարկասից): չորացրած կարկասները լցոնում են (Ֆարշիրովիկա են
անուն) կարնետով, ձկան կնեխով, հետո նրանց եփում են տաք
աղաջրում: Պատրաստի կարկասները հանում են քափիկրով և
գցում սառը ջրի մեջ:

Մատուցելու ժամանակ կնեխը տաքացվում է:

2. Մեծած խեցեգետինները բաժանում են 2 մասի, մի մասը
դրում են պատրաստի սպիտակ սոուսի կամ բրնձաջրի մեջ, սպե-
լացնելով բրեղը, որի մեջ գցված էյին խեցեգետինները և թողնում
են, որ եռա, հետո քամում են խիտ մաղի միջոցով: Իսկ մյուս մասը
դնում է խեցեգետինային յուղ պատրաստելու համար: Յուղի հետ
միասին ձեռած խեցեգետինները պատրոպկա են անում, տապակում
կլայեկած ամանում մինչև յուղը ստանա գեղին գույն, որից հետո
լցնում են տաք ջրի մեջ և եռացնում:

Յուղը հավաքում են և անցկացնում նոսր անձեռոցիկի կամ
մաուլայի միջով:

Քամած յուղը ստուգվում է:

Խեցեգետինի սպի մեջ յուղը գցվում է փոքրիկ կտորներով և
լավ խառնվում: Առաջին եղանակով պատրաստելը ավելի լավ է,
քանի որ յուղը չի դուրս գալիս երես և չի ենթարկվում բարձր
տաքություն, սննդի անասկետից դառնում է ավելի արժեքավոր,
իսկ համը — լավ:

5. ԿԱԹԻ ՍՊԵՐ

Կաթի սպերը պատրաստվում են լապշայով, «սաչո» վերմի-
շելով, բրնձով, սպիտակ ձավարով, գարեձավարով, դդումով, գա-
ղարով, գոնազան խմորագնդիկներով և այլն:

Մթերքների բաշխումը մի բաժինի համար (գրամներով).

Մթերքների անունները	Սուպ լապշ.	Սուպ վերմիշ.	Սուպ բրնձով	Սուպ սպիտակ ձավարով	Սուպ գարե- ձավար.	Սուպ սաչոյով	Սուպ խմոր- գնդիկի.
Կաթ	350	350	350	450	400	400	450
Կարագ յուղ	5	5	5	5	5	5	5
Շաքարավաղ	5	5	5	5	5	5	5
Սղ	2	2	2	2	2	2	2
Սլրե կամ ձավարե շին- վածքներ	40	40	30	20	30	30	75

Կաթե սուպերի պատրաստելու ձևը. սուպի համար նշանակ-
ված կաթը եփում են առանձին, վերմիշելը և լապշան մաքրում
են և խաշում եռման աղաջրի մեջ, 10 բուլե խառնում, հետո լցնում
են մաղի վրա, ըմանում տաք ջրով և թողնում են, որ ջուրը լավ
ցամաքի: Նախօրոք եփելը անհրաժեշտ է նրա համար, որպեսզի
ցամաքի: Նախօրոք եփելը անհրաժեշտ է նրա համար, որպեսզի
ազատվեն ալրեհամից: Պատրաստի եռացող տաք կաթի մեջ աս-
տիճանաբար դրում են խաշած վերմիշել կամ լապշա, աղ և շա-
քար, որից հետո նրան եռացնում են:

Եփման տեխնոլոգիանը հասնում է մինչև 25 բուլե, դանդաղ
եռումով:

Մատուցելու ժամանակ սուպի մեջ գցում են ըստ չափի
մի կտոր յուղ:

ՍՈՒՊ ԲՐՆՁՈՎ.

Բրինձը մաքրում են, հեռացնում կողմնակի խոտնուղղները,
լվանում, հետո խաշում են մինչև 5 բուլե տեխնոլոգիայով: Հետո
բրինձը գցում են մաղի վրա և թողնում որ ջուրը ցամաքի, որից
հետո լցնում տաք կաթի մեջ և եփում 15—20 բուլե, հետո սառ-
քում սալով և շաքարով:

Մատուցելու ժամանակ սպի մեջ գցում են կարագ յուղ:

ՍՈՒՊ ՍՊԻՏԱԿՁԱՎԱՐՈՎ.

