

# სასურსათო ტექნოლოგია



# B1+

სახელმძღვანელო

# 2018



ქვანეთის  
სკოლა

# სასურსათო ტექნოლოგია სახელმძღვანელო

B1+

თბილისი  
2018

**„სასურსათო ტექნოლოგია“  
B1+ სახელმძღვანელოზე მუშაობდნენ:**

**ჯგუფის ხელმძღვანელი და მეთოდისტი –  
მზია ხვედელიძე**

**დარგის ექსპერტი –  
ირმა იანთბელიძე**

**ავტორები:  
მზია ხვედელიძე  
ირმა კარანაძე  
ანა ჟორჯოლიანი**

**რედაქტორები:  
როზა გაბეჩავა  
ნანა საგანელიძე**

© (სსიპ) გურაბ ჟვანიას სახელობის სახელმწიფო  
ადმინისტრირების სკოლა



საქართველოს განათლებისა და  
მეცნიერების სამინისტრო



დაკაბადონდა და დაიბეჭდა  
შპს „New and Grand“-ში

ISBN 978-9941-8-0876-0

# სარჩევი

## I თავი. კვება. მცენარეული საკვების დამზადების ტექნოლოგია. სურსათის უვნებლობის საკითხები

- 1.1. კვება და მისი მნიშვნელობა .....5
- 1.2. ხილისა და ბოსტნეულის დამუშავების ტექნოლოგია .....12
- 1.3. სურსათის უვნებლობის საკითხები .....21

## II თავი. ხორცისა და თევზის პროდუქტების დამზადების ტექნოლოგია. ვეგეტარიანელობა

- 2.1. ხორცპროდუქტების დამზადების ტექნოლოგია ..... 27
- 2.2. თევზისა და ზღვის პროდუქტების დამზადების ტექნოლოგია .... 37
- 2.3. ვეგეტარიანელობა ..... 45

## III თავი. რძის, პურპროდუქტებისა და საკონდიტრო ნაწარმის დამზადების ტექნოლოგია

- 3.1. რძის პროდუქტების დამზადების ტექნოლოგია ..... 53
- 3.2. პურპროდუქტების დამზადების ტექნოლოგია ..... 63
- 3.3. საკონდიტრო ნაწარმის დამზადების ტექნოლოგია ..... 74

- შემაჯამებელი თავი I ..... 83
- ტესტი I ..... 90

#### **IV თავი. სასმელების დამზადების ტექნოლოგია. საქართველო ვაზისა და ღვინის სამშობლო**

- 4.1. ალკოჰოლური სასმელების დამზადების ტექნოლოგია..... 93
- 4.2. უალკოჰოლო სასმელების დამზადების ტექნოლოგია ..... 101
- 4.3. საქართველო – ვაზისა და ღვინის სამშობლო ..... 109

#### **V თავი. სამზარეულო – ქვეყნის კულტურის ნაწილი**

- 5.1. ქართული რეგიონალური სამზარეულო ..... 115
- 5.2. საქართველოში მცხოვრები ეთნიკური სომხების სამზარეულო .. 125
- 5.3. საქართველოში მცხოვრები ეთნიკური აზერბაიჯანელების  
სამზარეულო ..... 133

#### **VI თავი. სარესტორნო ბიზნესი**

- 6.1. კულინარიული ხელოვნება და სერვირება ..... 141
- 6.2. რესტორანი და რესტორატორი ..... 149
- 6.3. სომელიე..... 155

- შემაჯამებელი თავი II ..... 162
- ტესტი II ..... 166

#### **დანართი**

- მოსასმენი ტექსტები ..... 169
- ლექსიკონი..... 179
- შესიტყვებები..... 184
- ზმნები ..... 186
- გრამატიკა..... 192

**I თავი კვება. მცენარეული საკვების ბენეფიტი და სურსათის უვნებლობის საკითხები**



**1. კვება და მისი მნიშვნელობა**

**1.1. რას ხედავთ ილუსტრაციებზე?**

რას შერევა/აკეთებს  
რომელ საათზე საუზმობს  
რომელ საათზე სადილობს  
რომელ საათზე ვახშმობს

} ოჯახი?

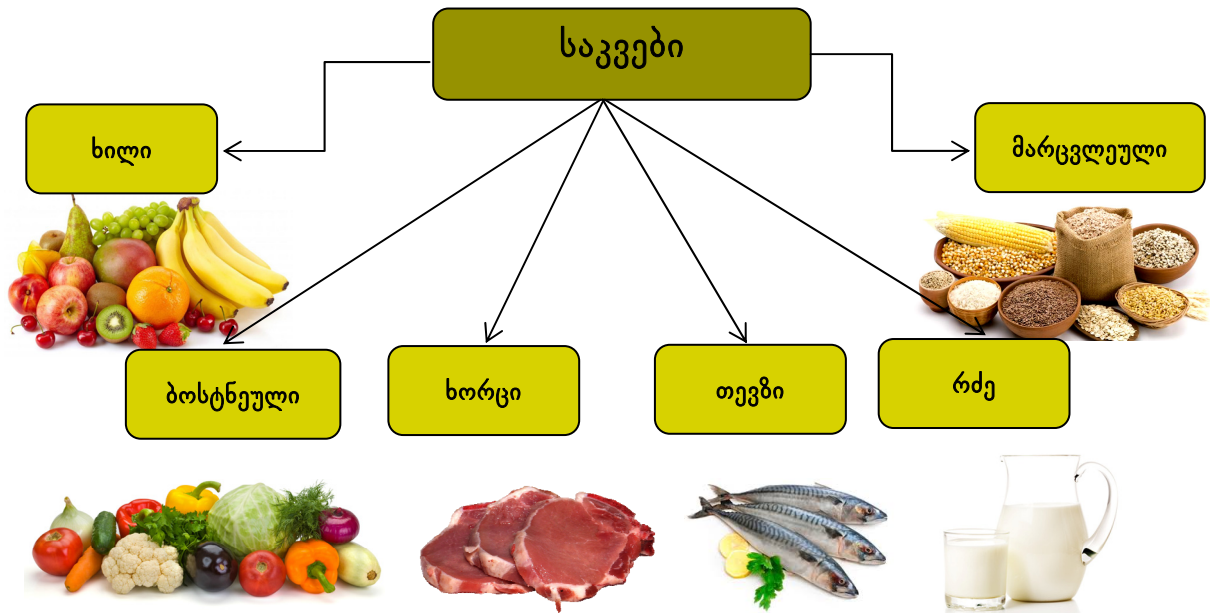
თქვენ რომელ საათზე

} საუზმობთ?  
სადილობთ?  
ვახშმობთ?

**1.2. წაიკითხეთ ტექსტი.**

ადამიანის სიცოცხლის, ზრდისა და განვითარებისთვის აუცილებელია კვება და კვების რეჟიმის დაცვა. ხარისხიანი საკვები ადამიანს ენერგიით ავსებს, აძლიერებს ფიზიკურად და გონებრივად.

არსებობს სხვადასხვა სახის საკვები.  
დააკვირდით ცხრილს:



ელენემ იცის, რას ნიშნავს **ჯანსაღი კვება**. ის **სადი**, ვიტამინებით მდიდარი და ხარისხიანი პროდუქტებით **იკვებება**, იცავს კვების რეჟიმს — დილით ყოველთვის საუზმობს, ჭამს შვრიის ფაფას, კარაქიან პურს, ყველს, კვერცხს. სვამს ყავას ან ჩაის.

შუადღით ელენე ბოსტნეულის **წვნიანითა** და **ხორციანი** კერძებით სადილობს, საღამოს კი „მსუბუქად“ ვახშობს, ჭამს წიწიბურას, მაწონს, ხაჭოს.

ელენეს უყვარს ხილი და ბოსტნეული. **ხილით** **დესერტებს ამზადებს**, ბოსტნეულით კი — სხვადასხვა კერძს და სალათას.

გუშინ ელენემ სადილი მოამზდა: ბოსტნეულით — წვნიანი, ხორციით — კატლეტი. სადილით კმაყოფილმა მშობლებმა, მართლაც, **თითები ჩაიკვნიტეს** და ელენე შეაქეს: „ყოჩაღ, ელენე, **ოქროს ხელები გაქვს!**“

ელენე ახლა დესერტს ამზადებს, ხვალ კი ყველით ხაჭაპურს გამოაცხობს.

ელენე ყოველთვის ხარისხიან სურსათს ყიდულობს. უხარისხო სურსათით გემრიელ კერძს ვერ მოამზადებს.



### ლექსიკონი

#### რა?

**საკვები** — საჭმელი, საზრდო.

**რეჟიმი** — აქ: კვების დადგენილი წესი.

**ენერჯია** — შრომის უნარი.

**დესერტი** — ხილი ან ტკბილეული, მიირთმევენ სადილის შემდეგ.

**კერძი** — რაიმე საჭმელი.

**სურსათი** — საკვების, საჭმლის ერთობლიობა.

**გაძლიერება** (აძლიერებს ის მას) — ძალის შემატება.

**დაცვა** (იცავს ის მას) — აქ: საფრთხის აცილება.  
**ავსება** (ავსებს ის მას) — აქ: ენერჯის აღდგენა.  
**განვითარება** (ავითარებს ის მას) — ვითარების, ანუ არსებული მდგომარეობის უკეთესობისკენ ცვლა.  
**რჩევა** (ურჩევს ის მას) — საკუთარი აზრის (შეხედულების) გაზიარება.  
**გათვალისწინება** (ითვალისწინებს ის მას) — რაიმეს წინასწარ მოფიქრება.  
**გამოცხობა** (გამოცხობა ის მას) — ცხელ ღუმელში ცომის გამოშრობა.

**როგორი?**

**სალი/ჯანსალი** — აქ: უვნებელი, ჯანმრთელობისათვის სასარგებლო.  
**აუცილებელი** — ძალიან საჭირო.  
**ხარისხიანი** — ძალიან კარგი, მაღალი ხარისხის მქონე.

ს ი ნ თ ნ ი მ ე ბ ი	
საკვები	= საჭმელი, საზრდო
იკვებება	= ჭამს (საკვებს იღებს)
მდიდარი	= შეძლებული
ამზადებს	= აკეთებს
კმაყოფილი	= ნასიამოვნები
აუცილებელი	= საჭირო
აუცილებლად	= უსათუოდ
სალი	= გაუფუჭებელი, დაუზიანებელი
ძალა	= ღონე
ყოველთვის	= მუდამ, ყოველდროს

ა ნ ტ თ ნ ი მ ე ბ ი	
ხარისხიანი	≠ უხარისხო
უყვარს	≠ სძულს
სხვადასხვა	≠ ერთნაირი
გემრიელი	≠ უგემური
მდიდარი	≠ ღარიბი, არმქონე
კმაყოფილი	≠ უკმაყოფილო
იაფი	≠ ძვირი
ცნობილი	≠ უცნობი
სალი	≠ გაუფუჭებული, დაზიანებული
ღონიერი	≠ უღონო



**ხატოვანი სიტყვა-თქმანი**

თითები ჩაიკვნიტა = გემრიელად ჭამა  
 თქროს ხელები აქვს = თავის საქმეს ძალიან კარგად აკეთებს

**დააკვირდით სიტყვათა ფორმაცვალებას:**

როგორი?	$\left\{ \begin{array}{l} \text{ხშირი} \\ \text{აუცილებელი} \\ \text{იაფი} \\ \text{ძვირი} \end{array} \right.$	როგორ?	$\left\{ \begin{array}{l} \text{ხშირად} \\ \text{აუცილებლად} \\ \text{იაფად} \\ \text{ძვირად} \end{array} \right.$

**რას ამჩნევთ?**

**მ ა რ ს ე ა ნ ე**

წარმომავლობის (სადაურობის) მაწარმოებელი აფიქსები:  
 —ელ, —ეულ, —ურ/—ულ

მე თბილისელი მეგობარი მყავს.  
 კახური ღვინო ცნობილია.  
 იმერული ხაჭაპურის გამოცხობა ვისწავლე.  
 ბოსტნეულის კერძები მდიდარია ვიტამინებით.

1.3. დააკვირდით, დაიმახსოვრეთ და გამოიყენეთ:

—იან-	→ ხარისხიანი = რაც კარგია, რასაც ხარისხი აქვს.	} ქონება
—იერ-/	→ ძლიერი = ვისაც (რასაც) ძალა აქვს.	
/—იელ-	→ გემრიელი = რასაც კარგი გემო აქვს.	
უ—ო	→ უხარისხო = რასაც ხარისხი არ აქვს.	} უქონლობა
უ—ურ-/	→ უგემური = რასაც გემო არ აქვს.	
/უ—ულ-	→ უფერული = რასაც ფერი არ აქვს.	

} როგორი?	ხარისხიანი	} როგორ?	ხარისხიანად
	უხარისხო		უხარისხოდ
	შაქრიანი		უშაქროდ
	უშაქრო		

- ელენემ ხარისხიანი ხილი იყიდა.
- ელენე სადილს ხარისხიანად ამზადებს.
- მზარეულისთვის ზოგჯერ ფიზიკური ძალაც საჭიროა.
- საკვები ადამიანს ფიზიკურად აძლიერებს.

—ით → ხილით —თ(ი) → სოკოთი

} რით?	ხილით	} ელენემ ხარისხიანი გორული ხილით გემრიელი დესერტი მოამზადა.
	სოკოთი	

...-ის+გან → ხილ-ის-გან ...-ს+გან → სოკო-ს-გან  
 ...-ის+თვის → ხილ-ის-თვის ...-ს+თვის → სოკო-ს-თვის

} რისგან?	ხილისგან	} რისთვის?	ხილისთვის
	სოკოსგან		სოკოსთვის

ელენემ ხარისხიანი ხილისგან გემრიელი დესერტი მოამზადა.  
 ელენემ უხარისხო სოკოსგან გემრიელი კერძი ვერ მოამზადა.  
 ელენე ხილისთვის ბაზარში წავიდა.  
 ხვალ ელენე სოკოსთვის ტყეში წავა.

**მ ა რ ს ე ა ნ ე**

ელენე სადილს ამზადებს.  
 ელენემ სადილი მოამზადა.  
 ელენე სადილს მოამზადებს.

1.4. კიდევ ერთხელ წაიკითხეთ ტექსტი და უპასუხეთ კითხვებს:

- რისთვის არის აუცილებელი კვება?
- რას ნიშნავს ჯანსაღი კვება?
- რა და რა სახის საკვები იცით?
- რა მოამზადა ელენემ ბოსტნეულით? ხორცით? ხილით?
- როგორ შეაფასეს ოჯახის წევრებმა ელენეს კულინარიული ნიჭი?

1.5. ისაუბრეთ:



- ა) რატომ არის საჭირო კვება?
  - ბ) როგორია თქვენი კვების რეჟიმი?
- გამოიყენეთ შესიტყვებები:

შესიტყვებები	
საკვები აუცილებელია	ხარისხიანი საკვები
საკვები აძლიერებს	კვების რეჟიმი
აძლიერებს გონებრივად	რეჟიმის დაცვა
ჯანსაღი კვება	ავსებს ენერგიით

1.6. დააკვირდით და დაიმახსოვრეთ ზმნების ფორმაცვალება დროების მიხედვით.

საწყისი (რა?)	ახლანდელი დრო (რას შვრება?)	წარსული დრო (რა ქნა?)	მომავალი დრო (რას იზამს?)
გაძლიერება	აძლიერებს (ის მას)	გააძლიერა (მან ის)	გააძლიერებს (ის მას)
დაცვა	იცავს (ის მას)	დაიცვა (მან ის)	დაიცავს (ის მას)
ავსება	ავსებს (ის მას)	აავსო (მან ის)	აავსებს (ის მას)
განვითარება	ავითარებს (ის მას)	განავითარა (მან ის)	განავითარებს (ის მას)
მომზადება	ამზადებს (ის მას)	მომზადა (მან ის)	მომზადებს (ის მას)
შექება	აქებს (ის მას)	შეაქო (მან ის)	შეაქებს (ის მას)

1.7. წაიკითხეთ დიალოგი წყვილებში და დაასათაურეთ.

ღამით დედას მაღალი სიცხე ჰქონდა. დილით ექიმი გამოვიდახეთ. ექიმმა გასინჯა ავადმყოფი, წამლები გამოუწერა და დაარიგა:

**ექიმი:** ქალბატონო თამარ, თქვენ **ხშირად** ავადმყოფობთ, **ადვილად** ცივდებით. **აუცილებლად** მიიღეთ “C” ვიტამინით მდიდარი ხილი და ბოსტნეული.

**თამარი:** ძალიან მიყვარს ლიმონიანი ჩაი და ფორთოხალი.

**ექიმი:** ეგ საკმარისი არ არის.

**თამარი:** თქვენ რას მირჩევთ?

**ექიმი:** მიირთვით კენკროვანი ხილიც. მაგალითად, ხურტკმელში C ვიტამინი ციტრუსზე 10-ჯერ მეტია. კარგია ბოსტნეულის კერძებიც. **გაითვალისწინეთ**, ხშირად ისეირნეთ სუფთა ჰაერზე, იკვებეთ ჯანსაღი საკვებით და დაიცავით კვების რეჟიმი.

**თამარი:** გმადლობთ, ექიმო. აუცილებლად გაითვალისწინებ თქვენს რჩევებს.

**ექიმი:** ჯანმრთელობას გისურვებთ.

კიდევ რა შეიძლება ვურჩიოთ ქალბატონ თამარს?



1.8. მოისმინეთ დიალოგი:

გასაუბრება ელენესთან

1.9. მოსმენილი ტექსტის მიხედვით უპასუხეთ კითხვებს:

- 1. რისთვის არის აუცილებელი კვება?
- 2. როგორი კვებაა საჭირო ადამიანის ჯანმრთელობისთვის?
- 3. რას უწყობს ხელს კვების რეჟიმის დაცვა?

- 1. \_\_\_\_\_
- 2. \_\_\_\_\_
- 3. \_\_\_\_\_

1.10. წაიკითხეთ ტექსტი.



თბილისში რამდენიმე ბაზარია. ყველაზე დიდი „დემერტირების“ ბაზარია. ამ ბაზრის სახელწოდება უცნაურია. ის ჯარიდან გამოქცეულ დემერტირებს უკავშირდება. ისინი ამ ბაზარში მოდიოდნენ და თავიანთ სამხედრო ნივთებს ყიდდნენ. ბაზარს დღესაც იგივე სახელი ჰქვია. ესტუმრეთ ამ ბაზარს და რჩევებიც გაითვალისწინეთ:

ჯანსაღ ხარისხიან ბოსტნეულსა და ხილს ბაზარში იაფად შეიძენთ. დააკვირდით ბოსტნეულისა და ხილის ფერს. ის არ უნდა ჰგავდეს პლასტმასის სათამაშოს. ხორცის, თევზისა და რძის პროდუქტების ყიდვა სუპერმარკეტში ჯობია. მათ შენახვის სპეციალური რეჟიმი სჭირდება.

უცნობი სიტყვების მნიშვნელობა მოძებნეთ ლექსიკონში, ამოიწერეთ და ისწავლეთ.

1.11. უპასუხეთ კითხვებს:



1. რომელია ყველაზე დიდი ბაზარი თბილისში?
2. რას ნიშნავს ბაზრის სახელი „დემერტირები“?
3. რისი ყიდვა ჯობია ბაზარში?
4. რა უნდა გაითვალისწინოთ საკვების ყიდვის დროს?
5. სად ყიდულობთ პროდუქტს, ბაზარში თუ — მარკეტში? რატომ?

**პრეზენტაცია**

1.12. ჩემი კვების რეჟიმი

**წერა**

1.13. როგორ უნდა ვიკვებოთ, რომ ვიყოთ ჯანმრთელები და ძლიერები




---

---

---

---

---

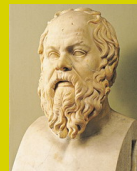
---

---

---

**სიბრძნის საგანძური**

*„უნდა ჭამო იმისთვის, რომ იცოცხო და არა იცოცხო იმისთვის, რომ ჭამო“  
სოკრატე.*

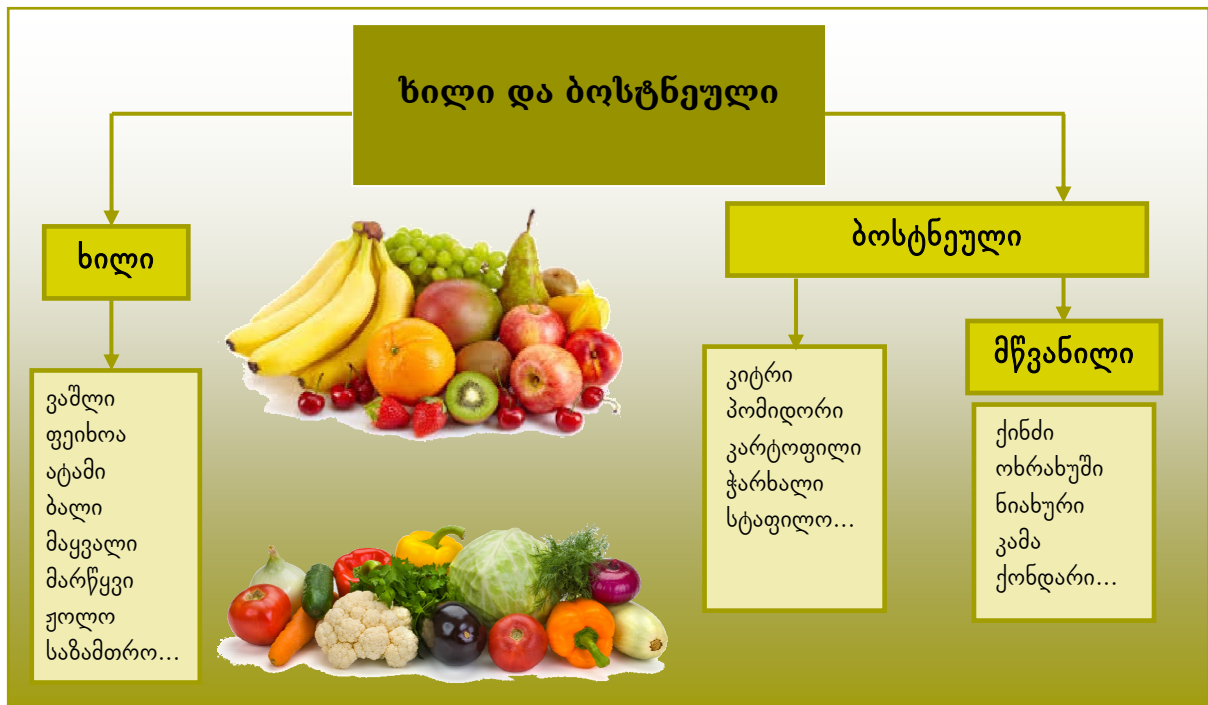


1.14. დაფიქრდით და უპასუხეთ:

- რას გვასწავლის სოკრატეს ბრძნული გამონათქვამი?

## 2. ხილისა და ბოსტნეულის დამუშავების ტექნოლოგია

### 2.1. დააკვირდით სქემას:



### უბასუხეთ კითხვებს:



- რომელი ხილი და ბოსტნეულია სქემაში ჩამოთვლილი?
- კიდეც რომელი ხილი და ბოსტნეული იცით?
- თქვენ რომელი ხილი გიყვართ?
- ბოსტნეულის რომელი კერძი მოგწონთ?

