

Քրիստինե Գրիգորյան

ԱՎԱՆԴԱԿԱՆ ՃԱՇԱՍԵՂԱՆ

Բույրեր, համեր, հուշեր Գալառից



ԵՐԵՎԱՆ
2024

ՆԱԽԱԲԱՆ

Գործ ունենք ինքնատիպ մի աշխատանքի հետ, որն առաջին հայացքից խոհարարական ձեռնարկ է, սակայն իրականում բազմաշերտ ու բազմաբովանդակ մի աշխատանք է, որում, թվում է, խոհարարական խորհուրդներն ու բաղադրատոմսերն ընդամենը միջոց են՝ ներկայացնելու հայրենի եզերքը, քաղաքը, ընտանիքը, հարազատներին, ավանդույթները: Ակնհայտորեն որևէ կերակրատեսակի ներկայացում առիթ է՝ արտահայտելու սերը կյանքի, շրջապատի, մարդկանց հանդեպ, որ դրսևորվում է գեղեցիկ հուշերով, պատկերներով, ու մնում ես զարմացած, թե ինչ գեղեցիկ ու սիրով է նկարագրվում ամեն բան: Շատ կարևոր է, որ արժևորվում են ընտանեկան բարձր ու գեղեցիկ ավանդույթները, ջերմ ու անկեղծ հարաբերությունները, հյուրասիրությունը: Հեղինակը խոհարարությամբ հետաքրքրվող ընթերցողին բուրբերի միջոցով տանում է ուրիշ աշխարհ, տանում է իր մանկության երջանիկ օրրան... Գեղեցիկ է նկարագրվում նաև կերակուրը վայելելու պահը. երբեք չէի մտածի, որ ուտելն այդպիսի գեղեցիկ վայելք է՝ բնության մեջ և բնությա՜նը ներդաշնակ: Եվ մատնաքաշը բուրում է հայրենիքով... Եվ հյուսվում է հրաշալի մի պատմություն, որ սկսվում է եղեռնից մազապուրծ եղած մշեցի Նոբայթ տատից ու ձգվում մինչև մեր օրեր նաև ազգագրական բնույթի մեկնաբանություններով, առանձին կերակուրների՝ կաթնովի, չամիչով փլավի, դափամայի ծիսական նշանակության պարզաբանումներով, մեր կորուսյալ հայրենիքի մասին պատմական ակնարկներով: Միր ու տատիկի պաշտամունքի հետ ներկայացվում է նաև սեղան գցելու արվեստը... Տաղանդավոր պատմողն իր սիրած գործի հանդեպ հանդես է բերում ստեղծագործական մոտեցում՝ ներկայացնելով նաև իր հորինած բաղադրատոմսերը:

Գիրքը գրված է անմիջական ու գրավիչ ոճով, հեղինակն ունի գեղեցիկ պատմելու շնորհ. տեսեք, թե ինչ պատկերավոր կապակցություններ է օգտագործում՝ «համեղ հիշողություններ», «համեղ հուշեր», «համեղ ժառանգություն», «զինվորների պես շարված սմբուկ, պղպեղ, լոլիկներ» և այլն: Կարդացվում է հաճույքով ու հետաքրքրությամբ, որովհետև այն շատ ավելին է, քան խոհարարական գիրքը...

Վիկտոր Կատվայան,
ՀՀ ԳԱԱ Հ. Աճառյանի անվան
լեզվի ինստիտուտի տնօրեն

ԲՈՎԱՆԴԱԿՈՒԹՅՈՒՆ



- 6 Իմ մանկության բույրը
- 8 ՀԱՑ
- 10 Հաց հանապազօրյա. մատնաքաշ
- 12 Մատնաքաշ
- 14 Կլոր հաց
- 16 Պանրահաց



- 18 ԼԱՎԱՇՈՎ ԿԵՐԱԿՈՒԻՐՆԵՐ
- 20 Լավաշով ու ձվածեղով բրդուճ
- 22 Լավաշով զամբյուղ
- 24 Մսկով ու լավաշով գլանակներ
- 26 Լավաշով ձուկ

- 28 ԽՈՐՏԻԿՆԵՐ
- 30 Խորոված սմբուկով խորտիկ
- 32 Կաթնաշոռով նրբաբլիթ
- 34 Խնձորի խորովու՝ ընկույզով

