





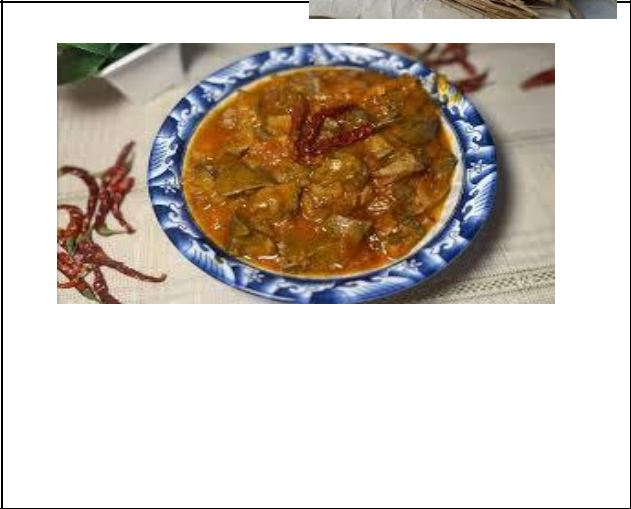
ՑԱՆԿ

Հայաստանի Հանրապետության մարզերում կիրառվող ազգային ուտեստների


Արարատի մարզ


Ուտեստի անվանումը	Պատրաստման եղանակը և բաղադրատոմսը (մինչև 100 բառ)	Իրականացման վայր, համայնք	Ուտեստի լուսանկար
Ձկան խորոված	1. ձուկ /պնդաճակատ, ծածան/ 2. աղ 3. սև և կարմիր պղպեղ 4. 1 հատ գլուխ սոխ 5. 10գ ծխոբոն 6. 5գ ուրց Ձուկը մաքրել, լվանալ, կտրատել, աղ ու պղպեղ ցանել, ավելացնել կտրատած սոխը և կանաչիները, թողնել մոտ 1 ժամ, այնուհետև շարել շամփուրներին և խորովել:	Արարատ, Արմաշ բնակավայր	

<p>Հարիսա</p>	<p>Բաղադրիչներ. հավի միս – 1 կգ, ձավար – 500 գ, աղ ըստ ճաշակի, յուղ</p> <p>Ձավարը մի քանի ժամ թրջել սառը ջրով: Հավի միսը կտրատել, դնել կաթսայի մեջ, վրան լցնել ձավարը, լցնել այնքան ջուր, որ 4-5 մատ ծածկի կաթսայի պարունակությունը: Եռալուց սկսած փրփուրը հեռացնել: Եփել մարմանդ կրակով: Երբ թանձրանա, սկսել խառնել փայտե գդալով: Եփել այնքան, որ դառնա ծորուն միատարր շիլա: Պարբերաբար խառնել, որ չկպչի: Ընթացքում առանձնացած ոսկորները հանել: Վերջում աղ անել: Մատուցել՝ ափսեի մեջ յուղ դնելով: Եթե սիրում եք դարչին, յուղի վրա կարելի է մի քիչ դարչին ցանել:</p>	<p>Արարատ, Սուրենավան բնակավայր</p>	
<p>Սպաս</p>	<p>Խառնել ջուրը և մածունը՝ մինչև միասեռ մասսա դառնալը: Առանձին խառնել ձուն, ալյուրը, քիչ-քիչ բացել թանով, ավելացնել ձավարը, աղը և եփել մարմանդ կրակի վրա: Մինչև եռալը պետք է շատ հաճախ, ցանկալի է՝ անդադար խառնել, որպեսզի չմակարդվի: Եփել մինչև ձավարի պատրաստ լինելը: Ավելացնել կանաչին: Մատուցել թթվասերով (հիարկե, ըստ ճաշակի):</p>	<p>Արարատ, Սուրենավան բնակավայր</p>	