### 2.2. წაიკითხეთ ტექსტი.



ირაკლი და ელენე ტყუპები არიან. ისინი ბავშვობიდან დაინტერესდნენ **კულინარიული ხელოვნებით**. სკოლის დამთავრების შემდეგ სწავლა **კულინარიულ სასწავლებელში** გააგრძელეს. სასწავლებელში ისინი **სურსათის დამუშავების ტექნოლოგიას** და ქართული და უცხოური კერძების მომზადებას სწავლობენ. კულინარია მათი ჰობია.

**კულინარიით** გატაცებულ და-ძმას მასწავლებლები ხშირად აქებენ. ეს ტყუპებისთვის დიდი სტიმულია. მათი ოცნებაა საკუთარი პატარა კაფეს ან ოჯახური რესტორნის გახსნა. სასწავლებელში **შეძენილი ცოდნა** ელენესა და ირაკლის **ოცნების ასრულებაში** დაეხმარება.



## ლექსიკონი

### რა?

**სტიმული** — ბიძგი, წახალისება.

**კულინარია** — საჭმლის მომზადების საქმე

**ტექნოლოგია** — გარკვეული წესებითა და თანამიმდევრობით მასალის დამუშავების პროცესი.

**ჰობი** — გატაცება, საყვარელი საქმე.

**შეძლება** — აქ: უნარის გამოჩენა.

### როგორი?

**შეძენილი** — რაც შეიძინა.

**შეძენა** (იძენს ის მას) — შოვნა, შემატება, მოპოვება.

## შესიტყვებები:

კულინარიული ხელოვნება კულინარიული სასწავლებელი სურსათის დამუშავების ტექნოლოგია	კულინარიით გატაცებული შეძენილი ცოდნა ოცნების ასრულება
--	---

### 2.3 უპასუხეთ კითხვებს!



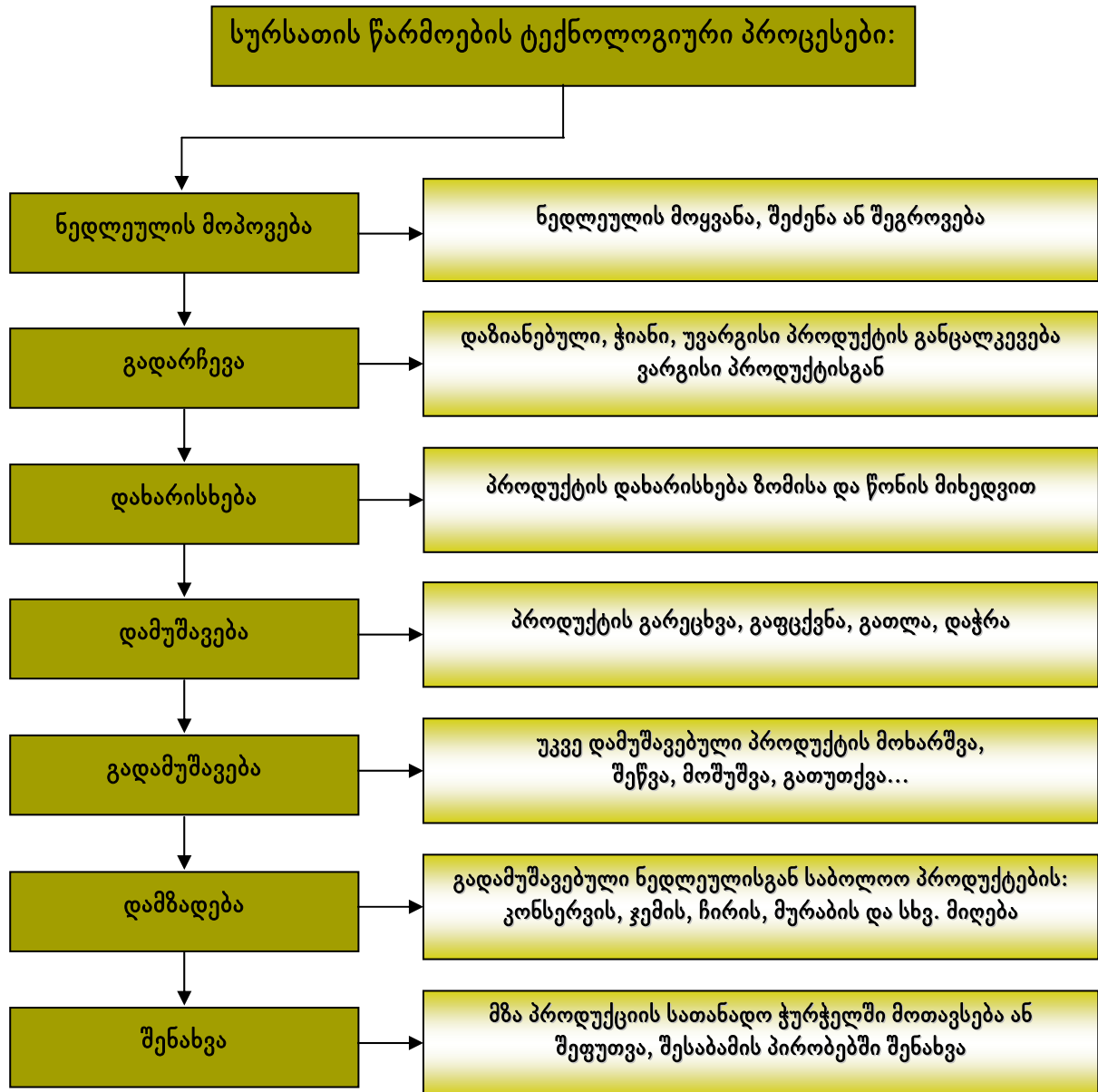
- ა) 1. რით დაინტერესდნენ ტყუპები ბავშვობიდან?  
2. სად გააგრძელეს მათ სწავლა სკოლის დამთავრების შემდეგ?  
3. რას სწავლობენ ისინი კულინარიულ სასწავლებელში?  
4. რაზე ოცნებობს და-ძმა?

### 2.4. გააგრძელეთ კითხვა.



ირაკლი და ელენე სასწავლებელში სურსათის წარმოების (საკვებწარმოების) ტექნოლოგიურ კურსს გადიან.

დაფაზე გაკრულ სქემას და-ძმა ყურადღებით ათვალიერებს და ყველა ინფორმაციას იმახსოვრებს.



სურსათის წარმოების ყველა ტექნოლოგიური პროცესი უკვე ვიცი, — ამბობს კმაყოფილი ირაკლი და თითოეულ ეტაპს აანალიზებს: პირველი ეტაპი ნედლეულის მოპოვებაა, შემდეგ ხდება მისი გადარჩევა და დახარისხება.

გადარჩევა–დახარისხების დროს (მაგალითად, ხილისა და ბოსტნეულის) ნაყოფს დამპალ, დაზიანებულ ან ჭიან ნაწილებს ამორებენ, ფუცვნიან, თლიან, ასუფთავებენ და კარგად რეცხავენ გამდინარე წყალში.

ამის შემდეგ სურსათის გადამუშავების, დამზადებისა და შენახვის ეტაპებია.



## ლექსიკონი

### ვინ?

**ტექნოლოგი** — წარმოების ტექნოლოგიის სპეციალისტი.

### რა?

**ნედლეული** — ნედლი მასალა რაიმე პროდუქციის დასამზადებლად.

**მოყვანა** (მოჰყავს მას ის) — აქ: ნედლეულის მიღება.

**შეგროვება** (აგროვებს ის მას) — აქ: ნედლეულის ერთად თავმოყრა.

**განცალკევება** (აცალკევებს ის მას) — დაყოფა.

**გაფუჭვანა** (ფუჭვანს ის მას) — კანის, ქერქის მოცილება.

**გათლა** (თლის ის მას) — რაიმესთვის (მაგ. კარტოფილი) ზედა ფენის მოშორება.

**დაჭრა** (ჭრის ის მას) — რაიმეს ნაწილებად დანაწევრება.

**მოხარშვა** (ხარშავს ის მას) — საჭმლის მომზადება ადუღებით.

**შეწვა** (წვავს ის მას) — აქ: ცეცხლზე საჭმლის მომზადება.

**მოშუშვა** (შუშავს ის მას) — პროდუქტის მცირე ხნით მომზადება ცხელ ცხიმში.

**გათუთქვა** (თუთქავს ის მას) — ადუღებულ წყალში რამდენიმე წუთით გაჩერება.

**შეფუთვა** (ფუთავს ის მას) — შეხვევა, ჩაწყობა.

### როგორი?

**დაზიანებული** — რაც გაფუჭდა.

**ვარგისი** — კარგი.

უპასუხეთ კითხვებს:



➔ დახარისხების პროცესს რა პროცესები მოსდევს?

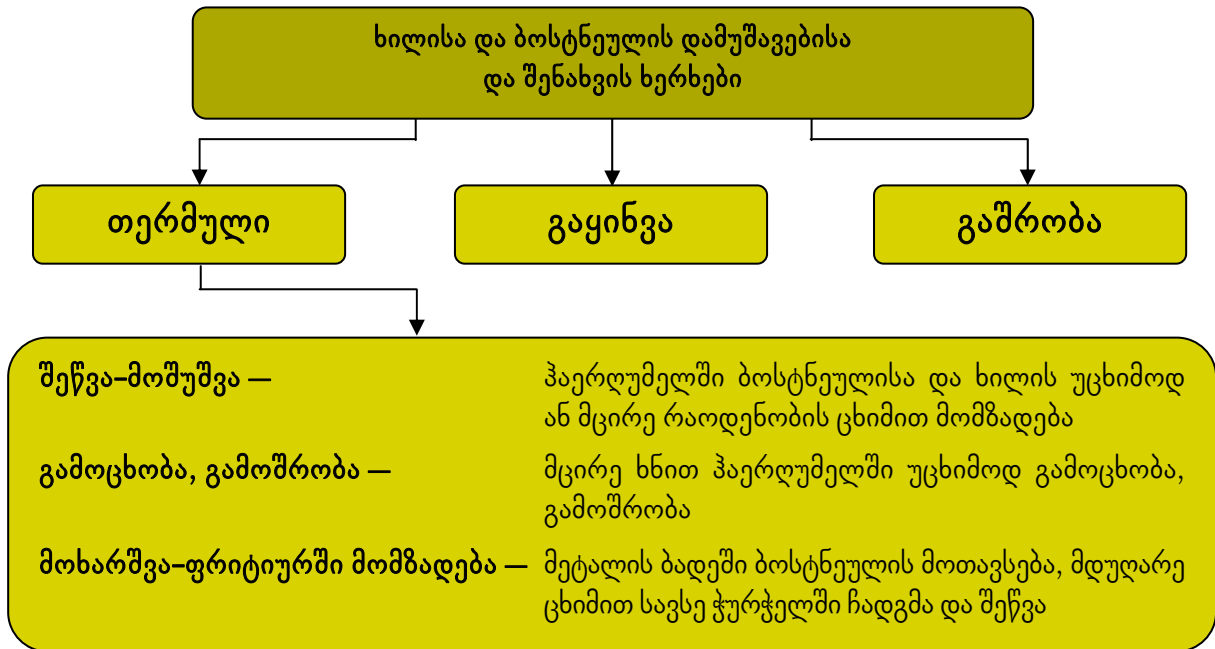
➔ რომელია ბოლო პროცესი?

- ჩამოთვალეთ სურსათის წარმოების ტექნოლოგიური პროცესები და განმარტეთ თითოეული ეტაპი.

2.5. წაიკითხეთ.



ელენეს და ირაკლის ძალიან უყვართ ხილი და ბოსტნეული. მასში უამრავი ვიტამინი და მინერალური ნივთიერებაა. ხილსა და ბოსტნეულს იყენებენ უმსაც და გადამუშავებულსაც. და-ძმა გაეცვენნ მათი დამუშავებისა და შენახვის ხერხებს.



2.6.

- უ — ელ
- უ —
- ნა —
- მ — არ
- მ — აღ
- ულ
- ილ

→ მოუმზადებელი = მზად არ არის.		მოუმზადებელია.
→ მოუხარშავი = მოხარშული არ არის.		მოუხარშავია.
→ ნახარში = რაიმეს მოხარშვით მიღებული წვენი.		ნახარშია.
→ გამომცხვარი = უკვე გამომცხვარი არის.		გამომცხვარია.
→ გამომშრალი = უკვე გამომშრალი არის.		გამომშრალია.
→ მომზადებული = უკვე მზად არის.		მომზადებულია.
→ დაჭრილი = უკვე დაჭრილი არის.		დაჭრილია.

- ➔ თონეში გამომცხვარი პური გემრიელია.
- ➔ ეს მზეზე გამომშრალი ჩირია.
- ➔ ელენეს მომზადებული სადილი გემრიელია.
- ➔ დაჭრილი ხახვი ტაფაზე მოვთუშე.
- ➔ ანა, ჩაიდანში აუდულებელი წყალია?
- ➔ მოუხარშავ ან შეუწვავ ხორცს არ ჭამენ.

ს ი ნ თ ნ ი მ ე ბ ი
დაზიანებული = გაფუჭებული
ვარგისი = კარგი

ა ნ ტ თ ნ ი მ ე ბ ი	
ვარგისი	≠ უვარგისი, ცუდი
დაზიანებული	≠ დაუზიანებელი
მომზადებული	≠ მოუმზადებელი
ადულებული	≠ აუდულებელი
მოხარშული	≠ მოუხარშავი
შემწვარი	≠ შეუწვავი

**შესიტყვებები :**  
სურსათის წარმოება  
ნედლეულის მოპოვება  
ტექნოლოგიური პროცესები

**2.7. დააკვირდით. გაანალიზეთ და დაიმასხოვრეთ.**

(რა?)	ახლანდელი (რას შვრება?)	წარსული (რა ქნა?)	მომავალი (რას იზამს?)	რომელი / როგორი?
დამუშავება	ამუშავებს (ის მას)	დაამუშავა (მან ის)	დაამუშავებს (ის მას)	დამუშავებული დაუმუშავებელი
განხორციელება	ახორციელებს (ის მას)	განახორციელა (მან ის)	განახორციელებს (ის მას)	განხორციელებული განუხორციელებელი
წარმოება	აწარმოებს (ის მას)	აწარმოა (მან ის)	აწარმოებს (ის მას)	წარმოებული// ნაწარმოები —
მიღება	იღებს (ის მას)	მიიღო (მან ის)	მიიღებს (ის მას)	მიღებული მიუღებელი
გამოყენება	იყენებს (ის მას)	გამოიყენა (მან ის)	გამოიყენებს (ის მას)	გამოყენებული გამოუყენებელი

დააკვირდით ცხრილს და გაიხსენეთ გმნების ფორმათა ცვლილებები დროების მიხედვით. დაიმასხოვრეთ ახალი გმნები.

რა?	ახლანდელი (ან განუსაზღვრელი) (რას შვრება?)	წარსული (დასრულებული მოქმედება) (რა ქნა?)	მომავალი (რას იზამს?)	რომელი? როგორი?
მოხარშვა	ხარშავს (ის მას)	მოხარშა (მან ის)	მოხარშავს (ის მას)	მოხარშული, ნახარში მოუხარშავი
მოშუშვა	შუშავს (ის მას)	მოშუშა (მან ის)	მოშუშავს (ის მას)	მოშუშული მოუშუშავი
გათუთქვა	თუთქავს (ის მას)	გათუთქა (მან ის)	გათუთქავს (ის მას)	გათუთქული გათუთქავი
შეფუთვა	ფუთავს (ის მას)	შეფუთა (მან ის)	შეფუთავს (ის მას)	შეფუთული შეუფუთავი
გარეცხვა	რეცხავს (ის მას)	გარეცხა (მან ის)	გარეცხავს (ის მას)	გარეცხილი გარეცხავი
შეხვევა	ახვევს (ის მას)	შეახვია (მან ის)	გაახვევს (ის მას)	შეხვეული შეუხვეველი
შეძენა	იძენს (ის მას)	შეიძინა (მან ის)	შეიძენს (ის მას)	შეძენილი, შენაძენი —
შეგროვება	აგროვებს (ის მას)	შეაგროვა (მან ის)	შეაგროვებს (ის მას)	შეგროვებული, ნაგროვები —
მოყვანა	მოჰყავს (მას ის)	მოიყვანა (მან ის)	მოიყვანს (ის მას)	მოყვანილი მოუყვანელი
მოტანა	მოიტანა (მან ის)	მოაქვს (მას ის)	მოიტანს (ის მას)	მოტანილი, მონატანი მოუტანელი

2.8. უპასუხეთ კითხვებს:



- რა ხერხები გამოიყენება ხილისა და ბოსტნეულის დამუშავებისა და შენახვისათვის?
- რას გულისხმობს თერმული დამუშავება?
- როგორ ხდება ფრიტიურში ბოსტნეულის მომზადება?

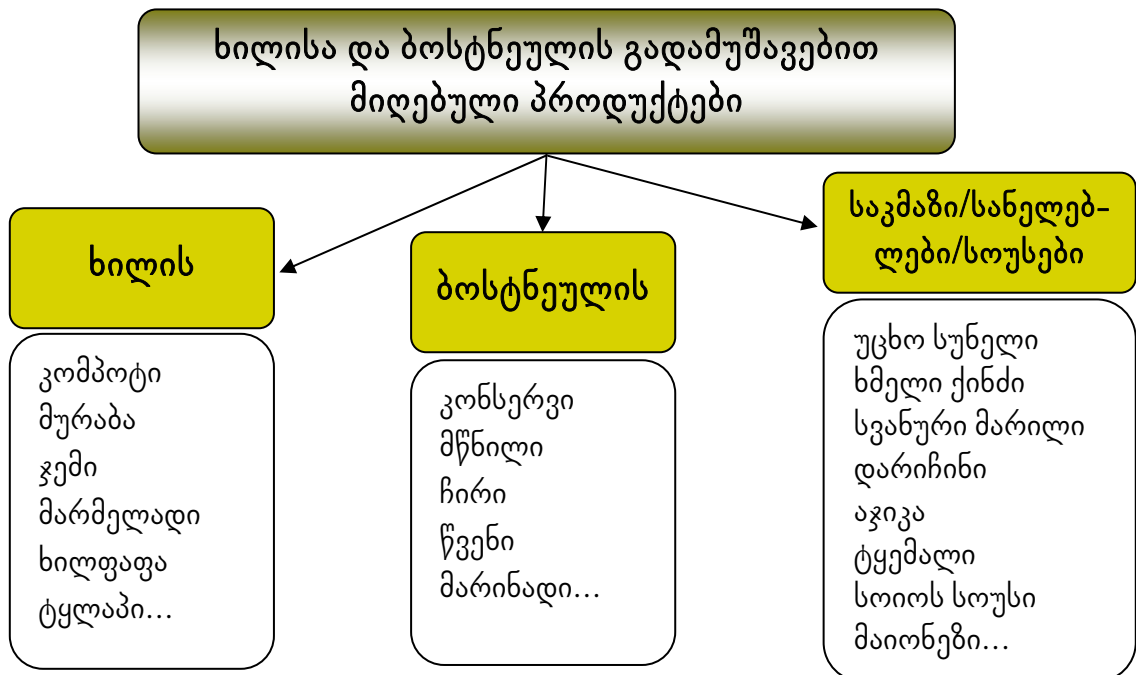
2.9. ფრჩხილებში ჩასმული ზმნები დაწერეთ შესაბამისი ფორმით:

ბებია**მ** ბოსტნიდან ბოსტნეული (მოტანა) \_\_\_\_\_ . ბადრიჯანი და მწვანილი კარგად (გარეცხვა) \_\_\_\_\_ , შემდეგ (ჭრა) \_\_\_\_\_ , სახვი (მოშუშვა) \_\_\_\_\_ , ბადრიჯანი შეწვა. ნიგოზი, მწვანილი, ნიორი, წიწაკა, მარილი, ძმარი და ბადრიჯანი ერთმანეთში აურია. გემრიელი სადილი (მომზადება) \_\_\_\_\_ და ყველამ ერთად (სადილობა) \_\_\_\_\_. ჩვენს სახლში სადილს ყოველთვის ბებია (კეთება) \_\_\_\_\_ .

2.10. წაიკითხეთ!



ელენე, იცი, რა სახის პროდუქტები მიიღება ხილისა და ბოსტნეულის გადამუშავებით? დააკვირდი სქემას:



ირაკლი, ზოგიერთ ასეთ პროდუქტს ბებია და დედა სახლშიც ამზადებენ.

უპასუხეთ კითხვებს:



- რომელი პროდუქტები მიიღება ხილის გადამუშავებით?
- რომელი პროდუქტები მიიღება ბოსტნეულის გადამუშავებით?
- კიდევ რომელი საკმაზები იცით?



## 2.11. მოსმინეთ:

## გემრიელი კერძი

## 2.12. მოსმენილი ტექსტის მიხედვით უპასუხეთ კითხვებს:

- ➔ რომელი საჭმლის რეცეპტს უგზავნის ელენე მეგობარს?
- ➔ რა ინგრედიენტები სჭირდება აჯაფსანდლის მომზადებას?
- ➔ რამდენი დროა საჭირო აჯაფსანდლის მომზადებისთვის?
- ➔ როგორ მოამზადებთ აჯაფსანდალს?



## 2.13. ისაუბრეთ წყვილებში. მოუძებნეთ დიალოგს სათაური.

**ელენე:** თუ შეიძლება, ამიწონეთ ბადრიჯანი, კარტოფილი, პომიდორი, ხახვი, ნიორი.

**გამყიდველი:** რამდენი კილოგრამი ბოსტნეული გნებავთ?

**ელენე:** 2 კგ. ბადრიჯანი, 1 კგ. კარტოფილი, 1 კგ. პომიდორი, 1 კგ. ხახვი და ნახევარი კგ. ნიორი.

**გამყიდველი:** ახლავე მოგართმევთ. აი, ყველაფერი ავწონე, ინებეთ.

**ელენე:** რამდენი გადავიხადო?

**გამყიდველი:** ოთხი ლარი და ორმოცდაათი თეთრი.

**ელენე:** აიღეთ 5 ლარი.

**გამყიდველი:** ინებეთ ხურდა. გემრიელად მიირთვით!

**ელენე:** გმადლობთ.

**გამყიდველი:** ქალბატონო, ქალბატონო ... მწვანელი არ გინდათ?!

**ელენე:** უჰ, სულ დამავიწყდა! ... თითო დიდი კონა ქინძი და რეჰანი, თუ შეიძლება. ინებეთ ფული. გმადლობთ, ნახვამდის!

**გამყიდველი:** კარგად ბრძანდებოდეთ!

## უპასუხეთ კითხვებს:



- ➔ რომელი ბოსტნეული იყიდა ელენემ?
- ➔ რისი ყიდვა დაავიწყდა ელენეს?
- ➔ ელენემ რომელი მწვანელი იყიდა?

წერა

2.14. ჩემი კულინარიული გამოცდილება.



---

---

---

---

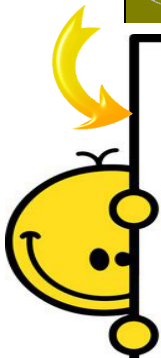
---

---

---

---

სასარგებლო ტიპები



- ორთქლზე მომზადებული ბოსტნეული მოხარშულ ბოსტნეულზე უფრო სასარგებლოა.
- ბოსტნეული კანიანად მოხარშეთ თავდახურულ ქვაბში.
- პარკოსნები არ ითვლება დიეტურ პროდუქტად. არასასურველია მათი მიღება გულის, კუჭის, ნაღვლის ბუშტის, სისხლძარღვების დაავადებების დროს.
- ბადრიჯანი დაბალკალორიული პროდუქტია, კარგია ნაწლავების გაჯანსაღებისათვის.
- ანანასი თავიდან აგაცილებთ ათეროსკლეროზს.
- სწორად მომზადებული კომშის მურაბა, ჯემი, ხილფაფა სასარგებლოა კუჭის ანთების დროს.