- 36 ԿԱՐԿԱՆԴԱԿՆԵՐ
- 38 Կաղամբով կարկանդակ
- 40 Տատիկի՝ ոլոռով կարկանդակը
- 42 Մսով նավակներ
- 44 Ձկով արագ կարկանդակ

- 46 ԱՂՑԱՆՆԵՐ
- 48 Լոլիկով «Ամառային» աղցան
- 50 Տապակած սմբուկով աղցան
- 52 Աղցան «Մայրաքաղաքային»
- 54 Աղցան «Բանջարեղենային տորթ»
- 56 Հավով աղցան
- 58 Բազուկով ու նոռով աղցան



- 60 ԱՊՈՒՐՆԵՐ
- 62 Սպաս՝ թանապուր
- 64 Մամայի «Չախոխիլին»
- 66 Ոսպով ու սպանախով ապուր
- 68 Քյավառի «Յախնի»
- 70 Կաթնով

- 72 ՏԱՔ ՈՒՏԵՍՆԵՐ
- 74 Քյավառի կորլակ (քյուֆթա) և Քյավառի թավաքյաբաբ
- 76 Տոնական հնդկահավ
- 78 Մամայի «Ամառային» տոլման
- 80 Սպագետիով քաբաբ
- 82 Ձկով խաշլամա
- 84 Իշխանը շոգեխաշած
- 86 Մամայի «Իշխանով ձվածեղը»
- 88 Ղափամա
- 90 «Տոնական» փլավ
- 92 Մամայի «Պասուց տոլման»
- 94 «Մշո տոլմա»՝ հաճարով
- 96 Տապակած բանջարեղեն





- 98 ԹԻՎԱԾՔՆԵՐ
- 102 Քյավառի «Թերթանուշ»՝ փախլավա
- 104 Քյավառի փախլավա՝ «Թերթանուշ»
- 106 Քյավառի գաթա
- 108 Նվարդ տատիս գաթան
- 110 Քյավառի շաքարլոխում
- 112 Մամայի «Թռչնի կաթը»
- 114 Մամայի «Շերտավոր» խմորը
- 116 «Նապոլեոն»
- 118 «Անանաս»
- 120 Տորթ «Գիշեր-ցերեկ»
- 122 «Սուրճով» տորթ
- 124 Մանդարինով տորթ
- 126 Տորթ «Ամառային»
- 128 «Ուլի»
- 130 Էկլեր
- 132 Շտապ ռուլետ
- 134 Պոնչիկ

- 136 ԱՆՈՒՇԵՂԵՆ
- 140 Քաղցր շարոց
- 142 Արքայանարնջի չիր
- 144 Դեղձի անուշակ՝ նշով
- 146 Ծիրանի ջեմ՝ նարդոսի ծաղիկով
- 148 Ծիրանը՝ կարամելային սոուսով

- 150 ԸՄՊԵԼԻՔՆԵՐ
- 152 Բարի լոյս
- 154 Հայկական սուրճ
- 156 Սուրճ «Գլյասե»
- 158 Տաք «Կակաո»
- 160 Ծիրանի հյութ
- 162 Ամառային կոմպոտ՝ «Ասորտի»
- 164 Դեղձի կոմպոտ

- 166 ԱՎԱՆ ԴՈՒՅԹՆԵՐ ԵՎ ԾԵՍԵՐ
- 168 Կարոտ
- 170 Հայրենիք և կարոտ
- 172 Սուրբ Հովհաննես քարայր-մատուռը
- 176 Իմ մանկության Ամանորը
- 178 Խաչի ավանդույթը
- 180 «Տարեհաց» կամ «Միջինք»
- 184 Տարեհաց
- 186 Տրնդեզ
- 188 Փոխինդ
- 190 Զատիկ
- 194 Կաթնահունց
- 196 Վարդավառ
- 198 Խաչլամա
- 200 Քյավառի հյուրասիրություն. սեղանի հարդարանքը



ԻՄ ՄԱՆԿՈՒԹՅԱՆ ԲՈՒՅՐԸ



Մանկությունս իմ կյանքի ամենավառ և անմոռաց հատվածն է՝ լցված ու համեմված գունեղ հուշերով ու համեղ բույրերով: Ծնվել ու մեծացել եմ քյավառցու ընտանիքում, դաստիարակվել մարդկային ամենավեհ՝ հյուրասիրության, մարդասիրության և առատաձեռնության արժեքներով:

Մեր ընտանիքը Քյավառում (այժմ՝ Գավառ քաղաք) ծանաչված և մեծ հարգանք վայելող ընտանիք է: Հայրս ու մայրս մեզ են փոխանցել ընտանեկան լավագույն ավանդույթները, մեր ազգային խոհանոցն ու բաղադրատոմսերը: Մանկությունս անցել է հարազատների, ընկերների ու բարի կամեցող մարդկանց շրջանում: Մեր տան դռները միշտ բաց են եղել բոլորի առջև: Անսպասելի հյուրեր միշտ ենք ունեցել, այդ պատճառով մայրս միշտ պատրաստի համեղ ուտեստներ էր պահում տանը: Նրա սպասքավորած նույնիսկ սուրճի սեղանը միշտ փայլել է բարձրաձաշակությամբ ու կոկիկությամբ:

Տասիկներս ու մայրս մեր հանդեպ իրենց անձայրաձիր սերն արտահայտել են նաև ուտեստների միջոցով: Մայրս թե՛ ավանդական և թե՛ ժամանակակից բաղադրատոմսեր է օգտագործել՝ յուրաքանչյուր ուտեստը համեմելով սիրով ու հոգի դնելով մեջը: Երբ նա ինչ-որ բան էր պատրաստում խոհանոցում, սիրում էի նստել կողքին և հետևել նրա հնուտ ձեռքերի մոգական շարժումներին ու հերթական համեղ գլուխգործոցի ստեղծման ընթացքին: Եվ միշտ զարմանում էի, թե նա ինչպես է սովորական բաղադրիչներից ստեղծում համեղագույն ուտեստ: Այդ հուշերն անընդհատ ուղեկցում են ինձ՝ բույրերի միջոցով վերադարձնելով դեպի մանկություն, և ամեն անգամ համոզվում եմ, որ «մայրիկի եփածն ուրիշ է»:



Երբ հայտնվեցի օվկիանոսից այն կողմ, համեղ հուշերն օգնեցին պահպանել կապը հայրենիքի և հայրական օջախի հետ, որոշ չափով ամոքել անսահման կարոտի զգացումը, շարունակեցին ջերմացնել սիրտս: Այդ պատճառով սկսեցի հավաքել մայրիկիս ու տատիկներիս բոլոր բաղադրատոմսերը և ընտանիքիս համար ուտեստներ պատրաստել այդ բաղադրատոմսերով: Ամեն անգամ, երբ ինչ-որ ուտեստ եմ պատրաստում, վերադառնում եմ մտքով այն օրը, երբ այդ ճաշատեսակը մայրս կամ տատիկներս էին պատրաստում, վերհիշում բոլոր դրվագները: Աչքիս առաջ անցնում են երջանիկ, հաճելի պահերը, մեր մտերմիկ զրույցները, նրանց տված խորհուրդները, որոնք անջնջելիորեն դաջվել են հիշողությանս մեջ: Հիմա ես դրանք փոխանցում եմ իմ դուստրերին: Եվ հենց այդ պահերին մի անտեսանելի կամուրջ է ստեղծ-

վում անցյալի ու ներկայի միջև՝ հյուսված հուշերից ու կարոտից՝ խախտելով ֆիզիկական գոյության բոլոր օրենքները, ինձ տեղափոխելով անցյալ՝ սիրելի ու թանկ մարդկանց մոտ՝ հայրական հարազատ օջախ: Մայրս շարունակում է իր խոհարարական արվեստի կատարելագործումը և բոլորին զարմացնում իր համեղ ստեղծագործություններով՝ տարածելով իր անսահման սերը, բարությունն ու հյուրասիրությունը: Այս գրքում ես զետեղել եմ նրա ավանդական և ժամանակակից բաղադրատոմսերը, տատիկներիցս փոխանցված որոշ բաղադրատոմսեր, որոնք փորձված են տարիների ընթացքում և դարձել են մեր տոնական ու առօրյա սեղանների զարդը՝ ամփոփելով իմ մանկության բույրը:



Դսոց



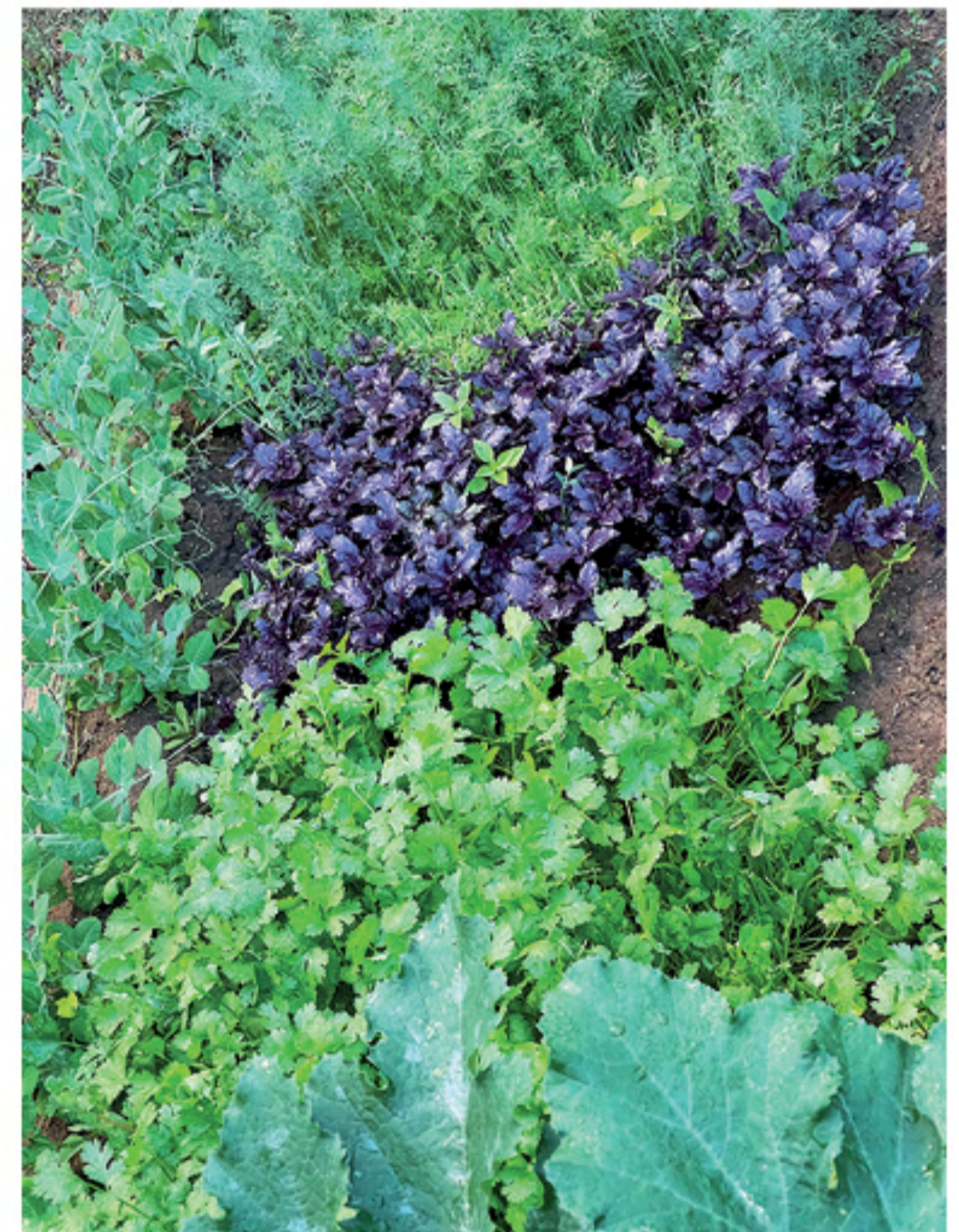


ՀԱՅ ՀԱՆԱՊԱԶՕՐՅԱ. ՄԱՏՆԱԲԱՇ

Այն խորհրդանշում է արևի լույսն ու ջերմությունը, հացթուխի սերն ու հոգատարությունը: Թոնրից կամ ջեռոցից հանած տաք-տաք մատնաքաշն իր բույրով է լցնում տունդ և ախորժակ գրգռում: Աստիճաններով արագ-արագ վազում ես մառան, ձեռքերդ ծակծրկող, թունդ աղաջրից մի մեծ կտոր պանիր հանում, լվանում սառը ջրի շիթով: Ապա սլանում բանջարանոց, որտեղ թփի վրա կարմիր լալայով վառված լոլիկներն են՝ փունջ-փունջ կախված, որ խելքահան են անում իրենց բույրով: Կարմրաթուշ գեղեցկուհիներից պոկում ես մի զույգ:

Հետո հայացքով փնտրում ու գտնում ես խիտ տերևների տակ թաքնված մատղաշ, զմրուխտե վարունգները: Մեկ, երկու, ահա ևս մեկը, դնում ես զամբյուղի մեջ: Հերթը թարմ ու խայտաբղետ կանաչունն է. ահա խենթացնող բույրով ռեհանն ու ծիթրոնը*, նուրբ ու դալար սամիթը, փարթամ փոռիկներով սեթևեթող համեմը: Շուտ-շուտ փնջում ես, զգուշորեն կտրում, որ արմատները չվնասես, տեղավորում բանջարեղենի կողքին: Ապա արագ հասնում ես բակում հոսող սառնորակ աղբյուրին ու արևի տակ ծիածանով փայլող ջրի ցողերի տակ խնամքով լվանում բանջարեղենն ու կանաչին:

Բերում ես տուն: Նոր թխած մատնաքաշից կտրում ես մի մեծ կտոր՝ խրթխրթան ու անուշաբույր: Մեջը մի լավ կտոր պանիր, լոլիկի ու վարունգի կտորներ ես դնում, մի փունջ էլ՝ խառը կանաչի: Հետո նստում ես պատուհանի գոգին ու վայելում այդ պարզ, գեղջկական, բայց աշխարհի ամենահամեղ ուտեստը: Աչքերդ թափառում են երկնքի կապույտով, որտեղ դանդաղընթաց, ձերմակ ամպերից հազար ու մի պատկերներ ես հյուսում: Գթառատ արևի շողերն էլ մայրական սիրով ջերմացնում են հոգիդ: Ու հասկանում ես, որ հարազատ տան ու մայր հողի պես թանկ մեկ էլ ընտանիքդ է: Մի անբացատրելի լիության ու ջերմության ալիք է ողողում էությունդ, ու մատնաքաշը բուրում է հայրենիքովդ:



* Հայկական խոհանոցում՝ ծոնթի (Ծանոթագրությունը՝ newmag-ի):



Հացը եղել է ոչ միայն քաղցը հագեցնելու միջոց. հազարամյակների ընթացքում այն բարձրացվել է պաշտամունքի մակարդակի: Հացը սրբացվել է, և այդ վերաբերմունքը պահպանվել է մինչև այսօր:

Դա պայմանավորված է նրանով, որ մեր ժողովուրդը քրտնաջան ու ծանր աշխատանքով է ցորեն աճեցրել, այդ իսկ պատճառով գնահատել է հացի ամեն մի փշրանքը: Հացը թխելով գետնափոր թոնրի մեջ, ամեն անգամ կռանալով՝ հացթուխն իր պաշտամունքն է արտահայտել սուրբ հացի հանդեպ: Մատնաքաշն իր ուրույն տեղն է զբաղեցնում հացերի շարքում, և այն շատ հեշտ է պատրաստել տանը:



Անհրաժեշտ բաղադրիչները

- 1 կգ (6 բաժակ) հացի ալյուր,
- 750-800 մլ գոլ ջուր,
- 2 թեյի գդալ աղ,
- 1 ճաշի գդալ չոր խմորիչ,
- 2 ճաշի գդալ բուսայուղ:

Հացի երեսի քսուքի համար՝

- 1 ճաշի գդալ ալյուր,
- 2 ճաշի գդալ ջուր:



Պատրաստման եղանակը

- Մեծ տարայի մեջ մաղել ալյուրը: Վրան լցնել խմորիչը, աղը և աստիճանաբար ավելացնել ջուրը՝ հունցելով խմոր: Պետք է ստացվի համասեռ, թեթևակի կպչուն խմոր: Խմորը հունցել 20-25 րոպե:
- Ստացված խմորը տեղադրել բուսայուղով թեթևակի պատված մեծ տարայի մեջ, ծածկել սննդային թաղանթով ու 1-2 ժամ թողնել տաք տեղում, որ հասունանա: Խմորի ծավալը պետք է մեծանա 2 անգամ:
- Ջեռոցը տաքացնել 220°C:
- Հասունացած խմորը վրահունց անել ու բաժանել 2 մասի: Ցուրաքանչուր մասը գնդել և տեղադրել նախապես բուսայուղով պատված յուղաթղթի վրա: Ծածկել սրբիչով ու թողնել 40 րոպե: Զգուշորեն ձեռքերով տարածել և օվալի ձև տալ: Ծածկել սրբիչով ու թողնել 15-20 րոպե:
- Խմորի երեսին զգուշորեն քսել քսուքը, տալ մատնաքաշի տեսք: Ցուղաթղթի հետ տեղադրել ջեռոցի թիթեղի վրա:
- Դնել ջեռոցը: Ջեռոցի հատակին 1 բաժակ սառույց լցնել և դուռն արագ փակել:
- Թխել 20-25 րոպե կամ մինչև ոսկեգունելը:



ԿԼՈՐ ՀԱՑ

Հայկական խոհանոցին բնորոշ հացերի շարքում է նաև կլոր հացը: Այն իր տեսքով խորհրդանշում է արեգակը: Կլոր հացը նույնպես կարելի է թխել տանը: Մայրս հաճախ մատնաքաշի հետ թխում էր նաև այս տեսակի հաց, որն ավելի պինդ խմորից էր պատրաստում: Այն ավելի հարմար էր տարբեր խորտիկների պատրաստելու համար, օրինակ՝ կարագով ու մեղրով կամ երշիկով: Նոր թխած հացից կտրում էի մի կտոր, բարակ շերտով կարագ քսում, ապա վրան տարածում սրսուռ, անարատ մեղրի շերտը: Աչքերս փակած վայելում էի այդ պարզ, բայց դրախտային համ ունեցող նախուտեստը: Տաք հացի ջերմությունից կարագը հալվում էր ու ներծծվում խմորի մեջ՝ հացը դարձնելով թավշյա, մեղրն էլ իր անուշ քաղցրությամբ եզրափակում էր համային հրավառությունը:



Անհրաժեշտ բաղադրիչները

- 500 գ հացի ալյուր,
- 300 մլ գոլ ջուր,
- 2 թեյի գդալ չոր խմորիչ,
- 1 թեյի գդալ շաքարավազ,
- 1 թեյի գդալ աղ:



Պատրաստման եղանակը

- Ջուրը լցնել մեծ տարայի մեջ, ավելացնել խմորիչն ու շաքարավազը, խառնել ու թողնել 15 րոպե, որպեսզի խմորիչն ակտիվանա: Խմորիչը պետք է փրփրանման դառնա, ինչը կնշանակի, որ այն ակտիվացել է:
- Աստիճանաբար ավելացնել ալյուրը և խմոր հունցել: Այն պետք է ստացվի փափուկ և ոչ կպչուն: Անհրաժեշտության դեպքում 1-2 ճաշի գդալ ալյուր ավելացնել:
- Ստացված խմորը ծածկել սննդային թաղանթով ու դնել տաք տեղում, որ 1-2 ժամ հասունանա:
- Սեղանի մակերեսին թեթևակի ալյուր ցանել:
- Հասունացած խմորը տեղափոխել վրան ու հունցել 2-3 րոպե, ապա կլոր գունդ անել:
- Տեղադրել յուղաթղթով պատված ջեռոցի թիթեղի վրա: Գունդը ծածկել խոհանոցային սրբիչով և թողնել 40 րոպե, որ բարձրանա:
- Ջեռոցը տաքացնել 220°C:
- Հացը թիթեղով դնել ջեռոցի մեջ: Ջեռոցի հատակին 1 բաժակ սառույց լցնել և դուռն անմիջապես փակել:
- Թխել 25-30 րոպե կամ մինչև հացը կարմրի:



Խորհուրդ

Ցանկալի է հաց թխելիս օգտագործել բարձր սպիտակուց պարունակող, 12-14 տոկոսանոց ալյուր, որը հայտնի է որպես հացի ալյուր: Այն ստանում են ցորենի պինդ տեսակներից: Հացը թխելիս անպայման ջեռոցի հատակին սառույց լցնել, որ հացը դառնա խրթխրթան, միջուկը՝ փափուկ:



Քրիստինե Գրիգորյան

ԱՎԱՆԴԱԿԱՆ ՃԱՇԱՍԵՂԱՆ

Բույրեր, համեր, հուշեր Գալառից

ամբողջական գիրքն այստեղ է՝

Bookmark 



ԵՐԵՎԱՆ
2024