<p>Արիշտա</p>	<p>Այլուր, աղ և ջուր Խմորը գրտնակով բարակացնել, մի քանի տակ ծալելով եզրաձև կտրատել, ապա արևի տակ չորացնել և բովել թոնրի կամ փոփ մեջ: Արիշտայից պատրաստում են զանազան կերակուրներ՝ փլավ, ապուր և այլն:</p>	<p>Արտաշատ համայնք, Այգեստան բնակավայր</p>	
<p>Քրճիկ</p>	<p>Թթու կաղամբ 400-500գ. սոխ 2-3 գլուխ կարտոֆիլ 4հատ, ձավար կամ մանր բլդուր, 100գ. լոլիկի մածուկ, 3-4ճ/գ. բուսական յուղ, 3-4ճ/գ թարմ կանաչի, աղ, պղպեղ: Պատրաստման եղանակ Յուղի մեջ սոխը տապակել ավելացնել լոլիկի հյութը, կարտոֆիլը և կաղամբը լավ խառնելուց հետո ավելացնել ջուր և թողնել, որ կարտոֆիլը եփի, եփելուց հետո ավելացնել ձավարը, պղպեղը և կանաչին:</p>	<p>Արտաշատ համայնք, Բուրաստան բնակավայր</p>	

<p>Փոխինձ</p>	<p>Չավար 500գ. Կարագ 50գ.կարագ Տաք ջուր 200մլ. Շաքարավազ 100գ. Կաթ 80գ.: Պատրաստման եղանակը. Կաթսայում ջուր եռացնել ,ավելացնել շաքարավազ,այնուհետև կաթսան վերցնել կրակի վրայից և փոխինձը գդալ-գդալ լցնել, լավ խառնել ու դնել մարմանդ կրակին,թողնել 2-3 րոպե:Մատուցելիս վրան լցնել կաթ և կարագ;</p>	<p>Արտաշատ համայնք,Բուրաստա ն բնակավայր</p>	
<p>Հալվա</p>	<p>Այուր,հալած յուղ և մեղր: Պատրաստման եղանակը. այուրը լցնել տապակի մեջ,ավելացնել հալած յուղ և խառնելով բովել մինչև դեղնավուն երանգ ստանալը, ավելացնել մեղր և բովել 5 րոպե: Տաք հալվան լցնել ափսեն, տափակացնել և քառակուսի կտորների բաժանել:</p>	<p>Արտաշատ համայնք,Արևշատ բնակավայր</p>	

<p>Քյալագոռշ կամ չորաթանով ապուր (Վանի ազգային կերակուր) Վանախաշ</p>	<p>Բաղադրիչներ. տավարի միս, սպիտակ բանջար, բլդուր, չորաթան, ոսպ, սոխ: Պատրաստման եղանակը. չորաթանը տրորել, ստանալ համեմատաբար պինդ ապուր: Սոխը տապակել, դնել առանձին: Եռացող ջրի մեջ լցնել ձավար, երբ ձավարը համարյա եփել է, ավելացնում ենք նախօրոք 1 անգամ եռացրած, ջուրը թափած ոսպ: Երբ ոսպն էլ եփելու վրա է, ավելացնում ենք նախապես կտրատած, լվացած սպիտակ բանջարը: Այս զանգվածը եփելուց հետո (կիսաջրիկ վիճակում), վրան ավելացնում ենք չորաթանը: Խառնել, թողնել եռա 10 րոպե և ավելացնել մսով առատ սոխառածը: Մեկ ճաշի գդալ այլուրը մի քիչ յուղով կարմրացնել խյուս սարքել և ավելացնել ճաշին, 10 րոպե հետո անջատել կրակը: Կարելի է ուտել սխտորով կամ լավաշով:</p>	<p>Վեղի</p>	
<p>Փշրուկ կամ ոշտայով ճաշ (Շատախի ազգային կերակուր)</p>	<p>Բաղադրիչներ. տավարի միս, սոխ, չորաթան, խմոր (պինդ սառը ջրով աղի խմոր), առվանանուխ: Պատրաստման եղանակը. պատրաստել առատ սոխառած տավարի մսով(պահել մսի արգանակը), նախապես տրորել չորաթանը: Դնել մի կողմ: Արգանակը</p>	<p>Վեղի</p>	

	<p>դնել մարմանդ կրակին: Նախօրոք պատրաստած խմորից կտրատել ոչտաներ կարճ-կարճ և լցնել եռացող արգանակի մեջ: Հենց խմորը եփելիս լինի, ավելացնել չորաթանր, հենց որ եռա, ավելացնել սոխառածը: Թողնել եռա մոտ 15 րոպե:</p>		
--	--	--	---