სიბრძნის საგანძური

*„საკვების წარმოება ის სფეროა, რომელშიც ნათლად ჩანს ეროვნული კულტურის განვითარების დონე“  
(ივანე ჯავახიშვილი).*



2.15. დაფიქრდით და უპასუხეთ:

- თქვენი აზრით, კიდევ რაში ვლინდება ერის კულტურის მაღალი დონე?

### 3. სურსათის უვნებლობის საკითხები



#### 3.1 უპასუხეთ კითხვებს:



- ➔ რას ხედავთ ილუსტრაციებზე?
- ➔ რას ნიშნავს სიტყვა უვნებლობა?
- ➔ თქვენი აზრით, როგორი პროდუქტია უვნებელი?
- ➔ როგორ პირობებში უნდა შევინახოთ პროდუქტი, უვნებელი რომ იყოს?
- ➔ რატომ არის მნიშვნელოვანი, რომ პროდუქტი იყოს უვნებელი?
- ➔ დაასახელეთ ფოტოებზე გამოსახული პროდუქტის სახეობები.

### 3.2. წაიკითხეთ ტექსტი.



**სურსათის უვნებლობა** სურსათით გამოწვეული დაავადებებისგან ადამიანის სიცოცხლისა და ჯანმრთელობის დაცვას ნიშნავს.

**მავენებელი სურსათი** მრავალ მძიმე დაავადებას იწვევს. დაავადებების გამომწვევია საშიში მიკრობები და შხამები. ისინი საკვებით ხვდებიან ადამიანის ორგანიზმში.

სურსათით გამოწვეული დაავადებების თავიდან აცილება შესაძლებელია მსოფლიო ჯანმრთელობის ორგანიზაციის (WHO) მიერ შემუშავებული „ხუთი ოქროს წესის“ დაცვით. ეს წესებია:

- ➔ დაიცავით სისუფთავე;
- ➔ განაცალკევეთ უმი, ანუ დაუმუშავებელი და მომზადებული საკვები;
- ➔ საჭმლის მომზადების დროს თერმულად დაამუშავეთ პროდუქტები;
- ➔ სურსათის შენახვის დროს დაიცავით ტემპერატურის რეჟიმი;
- ➔ გამოიყენეთ სუფთა წყალი და უსაფრთხო სასურსათო ნედლეული.

#### გაითვალისწინეთ:

ხორცის, კვერცხის, თევზის და ბღვის პროდუქტების მომზადების დროს საჭიროა თერმული დამუშავება.

სუბები და ჩაშუშული მოსტნეული აუცილებლად უნდა მივიყვანოთ ადუღებამდე, ანუ 70<sup>0</sup> C-მდე. თერმული დამუშავება კლავს თითქმის ყველა საშიშ მიკრობს. ასეთ ტემპერატურაზე მიკრობები 30 წამში იხოცებიან.



### ლექსიკონი

**უვნებლობა** — უსაფრთხოება.

**უვნებელი** — ჯანმრთელობისათვის უსაფრთხო.

**მავენებელი** — ჯანმრთელობისთვის სახიფათო, ზიანის მომტანი.

**უმი** — დაუმუშავებელი, მოუხარშავი ან შეუწვავი.

შ ე ს ი ტ ყ ვ ე ბ ა	გ ა ნ მ ა რ ტ ე ბ ა
უვნებელი სურსათი სიცოცხლის დაცვა მავენებელი სურსათი თერმული დამუშავება	ზიანის არმომტანი სურსათი სიცოცხლისთვის ზრუნვა ზიანის მომტანი სურსათი ცხლად ან ცივად დამუშავება

ს ი ნ ო ნ ი მ ე ბ ი	
უსაფრთხო	= უვნებელი
უმი	= ნედლი
თვითონ	= თავად
ესტუმრენ	= ეწვივნენ

ა ნ ტ ო ნ ი მ ე ბ ი	
სუფთა	≠ ჭუჭყიანი
დამუშავებული	≠ დაუმუშავებელი

### 3.3. უპასუხეთ კითხვებს:



- 1) რას იწვევს მავნებელი სურსათი?
- 2) რატომ უნდა დავიცვათ “ხუთი ოქროს წესი”?
- 3) რომელი პროდუქტისათვის არის ყველაზე მნიშვნელოვანი თერმული დამუშავება?
- 4) რამდენ გრადუსზე იხოცებიან ბაქტერიები?

### 3.4. დააკვირდით:

...-ის + მიერ

ირაკლიმ დაამუშავა ბოსტნეული = ბოსტნეული დამუშავებული არის ირაკლის მიერ.  
 ირაკლის მიერ დამუშავებული ბოსტნეულით დედამ წვნიანი მოამზადა.

რა?	ახლანდელი (ან განუსაზღვრელი) დრო	წარსული (სრული) დრო	მომავალი დრო	როგორი?	
				მომზადებული	მოუმზადებელი
მომზადება	ამზადებს (ის მას)	მოამზადა (მან ის)	მოამზადებს (ის მას)	მომზადებული	მოუმზადებელი
დამუშავება	ამუშავებს (ის მას)	დაამუშავა (მან ის)	დაამუშავებს (ის მას)	დამუშავებული	დაუმუშავებელი

### 3.5. გააგრძელეთ კითხვა.



ირაკლი და ელენე საჭმლის მომზადების დროს ყოველთვის იცავენ „ოქროს“ წესებს. ისინი ხშირად აწყობენ საღამოებს, მეგობრებს პატივებენ და სხვადასხვა კერძით უმასპინძლებიან. მეგობრებს უყვართ მათთან სტუმრობა. იცინა, ირაკლის და ელენეს მიერ მომზადებული საჭმელი ყოველთვის გემრიელი და სრულიად უსაფრთხო იქნება.

ელენეს და ირაკლის აინტერესებთ, თუ როგორ იცავს საწარმოები სურსათის უვნებლობის ნორმებს. ამ მიზნით ისინი ერთ-ერთ კომპანიას ესტუმრნენ.

ირაკლიმ და ელენემ ქარხანა კომპანიის მენეჯერთან ერთად დაათვალიერეს. მენეჯერმა სტუმრებს აუხსნა, რომ ტუალეტი და ხელსაბანი საამქროდან მოშორებით მდებარეობს, რომ არ მოხდეს ჯვარედინი დაბინძურება. ხელსაბანებში მუდმივად არის გამდინარე ცივი და ცხელი წყალი, თხევადი საპონი და ერთჯერადი ქაღალდის ხელსახოცები. ქარხანაში ბუნებრივი და მექანიკური ვენტილაციის სისტემებით ხდება ოთახების განიავება. იატაკი, კედლები და ჭერი გლუვია, ნაპრალების გარეშე. ნაპრალებში ბაქტერიები ადვილად მრავლდებიან. საწარმოში ყოველდღე ატარებენ სადემინფექციო სამუშაოებს. ასე იცავენ გარემოს მღრღნელების, პარაზიტების, ჩიტებისა და მწერებისაგან.

და-ძმას ძალიან მოეწონა საწარმოში დაცული სურსათის უვნებლობის წესები.



ლექსიკონი

**რა?**

- საწარმო — ადგილი, სადაც ამზადებენ რაიმე პროდუქტს.
- საამქრო — ქარხნის ან ფაბრიკის ერთ-ერთი განყოფილება.
- ნორმები (ნორმა) — წესები (წესი).
- ნაპრალი — ღარი, გამსკდარი, გახეთქილი ადგილი.
- მღრღნელი — ის, რაც ღრღნის, მაგ.: თაგვი, ვირთხა.
- მწერი — მაგ., ბუზი, ჭიანჭველა და სხვ.

**როგორი?**

- გამაგრილებელი — ის, რაც აგრილებს.
- გამდინარე — მუდმივი წყალი.
- ერთჯერადი — ის, რაც ერთხელ გამოიყენება.
- გლუვი — სწორზედაპირიანი

დააკვირდით მოცემულ წინადადებებს და უპასუხეთ კითხვებს:

1. ირაკლის აინტერესებს, **თუ** როგორ იცავს საწარმოები უვნებლობის ნორმებს.

აინტერესებს  $\left\{ \begin{array}{l} \text{მას — ირაკლის.} \\ \text{ის — თუ როგორ იცავს საწარმოები უვნებლობის ნორმებს.} \end{array} \right.$

- რამდენ წინადადებას აკავშირებს სიტყვა **თუ**? \_\_\_\_\_.
- რომელია პირველი წინადადება? \_\_\_\_\_.
- რომელია მეორე წინადადება? \_\_\_\_\_.

2. ირაკლიმ იცის, **რომ** კომპანია იცავს უვნებლობის ნორმებს.

იცის  $\left\{ \begin{array}{l} \text{მან — ირაკლიმ.} \\ \text{ის — (რომ) კომპანია იცავს უვნებლობის ნორმებს.} \end{array} \right.$

- რამდენ წინადადებას აკავშირებს სიტყვა **რომ**? \_\_\_\_\_.
- რომელია პირველი წინადადება? \_\_\_\_\_.
- რომელია მეორე წინადადება? \_\_\_\_\_.
- რა ჰქვია **თუ** და **რომ** სიტყვებს? \_\_\_\_\_.

3.7. უპასუხეთ კითხვებს:



1. რა მიზნით ეწვივნენ ელენე და ირაკლი საწარმოს?
2. რა მოეწონა საწარმოში?
3. რატომ არის საწარმოს იატაკი, კედლები და ჭერი გლუვი, ნაპრალების გარეშე?



3.8. მოისმინეთ:

ინტერვიუ შეფ-მზარეულთან

3.9. მოსმენილი ინტერვიუს მიხედვით უპასუხეთ კითხვებს:



- რა არის საჭირო, საკვები რომ უსაფრთხო იყოს?
- როგორი უნდა იყოს სამზარეულოს ჭურჭელი და ინსტრუმენტები?
- როგორი წყალი გამოიყენება დეზინფექციისათვის?
- როგორ შევინახოთ მზა საჭმელი?
- რას ნიშნავს ჯვარედინი დაბინძურება?
- როგორ ავიცილოთ ჯვარედინი დაბინძურება?

---



---



---



---



---

3.10. სქემაში მიუთითეთ, რა იცოდით და რა გაიგეთ ახალი.

რა ვიცოდით?	რა გავიგეთ?

3.11. იცით თუ არა, რამდენ...



გენური ინჟინერია მე-20 საუკუნის 70-იანი წლებიდან განვითარდა. ტერმინები: გენური ინჟინერია და გენმოდიფიცირება ერთი და იმავე მნიშვნელობის არის და ნიშნავს გენების გადატანას ერთი ორგანიზმიდან მეორეში, ანუ დნმ-ის შეცვლას უჯრედში. მაგალითად, თევზიდან პამიდორში. კვების მრეწველობაში გენური ინჟინერიის გამოყენების მიზანია პროდუქტების თვისებების შეცვლა და დიდი რაოდენობის საკვების წარმოება.

გენური მოდიფიკაციით მიღებული პროდუქტები ბიოლოგიის უდიდეს მიღწევად მიიჩნევა, რადგან ამ პროდუქტების ფართო მასშტაბით მოხმარება გლობალურ შიმშილთან ბრძოლის ერთ-ერთი საშუალებაა. თუმცა, ზოგიერთი მეცნიერის აზრით, აღნიშნული პროდუქტები კაცობრიობას გაცილებით მეტ ზიანს მოუტანს, ვიდრე სიკეთეს.

შესიყვება:	განმარტება
გენური ინჟინერია/ გენმოდიფიცირება	მეცნიერება გენების შეცვლის შესახებ
ჯვარედინი დაბინძურება	მიკრობის და ბაქტერიის გავრცელება ერთი პროდუქტიდან მეორე პროდუქტზე
ძირითადი ამოცანა	მთავარი მიზანი
ხელის შეწყობა	დახმარება
საკვების წარმოება	საკვების შექმნა
გლობალური შიშშილი	როცა მსოფლიოში ბევრი ადამიანი შიშშილობს
ფართო მასშტაბი	დიდი სივრცე
სურსათის უვნებლობის ნორმები	უსაფრთხო პროდუქტის მოპოვების, დამუშავების და შენახვის წესები

3.12. იმსჯელეთ და პასუხები დაასაბუთეთ.

1. თქვენი აზრით, შეუქმნის თუ არა გენმოდიფიცირებული საკვები პროდუქტები კაცობრიობას საფრთხეს?
2. დასაშვებია თუ არა გენური ინჟინერიით მიღებული პროდუქტების წარმოება?

**პრეზენტაცია**

3.13. როგორ ავიცილოთ თავიდან მავნე საკვებით გამოწვეული დაავადებები

**წერა**

3.14. როგორ ვამზადებ ჩემს საყვარელ დესერტს

---



---



---



---



---

**სიბრძნის საგანძური**

„მარტო კაცი ჭამაშიც ცოლოა“ (ქართული ანდაზა).  
 „საკუთარი გამხმარი პური გერჩიოს სხვის ფლოავს“ (აზერბაიჯანული ანდაზა).

3.15. იმსჯელეთ,

- რას გვასწავლის ეს ანდაზები?

## II თავი ხორცისა და თევზის პროდუქტების დამზადების ტექნოლოგია. ვეგეტარიანელობა

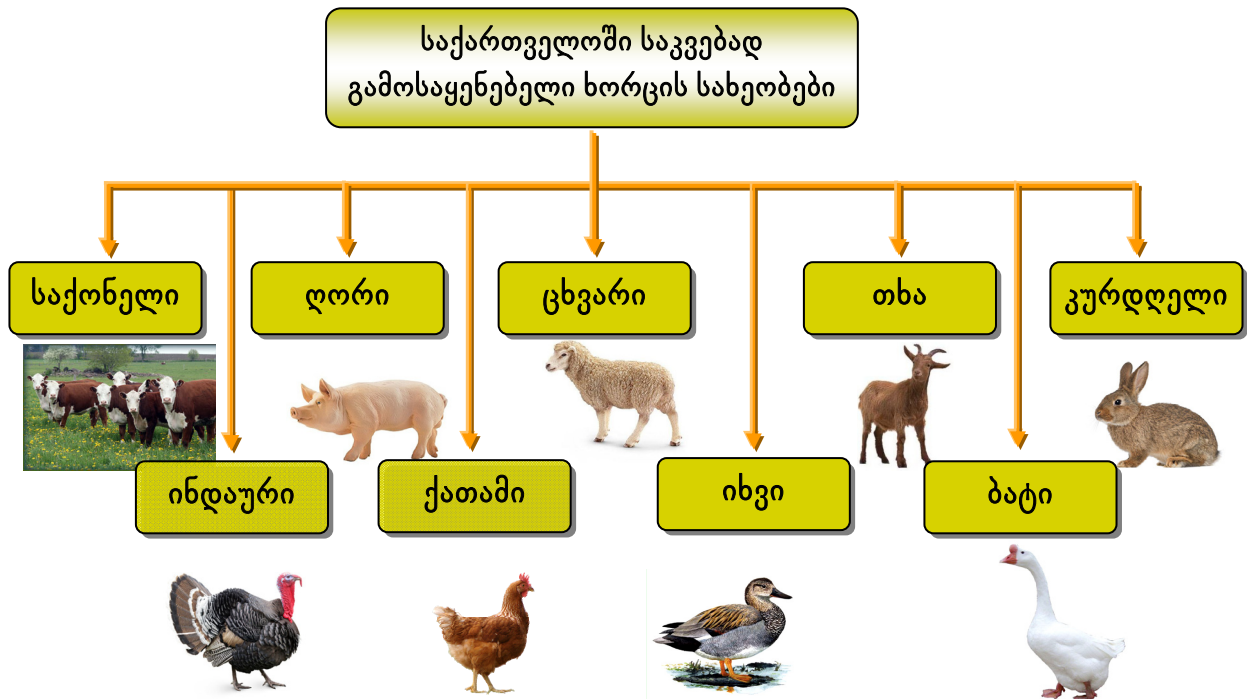
### 1. ხორცპროდუქტების დამზადების ტექნოლოგია

#### 1.1. წაიკითხეთ.



ხორცი კალორიული და გემრიელი საკვებია. ის მდიდარია ცილებით. ცილები აუცილებელია ადამიანის ფიზიკური განვითარებისთვის. საქართველოში პოპულარულია შინაური ცხოველებისა და ფრინველების ხორცი.

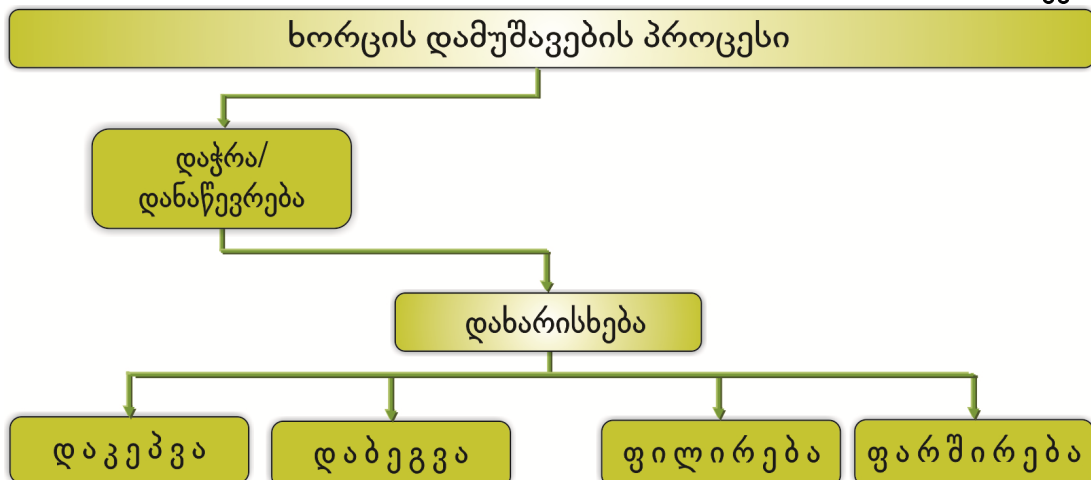
სქემა №1



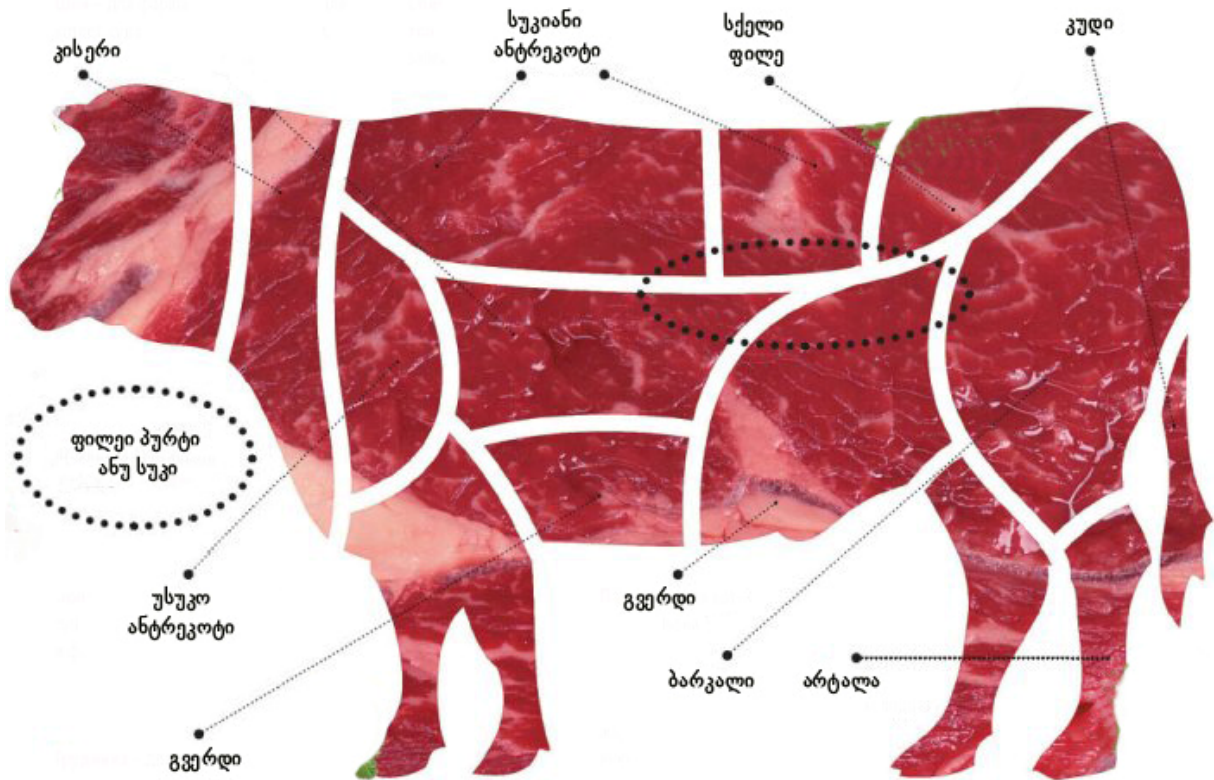
ხორცისგან სხვადასხვა სახის კერძი მზადდება. კერძის მომზადებამდე ხორცს ამუშავებენ და ახარისხებენ.

#### 1.2. გაეცანით ხორცის დამუშავების სქემას.

სქემა №2



1.3. საქონლის ხორცის დახარისხების სქემა (გაითვალისწინეთ, ასეთივე წესით ხარისხდება ღორის ხორცი).



ლექსიკონი

**დაკეპვა** (კეპავს ის მას) — დანის ხშირი მოძრაობით წვრილ და მოგრძო ნაჭრებად დაჭრა.

**ფილირება** — ხორცის ძვლიანი და ხრტილიანი ნაწილებისაგან გასუფთავება.

**ფარში** — ხორცსაკეპში გატარებული ხორცი.

**ფარშირება** — ფარშის მომზადება.

**დაბეგვა** (ბეგვავს ის მას) — ხორცის სამზარეულოს ჩაქუჩით დამუშავება, დარბილება.

დააკვირდით ქვემოთ მოცემულ წინადადებებში ზმნებისა და სახელების ფორმაცვლილებას და დაიმახსოვრეთ.

- 1) მზარეული ხორცს  $\left\{ \begin{array}{l} \text{კეპავს.} \\ \text{(ის) (მას)} \end{array} \right.$  2) მზარეულმა ხორცი  $\left\{ \begin{array}{l} \text{დაკეპა.} \\ \text{(მან) (ის)} \end{array} \right.$  დაბეგვა.

- 3) მზარეული ხორცს  $\left\{ \begin{array}{l} \text{დაკეპავს.} \\ \text{(ის) (მას)} \end{array} \right.$  დაბეგვავს.

## უპასუხეთ კითხვებს:



- საქართველოში საკვებად ხორცის რომელ სახეობებს იყენებენ?
- ჩამოთვალეთ ხორცის დამუშავების ეტაპები?
- რას ნიშნავს: დაკვება, დაბეგვა, ფარშირება?

## 1.4. წაიკითხეთ.



პროფესიული სასწავლებლის მასწავლებელმა სტუდენტებს საქონლის ხორცის დამუშავების ტექნოლოგია შეასწავლა. გაკვეთილის ბოლოს დაავალა: „თქვენ თვითონ შეარჩიეთ ხორცი და მისგან კერძი მოამზადეთ“.