Սպիտակաձավարը (манная крупа) մաղում են մաղով և
լցնում եռման կաթի մեջ: Առաջացող գնդիկներից խուսափելու
համար և որպեսզի ձավարը տակը չնստի, հարկավոր է ձավարը

լցնել աստիճանաբար՝ անընդհատ խառնելով: Հարկավոր է եռացնել 15 րոպե—հետո սարքել սալով և շաքարով, իսկ մատուցելու ժամանակ դնել մի կտոր յուղ:

ՍՈՒՊ ԳԱՐՆԶԱՎԱՐՈՎ

Գարեձավարը մաքրում են, լվանում 3 անգամ տաք ջրով, որից հետո գցում են մաղի վրա ջուրը՝ ցամաքեցնելու համար և եփում են ջրի մեջ համարյա մինչև պատրաստվելը, այսինքն եռացնում են մեկից մինչև 1 և կես ժամ: Հետո թողնում են, որ ջուրը ցամաքի, գցում տաք կաթի մեջ և եփում մինչև պատրաստվելը: Մնացած եփումը կատարվում է այնպես, ինչպես եփվում է բրնձի սուպը:

ՍՈՒՊ ՍԱԳՈՅՈՎ

Սագոն մաքրում են, լվանում և եփում եռացող աղաջրի մեջ, որից հետո լցնում են մաղի վրա և թողնում, որ ջուրը ցամաքի, գցում են տաք կաթի մեջ, թողնում են, որ մեկ անգամ եռա և սարքում են սալով և շաքարով:

Մատուցելու ժամանակ ափսեի մեջ գցում են յուղ:

ՍՈՒՊ ԽՄՈՐԱԳՆԴԻԿՆԵՐՈՎ

Խմորագնդիկները պատրաստում են սպիտակաձավարից կամ ալյուրից, այնպես, ինչպես թափանցիկ (պարզ) սուպը: Խմորագնդիկները եփում են եռացող աղաջրում և մատուցելուց առաջ գցում են տաք կաթի մեջ, միաժամանակ գցում աղ, շաքար և եռացնում: Բույ թողնելու ժամանակ գցում են մի քիչ յուղ:

ՍՈՒՊ ԴԴՈՒՄԻՅ ՍՊԻՏԱԿԱՉԱՎԱՐՈՎ

Դդումը մաքրում են կեղեվից և հատիկներից, մանր կտորում, լցնում են կաթսայի մեջ, վրան լցնում ջուր, այն չափով, որպեսզի զգումի կեսը ծածկվի ջրով, հետո գցում են աղ, շաքար, մի քիչ յուղ, խուփը փակում և շոգեխաշում մինչև պատրաստվելը թույլ եռամբ:

Պատրաստի զգումը արորում են իրեն ջրի հետ միասին: Տրորած գզումը գցում են սուպի մեջ սպիտակաձավարը 5 րոպե եփելուց հետո միայն, որը լցված էր կաթի մեջ: Դդումը գցելուց հետո եփում են զարձյալ 10 րոպե:

Կաթե սուպերը եփելու ժամանակ հարկավոր է հաշվի առնել հետեվյալը. եթե կաթը եռացնում են գոլորշի կաթսայի մեջ, այդ դեպքում կարող է ստացվել այնպես, որ նա չի եռա: Այդ բացատրվում է նրանով, որ կաթի սպիտակուցը վառելու ժամանակ նստելով կաթսայի պատերի վրա, առաջացնում է շապիկ, որի հետևանքով թուլանում է կրակը և կաթը չի յետում: Այդպիսի դեպքում կաթի մեջ ավելացնում են 20—25 տոկոս ջուր:

Կաթը օջախի վրա զրվող կաթսայի կամ կատարուկայի մեջ լցնելուց առաջ հարկավոր է նախօրոք նրանց սղողել սառը ջրով, որը մի քիչ պահում է կաթն այրվելուց:

IV. ՍՈՒՊԻ ՄԱՏՈՒՑԵԼՈՒ ՀԻՄՆԱԿԱՆ ԿԱՆՈՆՆԵՐԸ

1. Տաք սուպերը պետք է լցնել տաքացրած ափսեների մեջ:
2. Սուպերը մատուցելու ժամանակ զարնիրները և յուղը պետք է հավասար բաժանել:
3. Սուպերը պետք է զգուշ լցնել, որ գարնիրները չարորվեն:
4. Եթե սուպը մատուցվում է մսով, արածանով, այդ դեպքում հարկավոր է սկզբում տաքացրած ափսեի մեջ դնել մի կըտոր միս, հետո լցնել սուպը, որից հետո արդեն դնել արածանը և լցնել սուպի վրա կտորած կանաչի կամ սամիթ:
5. Արածանը և կանաչին պետք է պահվեն սառը ամանի մեջ և ավելի լավ է սառուցի վրա, որի համար վերցնում են մեծ աման, զցում մեջը սառուց և նրա վրա դնում արածանով լցված ամանը և ամանի մեջ լցրած կանաչին:
6. Սուպի եփելու և նրա մատուցելու միջև չպետք է լինի ժամանակի մեծ տարրերու թյուն (ճեղքվածք), սուպերը որակավ լավ են միայն այն ժամանակ, երբ նրանք թարմ են: Սուպերի մեծ մասը պատրաստի ձեվով մաքսիմում կարելի է պահել մեկ կամ մեկ ու կես ժամ: Սուպերը հարկավոր է պահել մարմխի վրա:

Յ Ա Ն Կ

Առաջաբան	3
I. Սուպերի նշանակությունը սննդի մեջ	4
II. Բույրանքի և կերակրաչրերի	5
1. Բույրանքի և կերակրաչրերի դասավորումը	5
2. Մսի բույրանքի և նրանց պարարտաման բնականուր կանոնները	5
3. Չկան բույրանքի	15
4. Մսի բույրանքի	20
5. Բանջարե չրեր	22
6. Չավարե չրեր	22
7. Ալրե չրեր	23
III Սուպեր	23
1. Սուպերի խրատությունը	23
2. Պարզ սուպեր	23
Կոնսոմե ձվածեղով (25): Կոնսոմե ձվով (пашотом) (26): Կոնսոմե արմախիբներով (պրենտաներ) (27): Կոնսոմե արմախիբներով և ձվով (կոլբեր) (27): Կոնսոմե եփած բրնձով («гарбуз») : Բալյոն բրնձով (28): Կոնսոմե բրնձով և արմախիբներով (գարբյուր) (28): Կոնսոմե վերմիչելով, լապշայով կամ ասպրիկներով (29): Կոնսոմե խմորագնդիկներով (29): Կոնսոմե հավից (31): Կոնսոմե թռչունից (32): Կոնսոմե կներով (32): Կոնսոմե-բլինդիկներ կներով («Սելետսին») : Կոնսոմե փարս բուլկիներով (պրոֆիտրոններով) (34): Հասարակ պրոֆիտրոնների պարարտաման եղանակը (34): Լցրած (фаршированные) պրոֆիտրոններ (34): Կոնսոմե բորբոսի գիտքիկներով (35): Շշի սավոյական կաղամբով պոտաֆե (35):	
3. Համեմունքային սուպեր	36
Ուկրաինական բորբոս (39): Պալտավյան բորբոս (41): Մսիկ բորբոս սևաչրով (41): Լեհական բորբոս (42): Լիտվական բորբոս (42): Ֆլոտական բորբոս (42): Ժողովրդական բորբոս (42): Թթու շշի (42): Շշի թարմ կաղամբից և սածիլներից (44): Շշի «լեմիվե» (левивые) (47): Շշի կանաչ (47): Սուպ թրթնջուկից (суп озейла) (49): Վարունգապուր (50): Չկան վարունգապուրը (50): Կարտոֆիլի սուպ (52): Սառնիկ սուպ (53): Բրնձով սուպ (53): Սուպ սպիտակաձավարով (53): Սուպ գարեձավարով (54): Սուպ կարեկաձավարով (54): Գյուղական սուպ (54): Սուպ թարմ սնկով կարտոֆիլի հետ (55): Սուպ ալյուրի շինվածքից և ձավարով (կրուպա) (56): Սուպ բակլայից (57): Ջրալի աղապուրներ (солянки) (58): Հավաքական մսի աղապուր ասանց տո-	

մոտի (59): Չկան աղապուր (60): Մսիկ աղապուր (60):	
7. Մացուցիկ (դյուրամարս սուպեր) (61): Սուպ տարեայու (63): Պյուրեանման սուպեր (64): Սուպ-պյուրե ծաղկած կաղամբից (66): Սուպ-պյուրե պամիդոսներից (67): Սուպ-պյուրե բակլաներից (68): Սուպ-պյուրե Ելակի պոսուկներից (клубнеплодов) (70): Սուպ-պյուրե շագանակից (կաշտան) (72): Սուպ-պյուրե սառնիկից (72): Սուպ-պյուրե շամպինիոնից (73): Սուպ-պյուրե մորխից (սունկ) (74): Սուպ-պյուրե որսաթռչուններից և ուրիշ մսամթերքներից (74): Սուպ պյուրե հավերից (74): Սուպ-պյուրե հնդկահավից և ճագարից (75): Սուպ-պյուրե խեցզեմոնից (բիսկ-դե-կրեխ) (76):	
5. Կաթի սպեր	(78)
Սուպ բրնձով (79): Սուպ սպիտակաձավարով (79): Սուպ գարեձավարով (80): Սուպ սագոյով (80): Սուպ խմորագնդիկներով: Սուպ դղուսից սպիտակաձավարով (80):	
IV. Սպի մոսուցիլու հիմնական կանոնները	(81)

ИВ. № 19845

 1941
 Арт № 398
 Вкладн. л.

Հայտնաբերածի Պոլիգրաֆիկոսի տպարան, ՎճՁՁՁ, պատվեր 401, տիրամ 1500



4

«Ազգային գրադարան»



NL0297171

23.362