ელენემ და ირაკლიმ დავალების შესრულება ჯერ კერძის შერჩევით დაიწყეს.

**ელენე:** ჯერ გადავწყვიტოთ, რომელი კერძი მოვამზადოთ.

**ირაკლი:** მართალი ხარ! მოდი მწვადი შევწვათ, მწვადი ყველას უყვარს.

**ელენე:** ცუდი აზრი არ არის, მაგრამ საქონლის მწვადს ღორის მწვადი სჯობს. მწვადი შემდეგ მოვამზადოთ.

**ირაკლი:** კარგი, მაშინ სტეიკი მოვამზადოთ. ინფორმაცია მზარეულის წიგნში წერია და მოვძებნოთ.

**ელენე:** უკვე მოვძებნე, მომისმინე. აი რა წერია აქ: „ფილვი პურტი“, იგივე სუკი, საქონლის ყველაზე რბილი და გემრიელი ნაწილია. მისგან უგემრიელეს სტეიკებს ამზადებენ.

**ირაკლი:** კარგი, ვიყიდოთ სუკი. მასწავლებელმა გაკვეთილზე გვაჩვენა, რომელი ნაწილია სუკი, გახსოვს?

**ელენე:** მახსოვს. ახლა გადავწყვიტოთ, სად ვიყიდოთ ხორცი, ბაზარში თუ მაღაზიაში?

**ირაკლი:** მთავარია, ხორცი არ ვიყიდოთ ქუჩაში. ჯობია, ხორცი მაღაზიაში შევიძინოთ. მაღაზიაში ვეტერინარის მიერ შემოწმებული ხორცი იყიდება. ის სპეციალურ მაცივარში სათანადო ტემპერატურაზე ინახება.

**ელენე:** ხორცის გარდა, კიდევ დაგვჭირდება: 1 ჩ/კ. კოჭა, 1 ჩ/კ. დაფქული შავი პილპილი, 1 ს/კ. მდოგვი, 2 ს/კ. სოიოს სოუსი, ნახევარი ჩ/კ. მარილი, 1 ჩ/კ. გამხმარი რეჰანი, 1 ჩ/კ. ლიმონის წვენი.

**ირაკლი:** ინგრედიენტები დავიმახსოვროთ და მალე წავიდეთ მაღაზიაში. ერთი სული მაქვს, როდის მოვამზადებთ გემრიელ სტეიკს და, ამასთანავე, თავს მოვიწონებთ მასწავლებელთან.



1.5. გააგრძელეთ კითხვა.



ელენე და ირაკლი მაღაზიაში რომ მივიდნენ, ყასაბი ახალდაკლულ ძროხის ხორცს ამუშავებდა. მას ხელთათმანები და რეზინის დიდი წინსაფარი ეკეთა, თავზე ქუდი ეხურა, ფეხებზე კი რეზინის ჩექმები ეცვა.

**ელენე:** ირაკლი, ხედავ, როგორ იცავს ყასაბი ჰიგიენის წესებს? დარწმუნებული ვარ, აქ ნაყიდი ხორცი ხარისხიანი იქნება.

**ირაკლი:** შეხედე, კედელზე გაკრულ ვეტერინარის ცნობაში რა წერია: ძროხა დღეს არის დაკლული, მისი ხორცი ახალი და საღია.

**ყასაბი:** რომელი ნაჭერი მოგართვათ?

**ელენე:** სუკი.

**ყასაბი:** სუკი ჯერ არ არის დამუშავებული. ბარკალი ან არტალა ხომ არ გინდათ? კუდს და ჩლიქებს ხომ არ ინებებთ?

**ელენე:** არა, ჩვენ სტეიკის მომზადება გვსურს და სუკის ნაჭერს ვიყიდით.

**ყასაბი:** მაშინ ცოტა ხანს მოიცადეთ. საქონელი ჯერ არ არის ბოლომდე დამუშავებული.

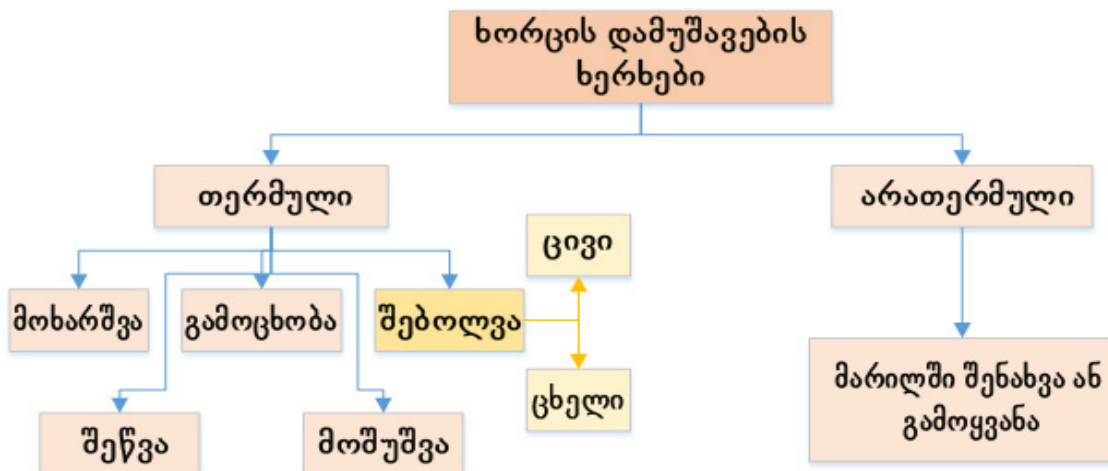
**ირაკლი:** რა გაეწყობა, დავიცდით!

**რა გაეწყობა – სხვა გზა არ არის.**

ტექსტის მიხედვით უპასუხეთ კითხვებს:

- რა აცვია ყასაბს ფეხებზე?
  - ა) რეზინის ჩექმები;      ბ) რეზინის ბოტები;      გ) ბოტასები.
- რა არის გაკრული კედელზე?
  - ა) კალენდარი;      ბ) ვეტერინარის ცნობა;      გ) პლაკატი.
- ხორცის რომელი ნაჭერი იყიდეს ელენემ და ირაკლიმ?
  - ა) სუკი;      ბ) კუდი;      გ) ბარკალი.
- რისი მომზადება უნდათ ელენეს და ირაკლის?
  - ა) მწვადის;      ბ) წვნიანის;      გ) სტეიკის.

დააკვირდით სქემას და დაიმახსოვრეთ.



ხორცი თერმული დამუშავების შედეგად იცვლის ფორმას, მოცულობას, ფერს, გემოს...

ხორცისგან ბევრი სახის ხორცპროდუქტი მზადდება: ძეხვი, სოსისი, სარდელი, ლორი, შაში, კუპატი, სუჯუხი და სხვ. მათ დასამზადებლად, გარდა ხორცისა, იყენებენ საკვებდანამატებს, კონსერვანტებს და სხვა ნივთიერებებს.

ხორცის სუბპროდუქტებისგან (ჩლიქები, გულ-ღვიძლი, ნაწლავები, ფაშვი და სხვ.) მზადდება ხაში, ყაურმა, კუჭმაჭი, კუპატი, ლაბა და სხვა კერძები.

- ხაზგასმული სიტყვები ამოწერეთ, მოძებნეთ ლექსიკონში მათი მნიშვნელობა და დაიმახსოვრეთ.

1.6. გააგრძელეთ კითხვა.

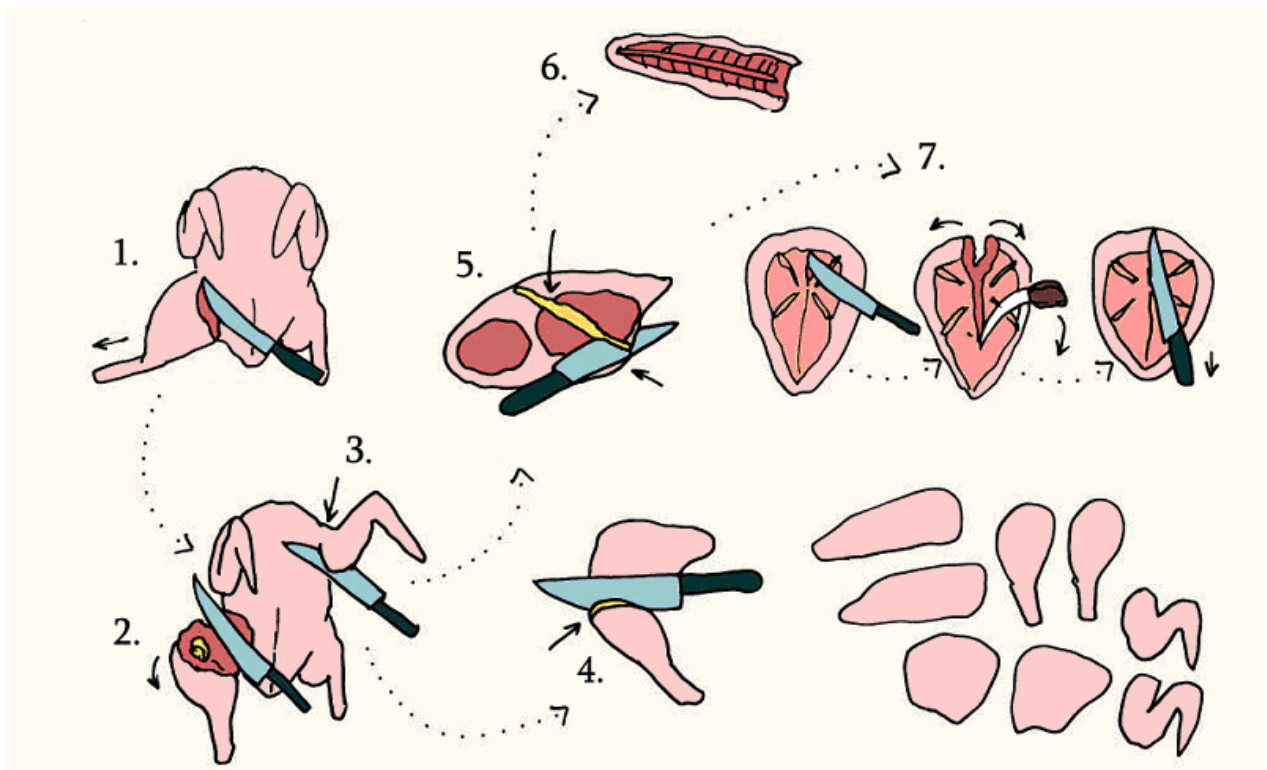


ფრინველის ხორცი სასარგებლო, ხელმისაწვდომი და გემრიელია.

ფრინველს დაკვლის შემდეგ პუტავენ, ცეცხლზე ტრუსავენ და აცლიან შიგნეულს.

ქათმის ხორცისგან მზადდება ჩახობილი, ჩიხირთმა, შქმერული, ქათამი ბაჟეში, ქათამი მაცვლის სოუსში, ბულიონი, ქათმის სალათა და სხვ. ხშირად ქათმისგან ქართულ ტრადიციულ კერძს — საცივსაც ამზადებენ ხოლმე, თუმცა საცივისათვის უკეთესია ინდაურის ხორცი.

1.7. გაეცანით ფრინველის ხორცის დახარისხებას:



ფოტო № 1

- თქვენი სიტყვებით აღწერეთ ფოტოზე ასახული პროცესი.

- გაეცანით № მე-2 ფოტოზე მოცემულ ინფორმაციას:



### ლექსიკონი

**ყასაბი** — ვინც ხორცს ამუშავებს.

**ბუმბული** — რაც ფრინველის კანს ფარავს.

**შიგნეული, შიგნეულობა** — ცხოველის ან ფრინველის გულ-ღვიძლი და კუჭ-ნაწლავი.

**ღრმული** — ამოღრმავებული ადგილი.

**გამოშიგვნა** (შიგნავს ის მას) — შიგნეულის გამოცლა, შიგნეულისაგან გასუფთავება.

**გაპუტვა** (პუტავს ის მას) — კანისაგან ბუმბულის მოშორება.

**შეტრუსვა** (ტრუსავს ის მას) — ბეწვის, ბუმბულის ცეცხლზე მოწვა.

**ბზინვა** (ბზინავს ის) — პრიალი.

**ათვისება** (ითვისებს ის მას) — აქ: ორგანიზმის მიერ რაიმეს შეწოვა.

#### სინონიმები

ხელმისაწვდომი = იაფი

ბოლი = კვამლი



### 1.8. მოისმინეთ:

### ინტერვიუ მზარეულთან

1.9. მოსმენილი ტექსტის მიხედვით იმსჯელეთ და დაასაბუთეთ:

- ა) მიუხედავად იმისა, რომ ღორის ხორცი (ბევრი) მავნებელია, მაინც რატომ არის პოპულარული?
- ბ) რომელი ცხოველის ხორცია უფრო სასარგებლო და რატომ?

---

---

---

---

---

---

---

1.10. სასარგებლო ტიპები



- არ გამოიყენოთ კუსტარულად შებოლილი პროდუქტი. შებოლვა რთული და ხანგრძლივი ტექნოლოგიური პროცესია და ის მხოლოდ სპეციალურ საწარმოში ხდება.
- შებოლილ პროდუქტებს საკვებად ხშირად ნუ გამოიყენებთ, ჯანმრთელობისთვის სასარგებლო არ არის.
- ახალი ხორცი რბილი, ნაზი და წვნიანია. ხორცი უნდა იყოს ვარდისფერი და არ უნდა ჰქონდეს ცუდი სუნი.
- ხორცზე თითის დაჭერის დროს გაჩენილი ღრმული მალე უნდა ამოივსოს.
- ხორცს არ უნდა ჰქონდეს წებოვანი სითხე.
- ცუდია ძალიან მუქი ფერის ხორცი.
- ქონი უნდა იყოს თეთრი. ყვითელი ქონი სიძველის ნიშანია.
- გაყინული ხორცის გაღობა მხოლოდ ოთახის ტემპერატურაზე ან მაცივრის ქვედა თაროზე შეიძლება, რასაც რამდენიმე საათი სჭირდება.

იცით, რამში...

ცივი შებოლვის დროს ხორცს რამდენიმე საათის განმავლობაში აჩერებენ სპეციალურ საცავში 40–50 გრადუსზე გახურებულ ბოლში (კვამლში).

ცხელი შებოლვისას ბოლის ტემპერატურა 50 გრადუსზე მეტია. ცივად შებოლილი პროდუქტი ღია ფერის და უფრო გამომშრალია. ამასთანავე, ცხლად შებოლილ პროდუქტზე უფრო დიდხანს ინახება.

1.12. **ეს საინცერტოა**

ხორციანი კერძების მოსამზადებლად დიასახლისები ხშირად იყენებენ დაფნის ფოთოლს. დაფნა მარადმწვანე პატარა ხეა. მისი სახელწოდება ძველ ბერძულ მითში გვხვდება....

ერთხელ აპოლონმა, ხელოვნების ღმერთმა, ეროსთან დაიტრაბახა: ჩემი ისარი ამარცხებს მტერს, შენი კი მხოლოდ სიყვარულს იწვევსო. ეროსს ეწყინა და გადაწყვიტა, აპოლონისათვის დაემტკიცებინა, რომ მის ისარს უფრო ძლიერი ძალა ჰქონდა. მან თავისი მშვილდიდან სიყვარულის ისარი აპოლონს ესროლა, სიძულვილის ისარი კი — ნიმფა დაფნეს.

... შეყვარებული აპოლონი დაფნეს დაედევნა. დაფნე გაექცა აპოლონს. მირბის დაფნე და მისდევს აპოლონი... ბევრი სირბილის შემდეგ დაფნე დაიღალა და ღმერთს შეევედრა: — სახე შემიცვალეო! მამაღმერთმა ის ხედ გადააქცია. აპოლონმა ხეს ხელი მოხვია, ეამბორა და ჩასჩურჩულა: „შენ არ ისურვე ჩემი ცოლობა, მაგრამ შენ მუდამ ჩემთან იქნები“. მან დაფნისგან გვირგვინი დაწნა და თავზე მოირგო.

უპასუხეთ კითხვებს:



- რას უკავშირდება მცენარის სახელი დაფნა?
- ვინ იყო დაფნე?
- რად გადააქცია ღმერთმა დაფნე?
- როგორ ახსნით შეყვარებული აპოლონის საქციელს — „თავზე გვირგვინი მოირგო“.



ლექსიკონი

**რა?**

**მითი** — ზღაპრული ამბავი.  
**მშვილდი** — საბრძოლო და სანადირო იარაღი ძველად.  
**გვირგვინი** — აქ: ყვავილებით ან ფოთლებით დაწნული (დამზადებული) რგოლი.  
**ნიმფა** — ფერია.

**როგორი?**

**მარადმწვანე** — ყოველ დროს მწვანე.  
**სახის შეცვლა** — აქ: სხვა რამედ გადაქცევა.  
**დამტკიცება** (ამტკიცებს ის მას) — აქ. სიტყვით ან ქმედებით რაიმეს ჩვენება.  
**შევედრება** (ევედრება ის მას) — ხვეწნა, თხოვნა, მუდარა.  
**ტრაბახი** (ტრაბახობს ის) — თავის მოწონება, საკუთარ უპირატესობაზე ხაზგასმა.  
**ამბორი** (ეამბორება ის მას) — კოცნა.  
**თავზე მოირგება** (ირგებს ის მას) — თავზე დახურვა.

წერა

1.13. როგორ მზადდება ხორცისგან ჩემი საყვარელი ეროვნული კერძი



---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

სიბრძნის საგანძური

*„საჭმელი მშეერისათვის იგივეა, რაც წვიმა უღაბნოსათვის“  
(ინღური ანღაშა).*

1.14. ანღაზის შინაარსი გაღმოეციოთ თქვენი სიტყვებით.



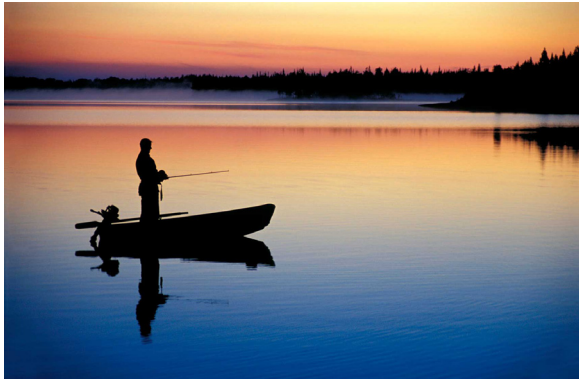
---

---

---

---

2. თევზისა და ზღვის პროდუქტების დამზადების ტექნოლოგია



2.1. უპასუხეთ კითხვებს:



- რას ხედავთ ილუსტრაციებზე?
- თქვენ დადისართ სათევაოლდ?
- თევზის რომელ სახეობას ანიჭებთ უპირატესობას?
- გიყვართ თევზი და ზღვის პროდუქტები?

2.2. წაიკითხეთ ტექსტი.



ელენე და ირაკლი თევზეულის დიდი მოყვარულები არიან. მათ თევზისა და ზღვის პროდუქტების დამუშავება კულინარიულ სასწავლებელში ისწავლეს და კერძების მომზადებაში ხელიც გაიწაფეს. ელენეს განსაკუთრებით ორაგულით მომზადებული კერძები უყვარს. ირაკლი უპირატესობას მიძიებს ანიჭებს.

თევზი ვიტამინებითა და მიკროელემენტებით მდიდარი სასარგებლო საკვებია.

საქართველოში გავრცელებული თევზის სახეობებია: ორაგული, კალმახი, კეფალი, ქაფშია, ლოქო და სხვ.

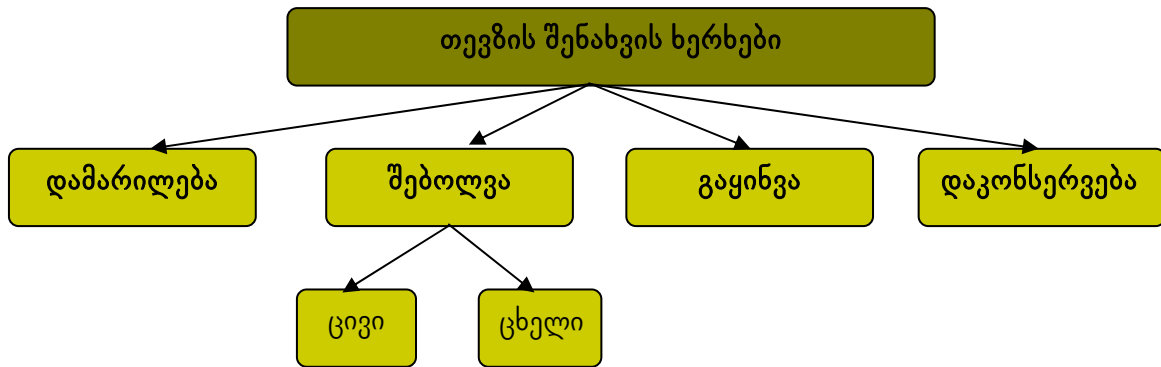
მსოფლიოში დიდი მოთხოვნაა თევზის ქვირითზე, ანუ ხიზილალაზე. ის ერთ-ერთი ძვირი პროდუქტია. მისი მოპოვება და დამუშავება რთული პროცესია.

ხიზილალა მზადდება განსაკუთრებული სახეობის თევზების ქვირითისაგან. ეს თევზებია: სვია, ზუთხი, ორაგული და სხვ. არსებობს შავი, წითელი, ვარდისფერი, ყვითელი, თეთრი... ხიზილალა.

ბაზარში შეხვდებით ხელოვნურ ხიზილალასაც, მისი გარჩევა ნამდვილისაგან ძნელია.

კერძები რომ მოამზადონ, თევზს ჯერ ასუფთავებენ: აშორებენ ფარფლებსა და ქერცლს. აცლიან შიგნეულს, რეცხავენ. გასუფთავებულ თევზს ააჭრიან ფილეს და დაჭრილს ან დაუჭრელს აცხობენ, ხარშავენ, წვავენ. შეიძლება უმის გამოყენებაც.

თევზის ხანგრძლივად შენახვას თავისი ხერხები აქვს:



ზღვის პროდუქტების (კრევეტი, კალმარი, რვაფეხა, მიდია, ხამანწკა, ლანგუსტი, კიბორჩხალა და სხვ.) დამუშავება და დამზადება თევზის დამუშავებისაგან განსხვავებულია.

თევზისა და ზღვის პროდუქტების გარდა, საკვებად გამოიყენება წყალმცენარეებიც, განსაკუთრებით — ზღვის კომბოსტო. წყალმცენარეებისგან მზადდება ნორი — მწვანე ფერის ფურცლის მსგავსი პროდუქტი. მასში ახვევენ სუშის. იაპონური კერძი სუში მთელ მსოფლიოშია პოპულარული. სუში უმი თევზით მზადდება.



ლექსიკონი

რა?	როგორი?
ქვირითი — თევზის კვერცხები.	ხელოვნური — არანამდვილი.
შიგნეული — მუცლის ღრუს ორგანოები.	გაყინული — ძალიან გაცივებული.
ფარფლი — თევზის ხრტილი.	პოპულარული — ყველასათვის ცნობილი.
ფილე — ხორცის რბილი ნაწილი.	უმი — დამუშავებელი, ნედლი.
ფხა — თევზის წვრილი ძვალი.	დამარილებული — ძალიან მარილიანი პროდუქტი.
ბოლი — კვამლი.	
ეტაპი — რაიმეს განვითარების საფეხური.	
ქერცლი — თევზის რქოვანი ფირფიტები.	

საწყისი რა?	ზმნა (ახლანდელი დრო) რას შვრება?
გაცლა = მოცილება მოშორება	აცლის (ის მას მას); ეცლება (ის მას)
გასუფთავება = გაწმენდა	ასუფთავებს (ის მას); სუფთავდება (ის)
აჭრა = რაიმესთვის ნაწილის მოჭრა	აჭრის (ის მას მას); ეჭრება (ის მას)
მოშორება = მოცილება	აშორებს (ის მას მას); შორდება (ის მას)

სინონიმები	
პოპულარული	= ცნობილი
ძნელი	= რთული
ხელოვნური	= არანამდვილი
იაფი	= ხელმისაწვდომი

ანტონიმები	
ნედლი	≠ ხმელი
პოპულარული	≠ არაპოპულარული
ძნელი	≠ ადვილი, იოლი
ხელოვნური	≠ ნამდვილი, ბუნებრივი
ძვირი	≠ იაფი

**ხელი გაიწაფა = დაოსტატდა, დახელოვნდა.**  
**უპირატესობას ანიჭებს = უკეთესად მიიჩნევს, ამჯობინებს.**

2.3. ა) **დაიმახსოვრეთ!**

ქართულ ენაში ზმნა არის ერთპირიანი, ორპირიანი და სამპირიანი. მოქმედი პირი, ანუ პირი, რომელიც მოქმედებს, სუბიექტური (S) პირია; პირი (პირები), რომელიც სუბიექტის სამოქმედო პირია (პირებია), ობიექტური პირი (O) (პირები) არის. ერთპირიან ზმნას მართლ სუბიექტი აქვს, ორიპირიანს — ერთი სუბიექტი და ერთი ობიექტი, სამპირიანს კი — ერთი სუბიექტი და ორი ობიექტი.

დააკვირდით წინადადებებში სუბიექტურ და ობიექტურ პირებს:

- (S) (O) (O) (S) (O) (O)
1. მზარეულები თევზს აშორებენ ქერცლს. (აშორებენ ისინი მას მას). (სამპირიანი)
- ↓ ↓ ↓
- ისინი მას მას
- (S) (O) (S) (O)
2. მზარეულები თევზს რეცხავენ. (რეცხავენ ისინი მას). (ორპირიანი)
- ↓ ↓
- ისინი მას
- (S) (S)
3. მზარეულები მუშაობენ. (მუშაობენ ისინი). (ერთპირიანი)
- ↓
- ისინი

ბ) დააკვირდით წინადადებებში გმნებს:

1. მზარეულები თევზს ჯერ ასუფთავებენ, აცლიან შიგნეულს, აშორებენ ფარფლებსა და ქერცლს, აჭრიან ფილეს, შემდეგ დაჭრილს ან დაუჭრელს მოამზადებენ.
2. თევზი ჯერ სუფთავდება, სცილდება შიგნეული, შორდება ფარფლები და ქერცლი, ეჭრება ფილე, შემდეგ იჭრება და მზადდება.

გ) ქვემოთ მოცემულ გმნებს შეუწყვეთ ნაცვალსახელები და გემოთ დააწერეთ – (S) (O)

ნიმუში:

	S	O
1.	{	ასუფთავებენ (ისინი მას).
2.		სუფთავდება (ის)

1. { აცლიან (. . . . .);
2. { სცილდება (. . . . .);

1. { აჭრიან (. . . . .);
2. { ეჭრება (. . . . .);

1. { აშორებს (. . . . .);
2. { შორდება (. . . . .);

1. { ჭრიან (. . . . .);
2. { იჭრება (. . . . .);

1. { მოამზადებს (. . . . .);
2. { მზადდება (. . . . .).

უპასუხეთ კითხვებს:



- დაწყვილებულ გმნებში რა სხვაობას ხედავთ?
- შემცირდა გმნის პირების რაოდენობა?
- გმნის რომელი პირი დაიკარგა წყვილების რიგით მე-2 გმნებში?
- დაწყვილებულ გმნებში მეორე გმნის S პირველი გმნის რომელი პირია S თუ O?

დავალება:

- გემოთ მოცემულ გმნებს შეუცვალეთ პირი, რიცხვი, დრო.
- შესრულებული დავალება ჯგუფში გააცანით ერთმანეთს, იმსჯელეთ და გააკეთეთ დასკვნები.

2.4. ერთხელ კიდევ წაიკითხეთ ტექსტი და უპასუხეთ კითხვებს:



- რომელი თევზით მომზადებული კერძი უყვარს ელენეს?
  - რას ანიჭებს უპირატესობას ირაკლი?
  - რა არის თევზის ქვირითი?
  - რომელი სახეობის თევზებისგან მზადდება ხიზილალა?
- რა არის სუში?
  - რა არის წყალმცენარე?



2.5. ისაუბრეთ წყვილებში:

**ნუცა:** ირაკლი, რას აკეთებ?

**ირაკლი:** ვერ ხედავ? თევზს ქერცლს ვაცლი. ელენეც აცლიდა, მაგრამ დაიღალა და ვერ გააცალა. ცოტა დარჩა, მალე გავაცლი.

**ნუცა:** მეც დაგეხმარები.

**ირაკლი:** არა, გმადლობ, მე თვითონ გავაცლი, თითქმის ყველა თევზს გავაცალე. ახლა შევწვავ, ნიგვზიან სოუსში ჩავაწყობ და შენც ჩემთან ერთად ისადილე.

**ნუცა:** შენს ნახელავზე უარს როგორ ვიტყვი?

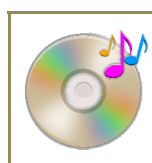
**ირაკლი:** ისეთ კერძს მოვამზადებ, თითებს ჩაიკვნეტ....

**ნუცა:** ...ოჰ, ოჰ, რა გემრიელია! ირაკლი, მართლა მაგარი ხარ!

უპასუხეთ კითხვებს:



- რას აკეთებს ირაკლი?
- რა შესთავაზა ირაკლის ნუცამ?
- რაზე დაითანხმა ირაკლიმ მეგობარი?
- რომელი წინადადება ადასტურებს ირაკლის შეთავაზებაზე მეგობრის თანხმობას?
- რას ნიშნავს „შენს ნახელავზე“?



2.6. მოისმინეთ დიალოგი:

მოისმინეთ დიალოგი: როგორ მოვამზადოთ იაპონური კერძი – სუში

2.7. გაეცანით ცხრილს. ის თქვენ დაგეხმარებათ ტექსტის გაგებაში.

როგორი?	როგორ?	საწყისი რა?	ზმნა (ახლანდელი დრო) რას შვრება?
ფრთხილი — ფხიზელი მჭიდრო — ერთმანეთთან ძალიან ახლოს დაკავშირებული ნაწილები	ფრთხილად მჭიდროდ	დამატება — რაიმეს მიმატება მორევა — აქ: ერთმანეთში არევა	ამატებს (ის მას მას) ემატება (ის მას) ურევს (ის მას) ირევა (ის) აფენს (ის მას)
თანაბარი — ერთი და იმავე ზომის	თანაბრად თხლად	დაფენა — აქ: გაშლა	იფინება (ის) ათავსებს (ის მას)
თხელი — მცირე სისქის		მოთავსება — აქ: დაწყობა განაწილება — აქ: მოთავსება	თავსდება (ის) ანაწილებს (ის მას) ნაწილდება (ის)

2.8. მოსმენილი ტექსტის მიხედვით, უპასუხეთ კითხვებს:



- რა ჰქვია იაპონურ კერძს, რომელსაც ელენე ამზადებს?
- რომელი ინგრედიენტებით მზადდება სუში?
- როგორი ბრინჯით მზადდება სუში?
- რა არის ნორის ფურცლები?
- რომელი თევზის ფილეს იყენებს ელენე?
- რა არის კრემ-ყველი?
- რომელი სახეობის ძმრით ჯობს სუშის მომზადება?

2.9. დაუკვირდით ერთი და იმავე მნიშვნელობის ზმნების ფორმაცვლილებებს ა და ბ ნაწილებში:

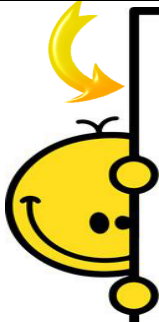
- ა) მზარეული ბრინჯს ამატებს ძმარს, აფენს ნორის ფურცლებს, მასზე ათავსებს ბრინჯს, კიტრს, ავოკადოს, ორაგულს და კრემ-ყველს. ბოლოს ფრთხილად და მჭიდროდ ახვევს და თანაბრად ჭრის.
- ბ) ბრინჯს ემატება ძმარი, იფინება ნორის ფურცლები, მასზე თავსდება ბრინჯი, კიტრი, ავოკადო, ორაგული და კრემ-ყველი. ბოლოს ფრთხილად და მჭიდროდ იხვევა და თანაბრად იჭრება.

უპასუხეთ კითხვებს:

- რას იწვევს ზმნების ფორმაცვლილება?
- ზმნების ფორმაცვლილება იწვევს თუ არა სახელების ფორმაცვლილებას?

2.10.

სასარგებლო რჩევები



როგორ შევარჩიოთ თევზი?

თევზის შეძენის დროს გაითვალისწინეთ რამდენიმე რჩევა: თევზი უნდა იყოს მკვრივი, თევზის თვალები — გამჭვირვალე და ამობურცული, ლაყუჩები კი — მოწითალო ფერის. თუ ქერცლი მბრწყინავი და პრიალაა, თევზს ადვილად სცილდება, ფხა კი იოლად არ შორდება, ასეთი თევზი ახალია.

ცოცხალი თევზის ყიდვის დროს შეარჩიეთ წყლის სიღრმეში და არა ზედაპირზე მცურავი თევზი.

გაყინული თევზის შეძენის დროს ყურადღება მიაქციეთ ყინულის ფენას. ის არ უნდა იყოს სქელი. სქელი ფენა შეიძლება იმის ნიშანია, რომ თევზი რამდენჯერმეა გაღობილი და გაყინული.

- უცნობი სიტყვების მნშვნელობა მოძებნეთ თარგმნით ლექსიკონში, ამოწერეთ ცალკე და დაიმახსოვრეთ.
- შეავსეთ ცხრილი ზემოთ მოცემული ტექსტის სიტყვებით (ყურადღება მიაქციეთ კითხვებს):

რა?	როგორი?	როგორ?	როდის?	სად?	ზმნები

2.11.

ეს საინფორმაციო

იაპონიაში დიდი პოპულარობით სარგებლობს შხამიანი თევზი ფუგუ. ის მსოფლიოში ყველაზე საშიში დელიკატესია.

ფუგუსგან კერძის მომზადების უფლება მხოლოდ სპეციალური სერთიფიკატის მქონე მზარეულებს აქვთ. ისინი ფუგუს დამუშავების ტექნიკას რამდენიმე წელი სწავლობენ და შემდეგ სპეციალურ გამოცდებს აბარებენ. მათ იციან, რომ ფუგუს ზოგიერთი ორგანო სასიკვდილოა და მისი დამუშავების დროს შხამიან ნაწილებს არ ეხებიან.

2.12. გადმოეცით ტექსტის მოკლე შინაარსი.



---

---

---

2.13. შეადგინეთ თევზის კერძის რეცეპტი – კალმახი ნიგვზის სატენით.

- ტექსტში გამოტოვებული ადგილები შეავსეთ შესაბამისი სიტყვებით:

კალმახის ფილეს ..... ფხები, ..... მარილი და პილპილი. ნიგვზი კარაქში ..... . ფილზე მოათავსეთ ..... ნიგვზი და გადაახვიეთ. შედგით 180 გრადუსზე ..... ღუმელში 15 წუთით. სუფრაზე მიტანის წინ ..... ლაიმის წვენი და ნარშარაბი (ბროწეულის სოუსი).	მოყარეთ გაცხელებულ მოშორეთ მოხალეთ მოასხით მოხალული
--	--

წერა

2.14. რომელი კერძებითა და დესერტით გაუმასპინძლებით მეგობრებს თქვენს დაბადების დღეზე?



---

---

---

---

---

---

სიბრძნის საგანძური

*„ერთი პურის გამოსაცხობი ფქვილიც რომ გქონდეს, მისი გამოცხობა მაინც მცხობელს მიახდევ“  
(თურქული).*

2.15. დაფიქრდით და უპასუხეთ, რა აზრია გადმოცემული ამ ბრძნულ ნათქვამში (იმჯველეთ წყვილებში)

---

---

გაიხსენეთ თქენი მშობლიური ენიდან მსგავსი შინაარსის ბრძნული გამონათქვამები.

### 3. ვეგეტარიანობა



#### 3.1. უპასუხეთ კითხვებს:



- ➔ რას ხედავთ ფოტოებზე?
- ➔ რა არის ცხოველური საკვები?
- ➔ რა არის მცენარეული საკვები?
- ➔ თქვენ რომელ საკვებს ანიჭებთ უპირატესობას?

#### 3.2. წაიკითხეთ ტექსტი.



ელენე და ირაკლი მალე მზარეულები იქნებიან. იციან, მათ მოეთხოვებათ ყველა გემოვნების თუ მოთხოვნილების მქონე სტუმრის გამასპინძლება. და-ძმა ყურადღებით ადევნებს თვალს კვების სფეროში მიმდინარე მოვლენებს.

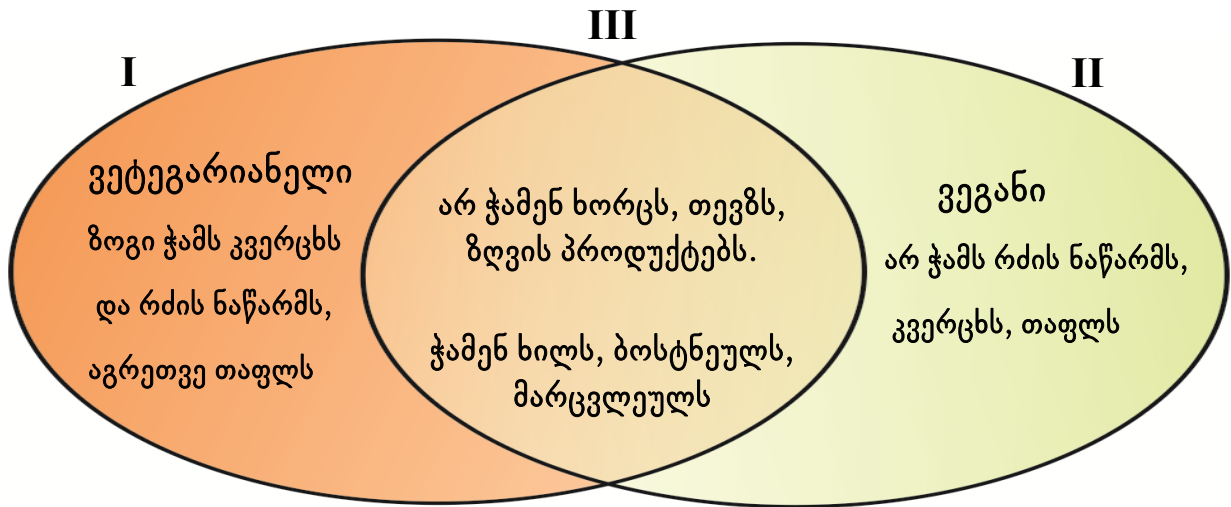
დღეს მსოფლიოში ფართოდ არის გავრცელებული ვეგეტარიანობა, რაც ცხოველურ საკვებზე უარის თქმას ნიშნავს. ვეგეტარიანული კვების საფუძველი ეკოლოგიური, ეკონომიკური, ეთიკური თუ რელიგიური შეხედულებებია.

ვეგეტარიანელები არ ჭამენ ხორცს, თევზსა და ზღვის პროდუქტებს. მხოლოდ ზოგიერთი ჭამს კვერცხს და რძის ნაწარმს.

ვეგეტარიანობის უფრო მკაცრი ფორმაა ვეგანობა. გარდა ხორცისა და თევზისა, არც ერთი ვეგანი არ ჭამს რძის პროდუქტებს, კვერცხს და თაფლსაც კი. ისინი იკვებებიან მხოლოდ მცენარეული საკვებით: ხილით, ბოსტნეულით, თხილეულით, მარცვლეულით, პარკოსნებით...

- რა განსხვავებული და რა საერთო სახეობის საკვები აქვთ ვეგეტარიანებსა და ვეგანებს?

3.3. დააკვირდით ქვემოთ მოცემულ დიაგრამას და დაიმახსოვრეთ ინფორმაცია. მას თქვენს საქმიანობაში გამოიყენებთ.



იმედია, სქემაში მოცემულ ინფორმაციას ყურადღებით გაეცანით. ახლა უპასუხეთ კითხვებს:

- რას ჭამენ ვეტეგარიანელები?
- რას ჭამენ ვეგანები?
- რა საერთო საკვები აქვთ ვეტეგარიანელებსა და ვეგანებს?



**ლექსიკონი**

- გემოვნება — სილამაზის, მშვენიერების განცდა.
- მოთხოვნილება — საჭიროება, ნდომა, სურვილი.
- სფერო — აქ: რაიმეს მოქმედების, გავრცელების არე.
- მოვლენა — შემთხვევა.
- საფუძველი — რასაც ეყრდნობა, ემყარება რამე.
- შეხედულება — თვალსაზრისი, აზრი.

**შ ე ს ი ტ ყ ვ ე ბ ე ბ ი :**

მიმდინარე მოვლენები  
 ეკოლოგიური }  
 ეკონომიკური } შეხედულება  
 რელიგიური }

სინონიმები
თვითონ = თავად
ზოგჯერ = ხანდახან, იშვიათად
ზოგი = ზოგიერთი

ანტონიმები
ზოგჯერ ≠ ყოველთვის
ზოგი ≠ ყველა



**ხატოვანი სიტყვა-თქმანი**

თვალის გადავლება	- გადათვალიერება, რამის ზერელედ გამიჯვნა.
თვალის დევნება	- თვალიერება.
თვალის გაყოლება	- დიდხანს ცქერა, მზერა, შეხედვა.
თვალში თვალის გაყრა	- თვალეში მოურიდებლად ცქერა, პირდაპირ ყურება.
ხელის შეწყობა	- დახმარება, შველა, თანაგრძნობა.
საგონებელში ჩავარდნა	- დიდი საფიქრალის გაჩენა.

**3.4. ა) დააკვირდით წინადადებებში „ნდომა“ ზმნის უღლებას:**

- მე მინდა, რომ გავაკეთო გობინაყი.
- შენ გინდა, რომ გააკეთო გობინაყი.
- მას უნდა, რომ გააკეთოს გობინაყი.

**უპასუხეთ კითხვებს:**



- სიტყვა რომ რამდენ წინადადებას აკავშირებს? \_\_\_\_\_.
- რომელია პირველი წინადადება? \_\_\_\_\_.
- რომელია მეორე წინადადება? \_\_\_\_\_.

**ბ) დააკვირდით წინადადებებში სიტყვას „უნდა“:**

- მე უნდა გავაკეთო გობინაყი.
- შენ უნდა გააკეთო გობინაყი.
- მან უნდა გააკეთოს გობინაყი.

**უპასუხეთ კითხვას:**

- რა შინაარსია გადმოცემული ამ წინადადებებით? \_\_\_\_\_.

ა) ბრძანება;      ბ) ვალდებულება;      გ) სურვილი.

**გ) დააკვირდით ქვემოთ მოცემულ წინადადებებს და გააკეთეთ დასკვნები:**

1. მას უნდა, რომ გააკეთოს გობინაყი = მას უნდა გობინაყის გაკეთება.
2. მან უნდა გააკეთოს გობინაყი.

- სიტყვა უნდა პირველ წინადადებაში ზმნა არის თუ დამხმარე სიტყვა?  
\_\_\_\_\_.
- სიტყვა უნდა მეორე წინადადებაში ზმნა არის თუ დამხმარე სიტყვა?  
\_\_\_\_\_.

**3.5. ისწავლოთ:**

რა?	როგორ?
ყურადღება	ყურადღებით
ინტერესი	ინტერესით
სიყვარული	სიყვარულით
ოსტატობა	ოსტატობით
დაკვირვება	დაკვირვებით

ინტერესით ადევნებს თვალს მიმდინარე მოვლენებს.  
 ყურადღებით ადევნებს თვალს მიმდინარე მოვლენებს.  
 დაკვირვებით ადევნებს თვალს მიმდინარე მოვლენებს.  
 და და ძმა <გატაცებით> აკეთებენ საქმეს.  
 და და ძმა <ოსტატობით>

3.6. ერთხელ კიდევ წაიკითხეთ ტექსტი და უპასუხეთ კითხვებს:



1. რა უნდა გაითვალისწინონ ელენემ და ირაკლიმ სტუმრის მიღების დროს?
2. რას ნიშნავს ვეგეტარიანელობა?
3. რა განსხვავებაა ვეგეტარიანელების კვებასა და ვეგანების კვებას შორის?
4. თქვენ ხართ ვეგეტარიანელი ან ვეგანი?



3.7. მოისმინეთ დიალოგი:


მზადება სტუმრებთან დასახვედრად

უპასუხეთ კითხვებს მოსმენილი ტექსტის მიხედვით:




- რომელი ქვეყნის სტუმრებს ელოდებიან სასწავლებელში?
- რატომ შეარჩიეს სტუმრებისთვის მხოლოდ ბოსტნეულის კერძები, შაქრიანი, ნიგვზიანი და ქიშმიშიანი დესერტი?
- რას იტყვით, რატომ ფიქრობს ქალბატონი ქეთევანი, რომ სტუმრები სადილით კმაყოფილები დარჩებიან?

3.8. ელენეს და ირაკლის მომზადებული მხალი — ნიგვზიანი ისპანახი — უგემრიელესია. ის ყველას ძალიან მოსწონს. და-ძმა გვთავაზობს რეცეპტს:



**ნიგვზიანი ისპანახის მხალი**



**ინგრედიენტები:**

<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 1 კგ. ისპანახი</li> <li>◆ 100 გრ. ნიგოზი</li> <li>◆ 1 კბილი ნიორი</li> <li>◆ 1/2 სუფრის კოვზი ძმარი</li> <li>◆ 1/2 ჩაის კოვზი ხმელი ქინძი</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 1/2 ჩაის კოვზი უცხო სუნელი</li> <li>◆ 1/2 ჩაის კოვზი ყვითელი ყვავილი</li> <li>◆ რამდენიმე ღერი ქინძი</li> <li>◆ მარილი და წიწაკა გემოვნებით</li> <li>◆ ბროწეულის მარცვლები — მოსართავად</li> </ul>
---	---

**მომზადების წესი:**

ისპანახი კარგად გავრეცხოთ, ჩავყაროთ ქვაბში და დავასხათ მდუღარე წყალი. რამდენიმე წუთი ვადულოთ. გათუთქული ისპანახი საწურზე გადავიტანოთ, გავაცივოთ, შემდეგ ხელით გავწუროთ და წვრილად დავკეპოთ.

ნიგოზი ხორცსაკეპ მანქანაში გავატაროთ ან ბლენდერით დაფუქვათ. დავამატოთ ნიორი, ძმარი და სანელებლები. ისპანახს შევურიოთ ნიგვზიანი მასა და კარგად ავზილოთ. მზა მხალი მოვრთოთ ბროწეულის მარცვლებით.

ასეთივე წესით შეგვიძლია მოვამზადოთ ჭარხლის ფოთლების ან პრასის მხალი.

3.9. ლექსიკონში მოძებნეთ ქვემოთ ჩამოთვლილი სიტყვების თარგმანი თქვენს მშობლიურ ენაზე:.

რა?	როგორი
გარეცხვა (რეცხავს ის მას) —	გარეცხილი -
ჩაყრა (ყრის ის მას) —	ჩაყრილი -
დასხმა (ასხამს ის მას) -	დასხმული -
ადუღება (ადუღებს ის მას) -	ადუღებული -
გაცივება (აცივებს ის მას) -	გაცივებული -
გაწურვა (წურავს ის მას) -	გაწურული -
გატარება (ატარებს ის მას) -	გატარებული -
დამატება (ამატებს ის მას) -	დამატებული -
შერევა (ურევს ის მას) -	შერეული -
აბელა (ბელს ის მას) -	აბელილი -
მორთვა (რთავს ის მას) -	მორთული -



3.10. ისაუბრეთ წყვილებში.

**ნუცა:** რამდენიმე დღეში ჩვენს ოჯახში სტუმარი ჩამოდის. ძალიან მიხარია, მაგრამ ვლალავ: ვეგეტარიანელია, ყველაფერს არ ჭამს და არ ვიცი, რომელი კერძი მოვამზადო.

**ელენე:** მაგაზე არ იდარდო, შესანიშნავი ვეგეტარიანული კერძები გვაქვს.

**ნუცა:** მაინც რომელი?

**ელენე:** აი, მაგალითად, მხალეული: ნიგვზითა და სანელებლებით შეზავებული გათუთქული ისპანახი, ჭარხლის ფოთლები, პრასი, შემწვარი ბადრიჯანი...

**ნუცა:** გამახსენდა! ნიგვზით შეზავებული მოწალული კომბოსტოს ფოთლებიც გავსინჯე და ძალიან მომეწონა.

**ელენე:** კი, სტაფილოსაც და ტკბილ წიწაკასაც ამზადებენ ნიგვზით.

**ნუცა:** მასწავლი ჭარხლის ფოთლებით მხლის მომზადებას? ჩემი ნახელავით მინდა, გავუ-მასპინძლდე სტუმარს. იქნებ მასთან ერთად მოვამზადო, უფრო სახალისო იქნება.

**ელენე:** აუცილებლად! ერთად უფრო ადვილად მოამზადებთ. შენ შეგიძლია ჭარხლის ფოთლები გათუთქო, ის კი გატარებულ ნიგოზს შეაბავებს. მჭადიც გამოაცხვეთ და უგემრიელესი სადილი გექნებათ. ახლა კი ინგრედიენტებს ჩამოგივლი და შენ თვითონ სცადე ამ კერძის მომზადება.

**ნუცა:** დესერტზე რას მეტყვი? ქართულ სამზარეულოში გვაქვს ვეგეტარიანული დესერტები?

**ელენე:** რამდენიც გინდა! მაგალითად, გოზინაყი, ჩურჩხელა, ხილის ღვებლები, ფუნთუშები... ვაშლის ღვებელი გამოაცხვე, ადვილად მოამზადებ, ცხოველური ცხიმი არ სჭირდება, **მზესუმზირის ზეთით** მზადდება. თუ გინდა, ახლა მე გამოვაცხობ, სხვა დროს კი შენ თვითონ გამოაცხვე.

**ნუცა:** კარგი, ელენე, შენი დახმარება ნამდვილად მჭირდება.

**ელენე:** ნუცა, იცი, მცენარე მზესუმზირას რატომ ჰქვია ეს სახელი? აბა, დააკვირდი, საითაც მზე გადაიხრება, მცენარე თავს იქით მიაბრუნებს ხოლმე. ასე აცოლებს ის მზერას მზეს — მზეს უმზერს, უჭვრეტს.

**ნუცა:** ააა, გავიგე, რატომ ჰქვია ამ მცენარეს მზესუმზირა!

### 3.11. უპასუხეთ კითხვებს:



- რატომ წუხს ნუცა?
- რა ურჩია ელენემ ნუცას?
- რომელი მხლის გაკეთება გადაწყვიტა ნუცამ?
- რომელი ინგრედიენტებით მზადდება ისპანახის მხალი?
- რა შეარჩიეს დესერტად გოგონებმა?
- რატომ ჰქვია მცენარეს “მზესუმზირა”?
- რას ამზადებენ მზესუმზირისგან?



3.12.

## ეს საინტერესოა

სხვადასხვა ქვეყანაში კვების კულტურის განსხვავებას იწვევს გეოგრაფიული მდებარეობა, ეკონომიკური დონე, ცხოვრების სტილი, საკვების მრავალფეროვნება, ტრადიციები...

საინტერესოა ის ფაქტი, რომ იაპონიაში სწრაფმა ეკონომიკურმა განვითარებამ, კვების პროდუქტების გამრავალფეროვნებამ და ზღვის პროდუქტების ჭარბად მოხმარებამ ხელი შეუწყო ადამიანების სიმაღლეში ზრდას, წონაში მატებას და სიცოცხლის გახანგრძლივებას.

კვლევებით დადასტურებულია, რომ ჩრდილოეთის მკაცრ ბუნებრივ-კლიმატურ პირობებში მცხოვრებ ხალხებს გარემოსადმი დამოკიდებულების მხოლოდ მათთვის დამახასიათებელი თვისებები აქვთ. მაგალითად, ფინელებმა საკვებად სოკოს გამოყენება მე-19 საუკუნის ბოლოს დაიწყეს. არადა, მათ ტყეებში უხვად იზრდება მრავალი სახის სოკო.

მკაცრ კლიმატურ პირობებში მცხოვრებლებს სწამდათ, რომ ადამიანმა არსებობის საშუალებები, მათ შორის საკვები, მძიმე შრომით და ბუნებასთან ბრძოლით უნდა მოიპოვოს. სოკო კი, ბუნების არაჩვეულებრივი საჩუქარი, ადვილად შეიძლება მოიპოვო, ამიტომ ის სიცოცხლისთვის აუცილებელ პროდუქტად არ ითვლებოდა.

## უპასუხეთ კითხვებს:



- რა იწვევს სხვადასხვა ქვეყანაში კვების კულტურის განსხვავებას?
- რამ შეუწყო ხელი იაპონიაში ადამიანების სიმაღლეში ზრდას, წონაში მატებას, სიცოცხლის გახანგრძლივებას?
- რატომ არ ჭამდნენ ადრე ფინელები სოკოს?
- თქვენ მიირთმევთ სოკოს? გიყვართ სოკოთი დამზადებული კერძები?

## პრეზენტაცია

## 3.13. როგორ მოვამზადებ ჭარხლის ფოთლებით ნიგვზიან მხალს

(გაითვალისწინეთ, ეს კერძი მზადდება ნიგვზიანი ისპანახის მსგავსად)

წერა

3.14. დაწერეთ, რომელ კერძს მოამზადებთ საუზმისთვის, სადილისა და ვახშმისთვის, თუ თქვენი სტუმარი ვეგეტარიანელია?



---

---

---

---

---

სიბრძნის საგანძური

„უსაქმური ჭამაში ფანქრთელია, საქმეში – აუღმყოფი“  
(სომხური).

„ისაღილე ზომიერად, ივასშე რიგიანად, იძინე საკმაოდ და  
იცოცხლებ ხანგრძლივად“  
(ფრანგული).

3.15. გამონათქვამების შინაარსი გადმოეცით თქვენი სიტყვებით:



---

---

---

---

**III თავი რძისა და პურპროდუქტების ტექნოლოგია. საკონდიტრო ნაწარმის დამზადების ტექნოლოგია**



**1. რძის პროდუქტების დამზადების ტექნოლოგია**

1.1.

- რას ხედავთ სურათებზე?
- ჩამოთვალეთ რძის პროდუქტები.
- კიდევ რძის რომელი პროდუქტები იცით?
- თქვენ რძის რომელი პროდუქტები გიყვართ?
- დღის რომელ დროს მიირთმევთ რძის პროდუქტებს?

1.2. წაიკითხეთ.



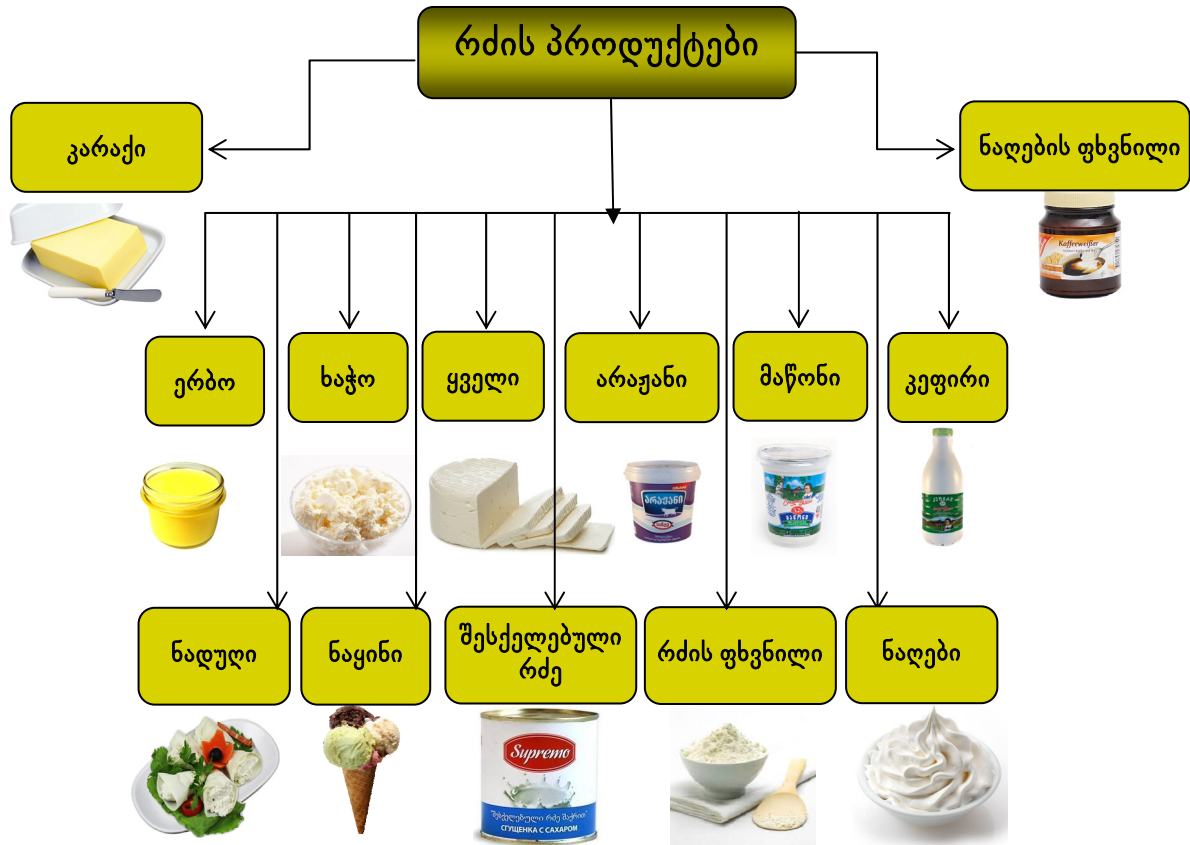
ირაკლი, გინდა ერთად წაიკითხოთ და ვისწავლოთ ახალი გაკვეთილი? საინტერესო თემაა. მე მიყვარს რძე და რძის პროდუქტები, შენ? — ოოო! მეც, განსაკუთრებით — ყველი და მაწონი.

კარგი, მაშინ დავიწყოთ...

რძით ადამიანი დაბადებიდანვე იკვებება. სასარგებლო თვისებების გამო ძველ ეგვიპტესა და საბერძნეთში რძეს **სამკურნალოდაც იყენებდნენ**.

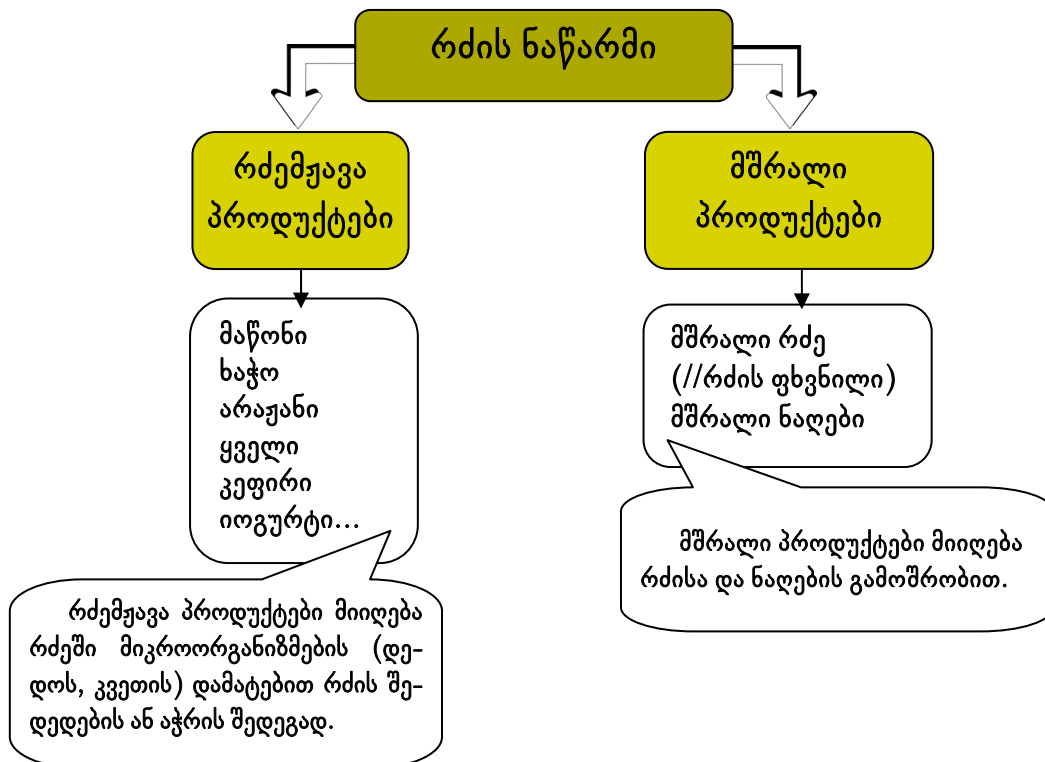
ყველაზე პოპულარული ძროხის რძეა. ის უამრავ სასარგებლო ნივთიერებას შეიცავს: ცილებს, ცხიმებს, ნახშირწყლებს, მინერალებს. რძეში დიდი რაოდენობითა არის მიკროელემენტები: კალციუმი, ფოსფორი, რკინა, მაგნიუმი. ყველა ეს ნივთიერება აუცილებელია ადამიანის ზრდისა და განვითარებისათვის.

საქართველოში, ძროხის რძის გარდა, იყენებენ კამეჩის, ცხვრის, თხის რძეს და მათ პროდუქტებს.



რძის და რძის პროდუქტების ხარისხი სანიტარული ნორმების დაცვასა და ცხოველების ჯანმრთელობაზე დამოკიდებულია. რძე მალფუჭებადი პროდუქტია. რძის გადამამუშავებელ საწარმოებში მკაცრად იცავენ წარმოებისა და შენახვის პირობებს.

რძისგან ან რძის კომპონენტებისგან მიღებულ პროდუქტს რძის ნაწარმი ეწოდება.



რძემჟავა პროდუქტებს სასიამოვნო გემო და სასარგებლო თვისებები აქვს. მსოფლიოში ასობითი სახის რძემჟავა პროდუქტი **იწარმოება**.

რძეში, სასარგებლო ნივთიერებებთან ერთად შეიძლება იყოს მავნე ბაქტერიებიც, მავნე ბაქტერიების დასახოცად რძეს **პასტერიზებას** ან **სტერილიზაციას უკეთებენ**. პასტერიზება შეიძლება იყოს ხანგრძლივი, ხანმოკლე ან მომენტალური.

გაეცანით რძის ზოგიერთი ნაწარმის ტექნოლოგიას:

საწარმოში **ნაღების კარაქის მისაღებად** რძეს **სეპარაციის** დანადგარში ასხამენ და ნაღებს აცალკევებენ. შემდეგ ხდება მისი პასტერიზება და გაცივება. ბოლოს ნაღებს **დღვებენ** და **აფასობენ**. დარჩენილ სითხეს **დო** ჰქვია. გაცხელებული დოსგან მიიღება კალციუმითა და ცილებით მდიდარი პროდუქტი — **ხაჭო**.

**ერბო** კარაქის **გადაღობით** მიღებული ცხიმია. მას ყვითელი ფერი და სპეციფიკური სუნი აქვს.

**ნაღები** რძის მაღალცხიმოვანი პროდუქტია. ის რძის ან რძის ნაწარმის სეპარაციით მიიღება.

**არაჟანი** რძის ნაღებისა და რძემჟავა ბაქტერიების დედოსგან მიღებული ნაწარმია.

**მაწვნის მოსამზადებლად** რძეს ათბობენ, ამატებენ ცოტა დედოს (მაწვნის დედას) და 4-5 საათი შეფუთულს აჩერებენ. შედეგებულ მაწონს მაცივარში ინახავენ.

**ყველი** მიიღება აჭრილი რძით. რძის აჭრა **პეპსინით** ან **მაჭიკის** წვენი (კვეთით) ხდება.

**გაეცანით ყველის დამზადების ტექნოლოგიას.**



**ლექსიკონი**

- საწარმო** — დაწესებულება, სადაც რაიმე იწარმოება, მზადდება.
- პასტერიზება** — საკვები პროდუქტების გაცხელება მავნე ბაქტერიების დასახოცად.
- სტერილიზაცია** (ასტერილებს ის მას) — რაიმეს მიკროორგანიზმებისგან გაწმენდა.
- სეპარაცია** — განცალკევება.
- წათხი** — მარილიანი წყალი //მარილწყალი.
- მაჭიკი** — საქონლის კუჭისგან მიღებული რძის შესადედებელი მასალა.

**კვეთი** — რითაც რძეს ადღებენ.  
**მიზანი** — რაც უნდა განახორციელონ, შეასრულონ.  
**წარმოება** (აწარმოებს ის მას) — რაიმეს დამზადება.  
**გადამუშავება** (ამუშავებს ის მას) — რაიმეს ხელახლა გადაკეთება.  
**ადღება** (დღეებს ის მას) — ნაღებისგან კარაქის მისაღებად ხელებით (ან სადღეებით) ნაღებიანი ჭურჭლის აქეთ-იქით ხშირი და სწრაფი მოძრაობა.  
**დაფასობა** (აფასობებს ის მას) — ნაწილ-ნაწილ აწონილი და შეფუთული მასალა.  
**დადნობა** (დნება ის) — მყარი ნივთიერების თხევადად გადაქცევა.  
**გადადნობა** (ადნობს ის მას) — ხელახლა დადნობა.  
**მოგროვება** (აგროვებს ის მას) — თავის მოყრა, შეკრება (აქ: ნაწილების).  
**დაწრეტა** (იწრეტება ის) — რაიმეს (მაგალითად ყველის) სითხისგან დაცლა.  
**დაპრესვა** (პრესავს ის მას) — მძიმე საგნით რაიმეს დაწოლით გასწორება.

შ ე ს ი ტ ყ ვ ე ბ ე ბ ი :	
გადამამუშავებელი საწარმო	პასტერიზებული რძე
სტერილური რძე	დაფასობული სურსათი
გადამდნარი კარაქი	დაწრეტილი ყველი
შედღებული რძე	აჭრილი რძე
მაჭიკის წვენი	რძის პასტერიზება

1.3. 1. დააკვირდით ხაზგასმულ გზნებს და გააკეთეთ დასკვნები:

როგორი?  
 ა) მზარეულმა მოხარშული ხორცი დაჭრა.  
 რა?  
 (მოხარშვა) მოხარშული = რაც უკვე მოხარშა (მოიხარშა).

როგორი?  
 ბ) მზარეულმა მოსახარში ხორცი დაჭრა.  
 მოსახარში = რაც უნდა მოხარშოს (მოიხარშოს).

2. დაფიქრდით, დაასრულეთ აზრი:

როგორი?  
 ა) მზარეულის მიერ მომზადებული კერძი გემრიელია.  
 რა?  
 (მომზადება) მომზადებული = რაც ..... (.....).

რომელი?  
 ბ) მზარეულმა კერძის მოსამზადებელი ხორცი დაჭრა.  
 მოსამზადებელი = რაც ..... (.....).

3. დააკვირდით, გაანალიზეთ და დაიმახსოვრეთ.

რისთვის?  
ეს ხორცი კარგია მოსახარშად.

რისთვის?  
ეს ხორცი კარგია წვნიანის მოსამზადებლად.

რისთვის? რა მიზნით? { მოსახარშად  
მოსამზადებლად

1.4. დააკვირდით ცხრილში სიტყვათა ფორმაცვლილებებს. დაიმახსოვრეთ ახალი ზმნები.

ა რა?	როგორი?		რისთვის?/ რა მიზნით?
	წარსული დრო -ულ, -ილ, ნა- მ-არ/მ-ალ	მომავალი დრო სა-ელ, სა-	
გადამუშავება	გადამუშავებული	გადასამუშავებელი	გადასამუშავებლად
შედდება	შედდებული	შესადედებელი	შესადედებლად
დაფასობა	დაფასობული	დასაფასობელი	დასაფასობლად
მოხარშვა	მოხარშული/ნახარში	მოსახარში	მოსახარშად
შენახვა	შენახული	შესანახი	შესანახად
გაყინვა	გაყინული/განაყინი	გასაყინი	გასაყინად
დაპრესვა	დაპრესილი/დანაპრესი	დასაპრესი	დასაპრესად
დაჭრა	დაჭრილი	დასაჭრელი	დასაჭრელად
გათლა	გათლილი/განათალი	გასათლელი	გასათლელად
შეწვა	შემწვარი/შენაწვავე	შესაწვავე	შესაწვავეად
გამოცხობა	გამომცხვარი	გამოსაცხობი	გამოსაცხობად
გამომშრობა	გამომშრალი	გასაშრობი	გასაშრობად

როგორი? რა? რისთვის? სად? რას შერებოან?

- გადასამუშავებელი პროდუქტი გადასამუშავებლად საწარმოში მიაქვთ.

როგორი? რა? რისთვის? სად? რა ქენით?

- გასაყინი პროდუქტი გასაყინად მაცივარში შეინახეთ!



როგორი? (უ-, უ-ელ)	როგორ? (უ-ად)
დაუმუშავებელი	დაუმუშავებლად
შეუდებელი	შეუდებლად
დაუფასოებელი	დაუფასოებლად
მოუხარშავი	მოუხარშავად
დაუპრესავი	დაუპრესავად
გაუთლელი	გაუთლელად
დაუჭრელი	დაუჭრელად

როგორი? რა? რისთვის? რა ვქენი?

- **მოხარშული** ხორცი სადილისთვის გამოვიყენე.

როგორი? რა? რისთვის? რაში? რა ვქენი?

- **მოსახარში** ხორცი **მოსახარშად** ქვაბში ჩავდე!

### 1.5. თითოეულ სიტყვას ზემოთ დააწერეთ კითხვები:

- .....? .....? .....? .....?
- შენახული პროდუქტი მაცივრიდან გამოიღეს.  
.....? .....? .....? .....?
- შესანახი პროდუქტი აქ დააწყვეთ!  
.....? .....? .....? .....? .....? .....
- დედამ დაუჭრელი მწვანილი გარეცხა და დასაჭრელად გაამზადა.

### 1.6. კიდევ ერთხელ წაიკითხეთ ტექსტი და უპასუხეთ კითხვებს:

- გარდა საკვებისა, ძველ ეგვიპტესა და საბერძნეთში რისთვის იყენებდნენ რძეს?
- რისთვის არის აუცილებელი რძეში შემავალი ნივთიერებები?
- რომელ დანადგარს იყენებენ კარაქის მისაღებად?
- რომელი პროდუქტებია რძემჟავა პროდუქტები?
- რომელი პროდუქტებია მშრალი პროდუქტები?
- რისგან მიიღება ხაჭო? ერბო?
- რა არის დო?
- რა ეტაპებისგან შედგება ყველის დამზადების პროცესი?

## 1.7. წაიკითხეთ.

**ელენე:** ირაკლი, სოფლიდან ბებო ჩამოვიდა და ნახე რამდენი რძე ჩამოიტანა?! რამე გავაკეთოთ, არ ამჟავდეს!

**ირაკლი:** მოდი მაწონი მოვამზადოთ, ცივ მაწონს რა სჯობს?! მაწვნის სახლში დამზადება რთული არ არის. მაწვნის კერძიც მოვამზადოთ.

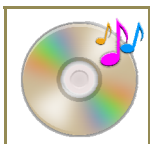
**ელენე:** მაწვნისანი ცომიც ხომ კეთდება? გადასარევია ხაჭაპურისთვის. იმერული ჭყინტი ყველიც გვაქვს, ისიც ბებომ ჩამოიტანა. მოკლედ, არაჩვეულებრივი ხაჭაპური გვექნება.

**ირაკლი:** მაშინ ასე მოვიქცეთ: ნაწილი რძით რამდენიმე ქილა მაწონი შევადედოთ, მაწვნით ცომი მოვზილოთ და ხაჭაპური გამოვაცხოთ.

**ელენე:** მაწვნის შეჭამანდიც კარგი იქნება. დარჩენილი რძისგან კი კაკაო ან ცხელი შოკოლადი მოვამზადოთ.

**ირაკლი:** კი, ბატონო! ელენე, შენ გემრიელ მაწვნის შეჭამანდს ამზადებ. დღეს მე მინდა მოვამზადო ეს კერძი. აბა, მითხარი, როგორ მზადდება?

**ელენე:** ამ კერძს ბებოს რეცეპტით ვამზადებ. აი, ჩემი რვეული — „კულინარიული რეცეპტები“, მოძებნე, აქ წერია.



## 1.8. მოისმინეთ დიალოგი:

## სემინარზე

### უპასუხეთ კითხვებს:



- საშიშია თუ არა ობიანი ყველი?
- რა სახელი აქვს საქართველოში ობიან ყველს?
- როგორ მზადდება დამბალხაჭო?
- რა ჰქვია დამბალხაჭოსგან მომზადებულ კერძს?
- როგორ მზადდება ხაჭოერბო?

1.9.



გებულის მომზადება

მაგიდაზე აწყვია ყველი და პიტნა.

**ნურანი:** საინტერესოა, ნეტავ რა უნდა მოვამზადოთ?

**ლექტორი:** დღეს მოვამზადებთ ცნობილ ქართულ კერძს — გებულის. ყველი და პიტნა მისი აუცილებელი ინგრედიენტებია. გაითვალისწინეთ, ყველი ან სულგუნი ჭყინტი უნდა იყოს. ყველი კუბიკებად დაჭრათ ან თხელ ნაჭრებად დავთალოთ. ირაკლი, შეგიძლია დამეხმარო ყველის დაჭრაში?

**ირაკლი:** რა თქმა უნდა, ქალბატონო ქეთევან!

**ლექტორი:** ყველის ნაჭრები ცხელ რძეში უნდა გადავზილოთ. ამიტომ ახლა ქვაბი ცეცხლზე დავდგათ. ელენე, მანამდე შენც შეგიძლია დაგვეხმარო. პიტნა ძალიან წვრილად დაჭერი ან ბლენდერში დააქუცმაცე ცოტა წიწაკასა და მარილთან ერთად.

**ელენე:** ახლავე!

**ირაკლი:** ყველი უკვე დარბილდა და კარგად იწელება. ახლა რა ვქნა?

**ლექტორი:** ახლა ყველის მასა უნდა ამოიღო და თხელ ფენად გააბრტყელო. ქვაბში დარჩენილი სითხე არ გადაღვარო, სოუსის მოსამზადებლად დაგვჭირდება.

**ირაკლი:** ცხელია, ხელი მეწვება!

**ლექტორი:** ყველი რომ გაცივდება, მერე ვეღარ გავაბრტყელებთ. ასე რომ, სწრაფად უნდა იმუშაოთ. შეგიძლია, საგლინველი გამოიყენო.

**ელენე:** პიტნა, წიწაკა და მარილი ბლენდერში უკვე ავურიე. ისეთი სასიამოვნო სუნი და ხასხასა მწვანე ფერი აქვს!..

**ირაკლი:** ყველის ფენაც მზადაა, გაბრტყელება ძნელი არ ყოფილა.

**ლექტორი:** ახლა პიტნიანი მასის ნაწილი თხლად უნდა გადავუსვათ ყველის ფენას. გოგონებო, თქვენც დაგვეხმარეთ, ცივს ფორმას ვერ მივცემთ. დიანა, ყველის ფენა რულეტივით სწრაფად გადაახვიე! ლეილა, რულეტი დანით საშუალო ზომის ნაჭრებად დაჭერი და სოუსში ჩააწყვე!

**ელვინი:** სოუსი როგორ მზადდება?

**ლექტორი:** მორჩენილ სითხეს დავამატებთ პიტნისა და წიწაკის ნაზავს და მზად არის. ზოგი ამ სითხეს ნადუღს, არაჟანს ან მაწონს ამატებს, ზოგი კი წიწაკის გარეშე ამზადებს. ახლა კი შეგახსენებთ ინგრედიენტებს და კერძი დამოუკიდებლად თქვენ თვითონ მოამზადეთ.

**გეგმული ინტერვიუს საჭირო ინგრედიენტები:**

- 500 გრ. ჭყინტი ყველი ან სულგუნი
- 500 მლ. რძე
- 1 კონა პიტნა
- 1 მწარე მწვანე წიწაკა

- ამოწერეთ ლექსიკონიდან თქვენთვის უცნობი სიტყვები და დაიმახსოვრეთ.

**1.10. იცით, თუ არა, ტყეში...**

- ადამიანმა ყველის დამზადება ჩვენს წელთაღრიცხვამდე 7 000 წლის წინ დაიწყო
- იტალიური ყველი მოცარელა მხოლოდ კამენის რძისგან მზადდება.
- მსოფლიოში ყველაზე ძვირად ფასობს ვირის რძე და მისგან დამზადებული ყველი.
- საფრანგეში 1 000-მდე სახეობის ყველს ამზადებენ.

**1.11. სასაბუნებისმეტყველო ტრეკები**



- კარგი ხარისხის რძე ძალიან თეთრია, წყლიანი კი — თხელი და მოლურჯო ფერის.
- დაიწვეთეთ რძის წვეთი ფრჩხილზე. თუ რძე ფრჩხილზე გაჩერდა, მაშასადამე, რძე კარგი ხარისხისაა.
- რძის ასადულებლად და შესანახად არ გამოიყენოთ ალუმინის ჭურჭელი.
- ჭურჭელს რძის ჩასხმამდე ცივი წყალი გამოავლეთ და ადუღებული რძე ჭურჭლიდან არ გადმოვა.

**1.12. ეს საინტერესოა**

**როგორ გაჩნდა პიტნა**

მცენარე პიტნა არომატითა და სამკურნალო თვისებებით გამოირჩევა. ბერძნული მითის თანახმად, მიწისქვეშა სამეფოს მბრძანებელ ჰადესს ეჭვიანი ცოლი ჰყავდა. მან ქმარს ღალატი არ აპატიო და მისი საყვარელი მინთა ბალის მცენარედ გადააქცია. ასე შეიქმნა პიტნა (ბევრ ენაში მას მინთა, მინთე, მინთ ჰქვია).

პრეზენტაცია

1.13. ჩვენი რეგიონისთვის დამახასიათებელი რძის პროდუქტები, კერძები და მათი მომზადების ტექნოლოგია

წერა

1.14. თუ მაცივარში მხოლოდ რძე, კვერცხი და მაწონი გაქვთ, რას მოამზადებთ?



---

---

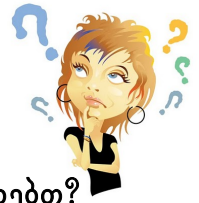
---

---

---

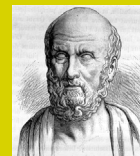
---

---



სიბრძნის საგანძური

*„რძე სიცოცხლის წვენი და თეთრი სისხლია“  
(პიპოკრატე).*



1.15. იმჯელეთ, რა გადატანითი მნიშვნელობა აქვს გამონათქვამებს:

„სიცოცხლის წვენი“, „თეთრი სისხლი“

**2. პურისა და პურპროდუქტების ტექნოლოგია**

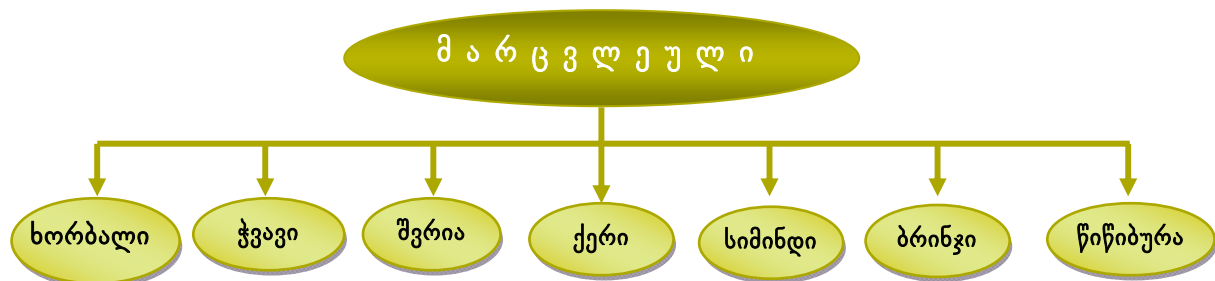


2.1. ● რომელ პროდუქტებს ხედავთ სურათზე?

2.2. წაიკითხეთ.

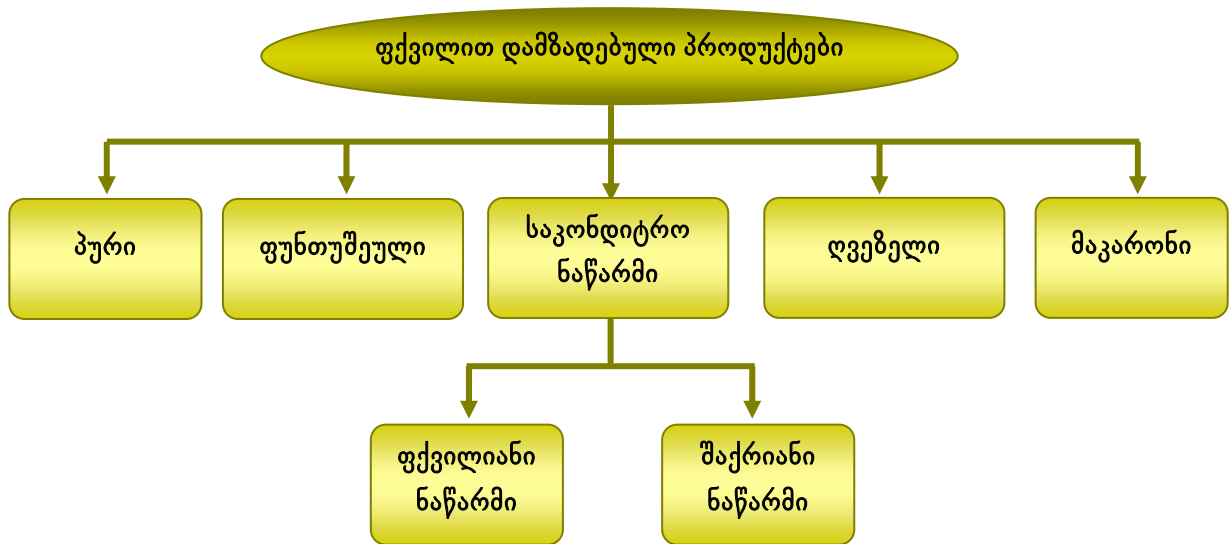


პურს საკვებად ადამიანი უძველესი დროიდან იყენებს. მასზე დღესაც დიდი მოთხოვნილებაა. ის მზადდება მარცვლეულის დაფქული ფქვილისგან.



ყველაზე დიდი მოთხოვნილება ხორბლის ფქვილზეა. არქეოლოგიური გათხრებითა და სამეცნიერო კვლევებით დასტურდება, რომ საქართველო ხორბლის კულტურის ერთ-ერთი უძველესი ქვეყანაა. ქართული ხორბლის ჯიშებია: დიკა, თავთუხი, იფელი, დოლის პური და სხვ.

ხორბლის ჯიშები ორი სახისაა: მაგარი და რბილი. მაგარი სახეობის ჯიშებისგან მიღებული ფქვილი გამოიყენება მაკარონის, რბილი სახეობების ფქვილი კი პურ-ფუნთუშეულისა და საკონდიტრო ნაწარმის დასამზადებლად. ფქვილით მზადდება სხვადასხვა სახის პროდუქტი.



პურის გამოსაცხობად იყენებენ ხორბლის, ჭვავის ან შერეულ ფქვილს, მაგალითად, ხორბლისა და ჭვავის ნაზავს. ჭვავის ფქვილი უფრო მდიდარია ცილებითა და ნახშირწყლებით, ვიდრე ხორბლის ფქვილი.

ხორბლის ფქვილი, დაფქვის ხარისხის მიხედვით, რამდენიმე სახისაა: ექსტრა, უმაღლესი ხარისხის, გამტკიცული, პირველი ხარისხის, მეორე ხარისხისა და ცეხვილი ფქვილი. ცეხვილი ფქვილი ხორბლის მარცვლის მსხვილად დაფქული ფქვილია.

პურის გამოცხობის დროს ფქვილს ამდიდრებენ დანამატებით — მიკროელემენტებითა და ვიტამინებით. ამ პროცესს ფორტიფიკაცია (გამდიდრება) ეწოდება.

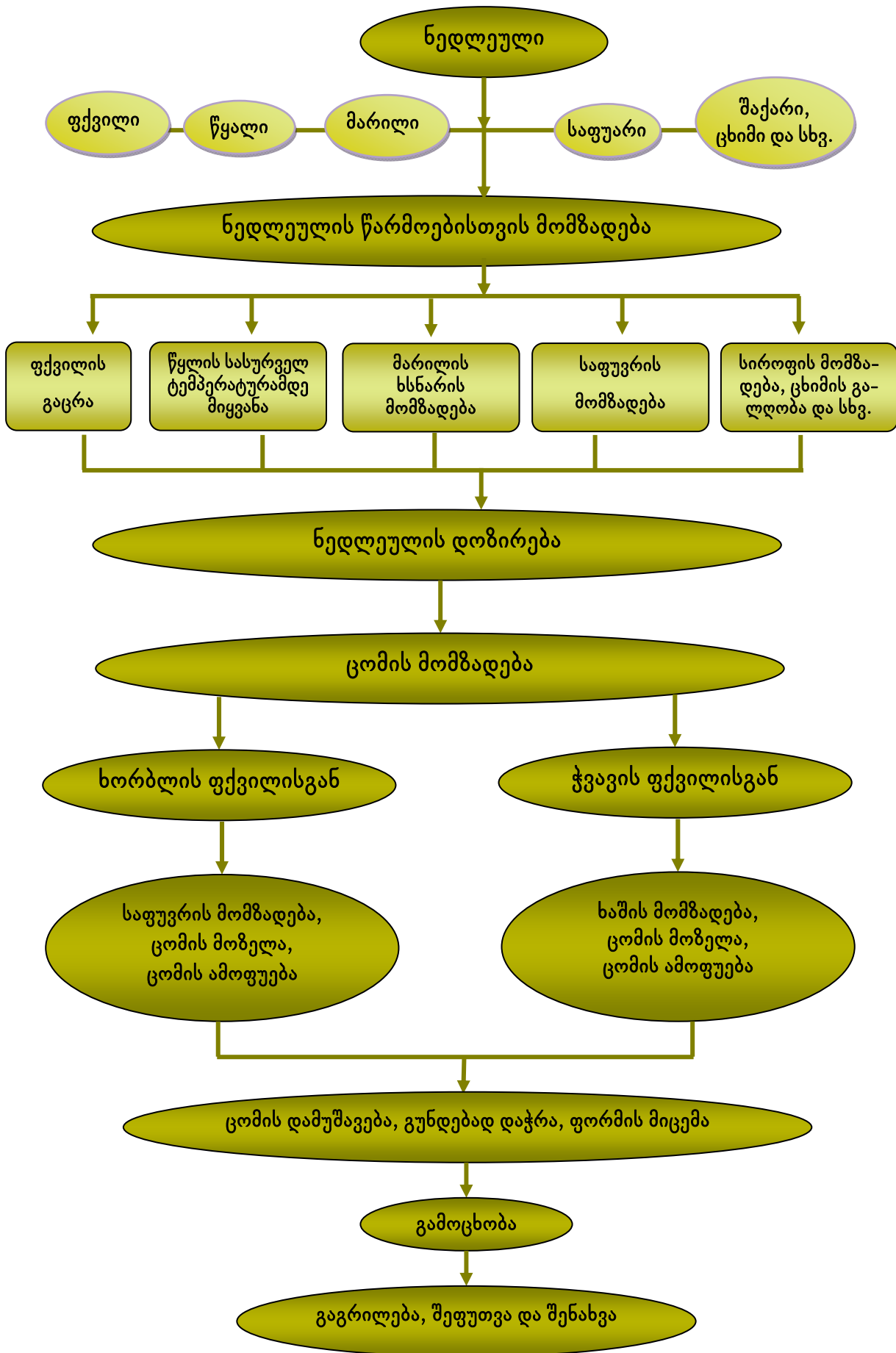
პური, ძირითადად, ორნაირად ცხვება: საფუვრით და საფუვრის გარეშე. ძველ დროში ცომის ასაფუებლად, ტრადიციულად, გამოიყენებოდა ხაში (სპეციალურად დამზადებული ცომის საფუარი). დღეს ქარხნები უფრო მეტად მზა საფუარს იყენებენ. ზოგი მეწარმე ცდილობს, აღადგინოს პურის ცხობის ძველი ტექნოლოგია ხაშის გამოყენებით.

საინტერესოა პურის ხაშის მომზადების პროცესი: ახლად გაღვივებულ ხორბალს ჭყლეტენ, ამატებენ მარილს, ცოტა ფქვილს და ამჟავებენ. ხაში ჯანსაღი პროდუქტია. ის მზა საფუარს სჯობს.

საქართველოში პურს, ძირითადად, ქარხნული წესით და ტრადიციული წესით თონეში აცხობენ. თონე თიხისგან დამზადებული მრგვალი ფორმის საცხობი მოწყობილობაა. მასში გამომცხვარ ლავაშსა თუ შოთის პურს განსაკუთრებული ფორმა, გემო და სურნელი აქვს.

ქარხანაში გამომცხვარი პური განსხვავებულად იწარმოება.

**გაეცანით პურის ქარხნული წესით დამზადების სქემას:**





## ლექსიკონი

- ფქვილი** — დაფქული მარცვლეულისგან მიღებული პროდუქტი.
- ნედლეული** — ნედლი (დაუმუშავებელი) მასალა, რაიმე პროდუქციის დასამზადებლად.
- მოთხოვნილება** — საჭიროება, ნდომა.
- საფუარი** — მიკროსკოპული სოკოებისგან მიღებული ნივთიერება, რომელიც იწვევს აფუებას. ცომის ზემოთ ამოსვლა.
- ხაში** — იგივე საფუარი, მჟავე ცომი.
- ჯიში** — გვარი, მოდგმა.
- ფუნთუშა** — ტკბილი პური.
- საკონდიტრო ნაწარმი** — ტკბილეული.
- ყალიბი** — რაიმეს ფორმა, მაგ., პურის, რაშიც ცხვება პური.
- დუმელი** — მოწყობილობა, რომელშიც აცხობენ რამეს.
- ცეხვილი, დაცეხვილი** — მსხვილად დაფქული მარცვლეული.
- გამტკიცული** — წვრილად გაცრილი ფქვილი.
- შერეული** — აქ: სხვადასხვა სახეობის ერთმანეთში არეული ფქვილი.
- ნაზავი** — ერთმანეთთან შერეული სხვადასხვა ნივთიერება.
- დამატება** (ამატებს ის მას მას) — შევსება.
- აფუება** (აფუებს ის მას) — ცომის გაღვივება, რბილი ცომის ზემოთ ამოწევა.
- მოზელა** (ზელს ის მას) — აქ: სითხეში (წყალში) ფქვილის შერევით ცომის მიღება.
- დაგუნდავება** (აგუნდავებს ის მას) — ბურთივით დამრგვალება.
- დაყოვნება** (აყოვნებს ის მას) — დროის გახანგრძლივება, შეჩერება.
- ჭყლეთა** (ჭყლეთს ის მას) — რამის ძლიერი დაჭერით სრესა.
- დადასტურება** (ადასტურებს ის მას) — დამტკიცება.

### შ ე ს ი ტ ყ ვ ე ბ ე ბ ი :

გამომცხვარი პური  
 გამოიყენება ასაფუებლად  
 საკონდიტრო ნაწარმი  
 ტრადიციული წესით

### სინონიმები

მერე = შემდეგ, შემდგომ, მომავალში  
 ისევ = კვლავ, კიდევ



გაიმეორეთ თანდებულები

...ის/ს	-თვის	სტუდენტისთვის	კერძისთვის
	-გან	მეგობრისგან	ფქვილისგან
	-კენ	ირაკლისკენ	სასწავლებლისკენ
	გამო	მეგობრის გამო	დაგვიანების გამო
	მიერ	მეგობრის მიერ	საკვების მიერ
	შესახებ	მეგობრის შესახებ	კულინარიის შესახებ
	მიხედვით		რეცეპტის მიხედვით
	მიმართ	სტუმრის მიმართ	საკვების მიმართ
	გარდა	მასპინძლის გარდა	სოკოს გარდა

2.3. დაუკვირდით, გაანალიზეთ და დაიმახსოვრეთ, როგორ შეიძლება გადმოიცეს ერთი და იმავე შინაარსის წინადადებები:

უფრო ..... ვიდრე	<p>ხაშისგან პურის მომზადების ტექნოლოგია საფუვრით პურის მომზადების ტექნოლოგიაზე უფრო ძველია =</p> <p>= ხაშისგან პურის მომზადების ტექნოლოგია უფრო ძველია, ვიდრე საფუვრისგან პურის მომზადება.</p>
არა მარტო ..... არამედ	
	<p>ფქვილისგან ამზადებენ პურს და სხვა პროდუქტებსაც =</p> <p>= ფქვილისგან არა მარტო პურს, არამედ სხვა პროდუქტებსაც ამზადებენ.</p>

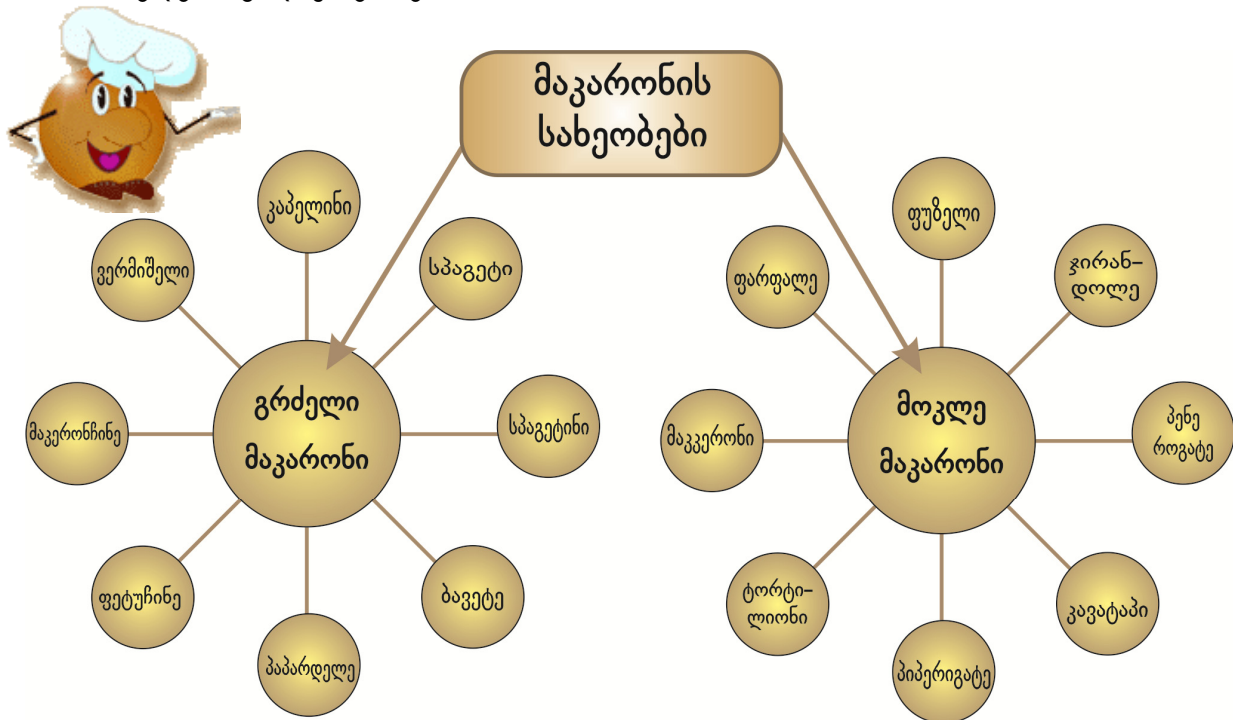
2.4. ერთხელ კიდევ წაიკითხეთ ტექსტი და უპასუხეთ კითხვებს:

-  • რისგან ამზადებენ პურს?
-  • რით დასტურდება, რომ საქართველო პურის კულტურის უძველესი ქვეყანაა?
- რა არის საფუარი?
- როგორ მზადდება პურის ხაში?

 2.5. მოისმინეთ: ინტერვიუ კვების ტექნოლოგთან



მაკარონი, ფორმის მიხედვით, რამდენიმე სახეობის არსებობს. აი, როგორ გამოითქმის მათი სახელები იტალიურ ენაზე.



2.8. უპასუხეთ კითხვებს:



- რომელ ქვეყანაში დაიწყო პირველად მაკარონის წარმოება?
- რა ჰქვია სხვანაირად მაკარონს?
- რომელი ტექნოლოგიური პროცესებით განსხვავდება მაკარონის წარმოება პურის წარმოებისაგან?



2.9. წაიკითხეთ ტექსტი, გაინაწილეთ როლები და ისაუბრეთ.

მასწავლებლებმა კულინარიული სასწავლებლის სტუდენტები მაკარონის კერძების დამზადების ტექნოლოგიის გასაცნობად იტალიურ რესტორანში წაიყვანეს.

რესტორნის შეფ-მზარეულმა ელენე და ირაკლი სამზარეულოში შეიყვანა და კერძის მომზადებაში დახმარება სთხოვა. და-ძმას ძალიან გაუხარდა.

**ელენე:** დიდი სიამოვნებით დაგეხმარებით. ეს ჩვენთვის საინტერესო გამოცდილება იქნება.

**ირაკლი:** რა კერძი უნდა მოვამზადოთ?

**შეფ-მზარეული:** სპაგეტი კარბონარა. ჯერ სანიტარული ნორმები უნდა დავიცვათ: საგულდაგულოდ დავიბანოთ ხელები და ჩავიცვათ სპეციალური ტანსაცმელი.

**ელენე:** მე უკვე მზად ვარ. რას დამავალებთ, რით დავიწყო?

**შეფ-მზარეული:** ელენე, შენ მაკარონი მოხარშე. აიღე დიდი ქვაბი, ჩაასხი 2 ლიტრი წყალი და ასადუღებლად დადგი ღუმელზე. წყალს დაუმატე ნახევარი ჩ.კ. მარილი და 2 ჩ/კ. ზეთუნის ზეთი. ადუღებულ წყალში ჩაყარე 400 გრამი სპაგეტი.

**ირაკლი:** მე რა გავაკეთო?

**შეფ-მზარეული:** შენ სოუსი მოამზადე! აიღე 4 ცალი კვერცხი. კვერცხის ცილა და გული განაცალკევე. კვერცხის გულები თასში მოათავსე და ათქვიფე, ცილა არ დაგვჭირდება. ათქვიფილ გულებს დაამატე 100 გრ. ყველი „პარმეზანი“, 300 მლ. ნაღები და კარგად აურიე.

**ელენე:** წყალი ადუღდა და სპაგეტი უკვე ჩაყვარე. რამდენი ხანი სჭირდება სპაგეტის მოხარშვას?

**შეფ-მზარეული:** 7–8 წუთი. ზოგჯერ კოვზით ამოურიე, ერთმანეთს არ მიეწებოს.

**ირაკლი:** ახლა რა გავაკეთო?

**შეფ-მზარეული:** შენ 250 გრ. ბეკონი დაჭერი. ელენე, შენ კი სპაგეტი **საწურზე** გადაიტანე. გაცხელებულ ტაფაზე დაასხი 2 ს/კ. ზეთუნის ზეთი, ზედ **დაყარე** დაწურული სპაგეტი და ბეკონთან ერთად **მოხრაკე**. ცოტა ხანში **დაამატე** კვერცხის, ნაღების და ყველის სოუსი. კარგად ამოურიე, 1–2 წუთი ადუღე და გამორთე გაბი.

**ელენე:** სუფრაზე როგორ მივიტანო?

**შეფ-მზარეული:** გადმოიღე თეფშებზე და მოაყარე დაჭრილი ოხრახუში. კერძი **საჭმელად** მზადაა.

**უპასუხეთ კითხვებს:**



- სად წაიყვანეს მასწავლებლებმა კულინარიული სასწავლებლის სტუდენტები?
- რომელი კერძის მომზადებაში დაეხმარა და-ძმა მზარეულს?
- რა ინგრედიენტები სჭირდება **კარბონარას** მომზადებას?

**2.10. წაიკითხეთ.**

**ფუნთუშები და ღვეზლები**



ფქვილისგან, გარდა პურისა და მაკარონისა, ფუნთუშებს, სხვადასხვა ნამცხვარსა და ღვეზლებსაც ამზადებენ. ფუნთუშებისა და ღვეზლების ცომის მოსამზადებლად ფქვილს ამატებენ სხვადასხვა ინგრედიენტს: კვერცხს, კარაქს, რძეს და სხვ. ფუნთუშების **გულსართი** ტკბილია.

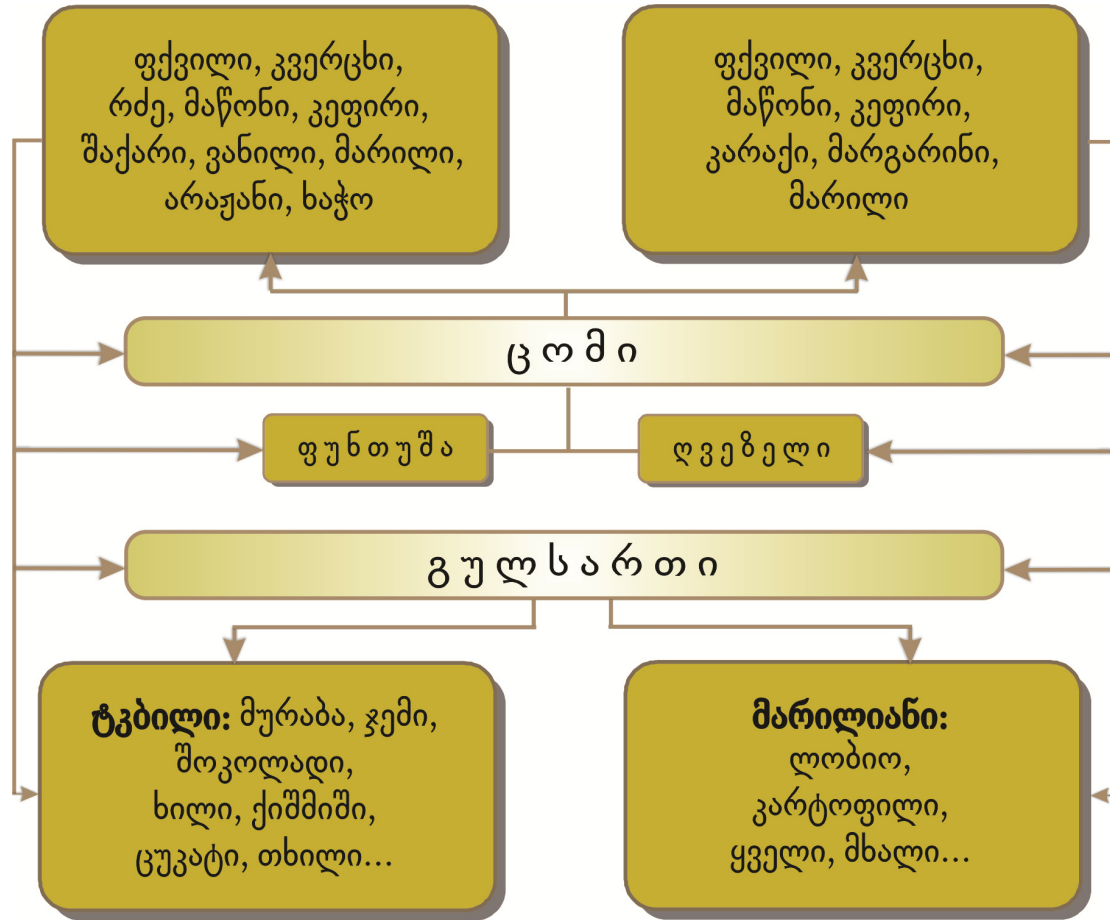
საქართველოში განსაკუთრებით პოპულარულია ყველის გულსართიანი ღვეზელი — ხაჭაპური, ლობიოს გულსართიანი — ლობიანი, სხვადასხვა მხლის გულსართიანი — მხლოვანი და ჭახრაკინა, ყველისა და კარტოფილის გულსართიანი — ხაბიზგინა და სხვ.

ქართული სამზარეულო მრავალფეროვანი ხაჭაპურით გამოირჩევა. **იმერული, მეგრული, აჭარული, გურული** ღვეზელი, **აჩმა...**

იმერული ხაჭაპური თხელია. ის საფუვრიანი ცომითა და იმერული ყველის გულსართით მზადდება. მეგრულ ხაჭაპურს ზემოდან გახეხილ სულგუნს ან სულგუნის ფირფიტებს ადებენ. აჭარული ხაჭაპური ღია, ნავის ფორმისაა, რომელსაც მომზადების ბოლო ეტაპზე კვერცხსა და კარაქს ამატებენ. აჩმა საკმაოდ რთული მოსამზადებელია. მისი ცომის ფენები ჯერ იხარშება, შემდეგ კი ყველთან ერთად ცხვება. გურიაში საშობაოდ აცხობენ ნახევარმთვარის ფორმის ღვეზლებს. მისი გულსართი ყველისა და მაგრად მოხარშული კვერცხისგან მზადდება.



გაეცანით ფუნთუშებისა და ღვებლების ცომის მომზადების ტექნოლოგიას.



**ლექსიკონი**

**გულსართი** — ნამცხვრის, ღვებლის შიგნით მოთავსებული რაიმე პროდუქტი (მაგ., ხაჭაპურში მოთავსებული ყველი).

**მხლოვანი** — მხლიანი ღვებელი.

**ხაბიზგინა** — ღვებელი ყველიანი და კარტოფილიანი გულსართით.

**წარმომავლობის (სადაურობის) მაწარმოებელი აფიქსები**

გ  
ა  
ი  
ს  
ს  
ა  
ნ  
ა  
ფ

სადაური?	ვინ?	სადაური?	რა?
იმერელი	ადამიანი	იმერული	კერძი
მეგრელი		მეგრული	
კახელი		კახური	
ქართლელი		ქართლური	
რაჭველი		რაჭული	
აზერბაიჯანელი		აზერბაიჯანული	
სომეხი (Ø)		სომხური	
იტალიელი		იტალიური	

- ვინ?                      რა?
- \* მაგრამ: გურული ადამიანი, გურული ღვებელი
  - ვისი სადაურობის მაწარმოებელია -ელ აფიქსი?
  - რისი სადაურობის მაწარმოებელია -ულ, -ურ, აფიქსები?

უპასუხეთ კითხვებს:



- რას ამზადებენ პურის ფქვილისგან?
- რას ნიშნავს გულსართიანი ღვებელი?
- რომელი გულსართიანი ღვებლებია პოპულარული საქართველოში?

**2.11. 1. დააკვირდით წინადადებების აგებულებას:**

- ა) დედამ ხარისხიანი პროდუქტი იყიდა.
- ბ) (ის) პროდუქტი, დედამ **რომ** იყიდა, ხარისხიანია.
- გ) დედამ **რომ** იყიდა, ის პროდუქტი ხარისხიანია.

უპასუხეთ კითხვებს:



- როგორი პროდუქტი იყიდა დედამ? .....
- რომელია ხარისხიანი პროდუქტი? (ის).....
- **რომ** კავშირმა რამდენი წინადადება დააკავშირა?.....
- რომელია ეს წინადადებები? 1. .... 2. ....

**2. წაიკითხეთ.**

- პროდუქტი, რომელიც დედამ იყიდა, ხარისხიანია.

დაასრულეთ წინადადება:

- დედამ იყიდა პროდუქტი, რომელიც.....

უპასუხეთ კითხვებს:

- რომელი პროდუქტია ხარისხიანი? რომელიც .....
- კავშირმა **რომელიც** რამდენი წინადადება დააკავშირა? .....
- რომელია ეს წინადადებები? 1. .... 2. ....

**3. დააკვირდით წინადადებებს და გააანალიზეთ.**

- ა) ბების გამომცხვარი ხაჭაპურით ნიკა მეგობრებს გაუმასპინძლდა.

უპასუხეთ კითხვას:

- ვისი გამომცხვარი ხაჭაპურით გაუმასპინძლდა ნიკა მეგობრებს?  
.....

- ბ) ხაჭაპურით, ბებია **რომ** გამოაცხო, ნიკა მეგობრებს გაუმასპინძლდა.

- რომელი ხაჭაპურით გაუმასპინძლდა ნიკა მეგობრებს?  
იმ ხაჭაპურით, ბებია **რომ** .....

- გ) ხაჭაპურით, **რომელიც** ბებია გამოაცხო, ნიკა მეგობრებს გაუმასპინძლდა.

- რომელი ხაჭაპურით გაუმასპინძლდა ნიკა მეგობრებს?  
**რომელიც** .....

დაფიქრდით და უპასუხეთ:

- წინადადებები, რომლებიც ერთმანეთს უკავშირდება **რომ** და **რომელიც** კავშირებით, ერთი და იმავე შინაარსის არის თუ — არა? .....

2.12. იცით თუ არა, რამ...  


ფქვილი, სხვა ნივთიერებებთან ერთად, შეიცავს გლუტენს. ის ზოგიერთი ადამიანის ჯანმრთელობისთვის საზიანოა. არსებობს უგლუტენო ფქვილიც, რომელიც მიიღება ბრინჯის, სიმინდის, წიწიბურას ფქვილების შერევით.

2.13. სასაბავშვო ტიფინი



- თუ შეფუთულ პურს აწერია, რომ მისი შენახვის ვადა 7-14 დღეა, ასეთ პურს აუცილებლად ექნება დამატებული ქიმიური კონსერვანტები.
- გაითვალისწინეთ, თეთრი პური მალე ობდება. შეინახეთ ის ოთახის ტემპერატურაზე თავდახურულ ფაიფურის ჭურჭელში და არ დაობდება.
- მეცნიერებმა და დიეტოლოგებმა დაადგინეს, რომ პურის მიღება ზოგიერთ პროდუქტთან ერთად საზიანოა ორგანიზმისთვის და გვირჩევენ: უმჯობესია, თუ ცხიმოვანი კერძებს ჭვავის პურთან ერთად მიირთმევთ. არ ჭამოთ პური ხილთან და ტკბილეულთან (მაგ., მურაბასთან) ერთად, რადგან ეს გამოიწვევს შებერილობას და, შესაბამისად, დისკომფორტს.
- პური შეიცავს ნახშირწყლებს და სახამებელს. ნუ მიირთმევთ მას ამავე შემადგენლობის სხვა პროდუქტებთან, მაგალითად, კარტოფილთან, ბრინჯთან, მაკარონთან ერთად.
- პური შეგიძლიათ ჭამოთ ბოსტნეულის სალათებთან და წვნიანებთან ერთად.

სიბრძნის საგანძური

„ცუდად ჩაკრული პური კუტი (ცუდი) გამოვა“  
 (ფრანგული ანდაზა).  
 „მაძლარს მშვირიც მაძლარი ეგონა“  
 (ქართული ანდაზა).

2.15.

ანდაზების შინაარსი გადმოეცით თქვენი სიტყვებით.




---



---



---



---



---

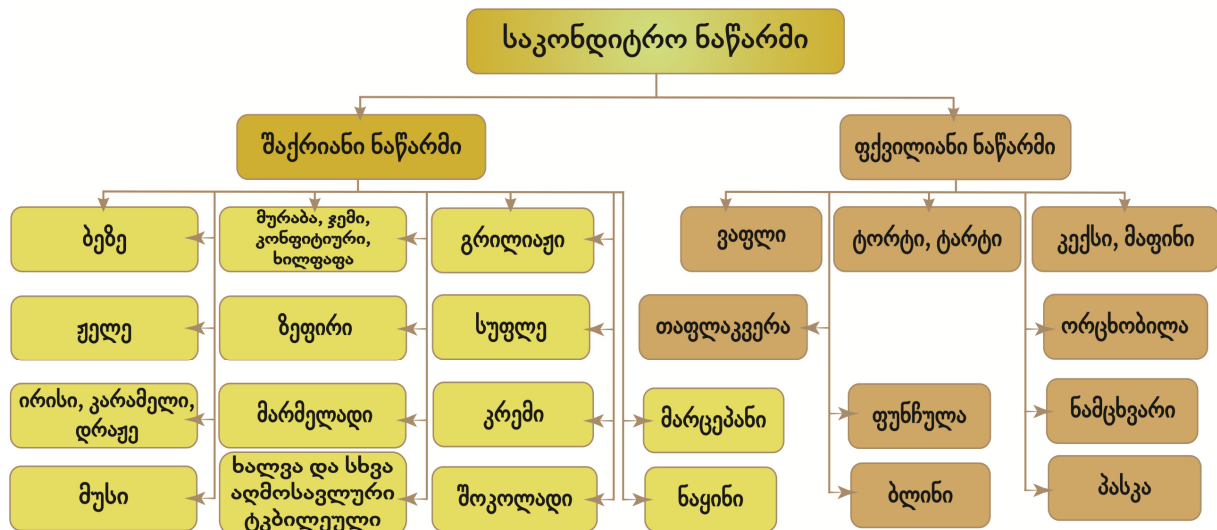
3. საკონდიტრო ნაწარმის დამსაზღვრების ტექნოლოგია



3.1.

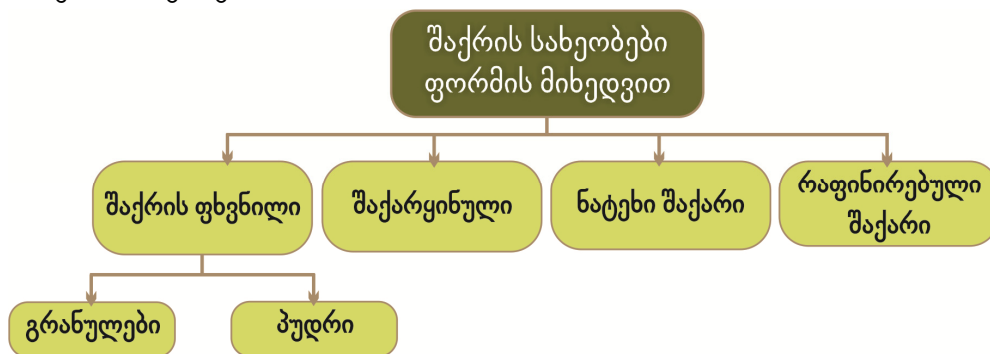
- რა სახის პროდუქტებს ხედავთ ფოტოებზე?
- რა აქვთ საერთო ამ პროდუქტებს?
- რა განასხვავებს მათ?

3.2. გაცვანით საკონდიტრო ნაწარმის სახეობებს.



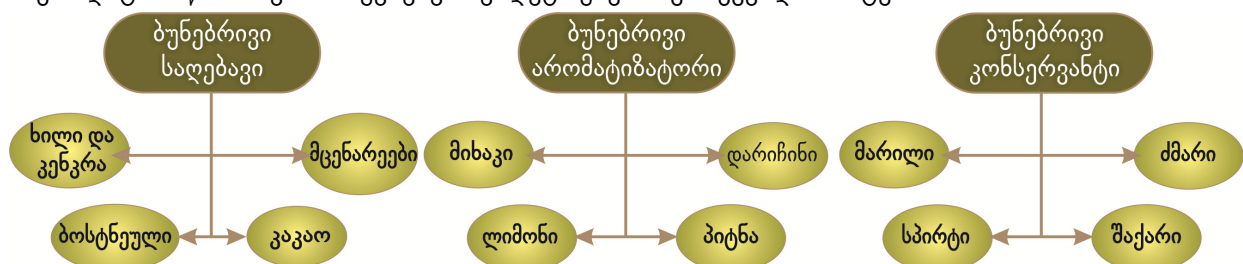
საკონდიტრო ნაწარმი ტკბილი და გემრიელია, აქვს სასიამოვნო არომატი და ლამაზი ფორმა.

საკონდიტრო ნაწარმი ორი სახისაა: შაქრიანი და ფქვილიანი ნაწარმი. საკონდიტრო ნაწარმს დესერტს ან ტკბილეულს უწოდებენ. სიტყვა *ტკბილეული* მიანიშნებს, რომ ამ პროდუქტის მთავარი ინგრედიენტი შაქარია. არსებობს ლერწმის და ჭარხლის შაქარი. შაქრის ლერწმისგან დამზადებული შაქარი ყავისფერია, ჭარხლისგან დამზადებული კი — თეთრი. გაცვანით შაქრის სახეობებს:



გარდა შაქრისა, საკონდიტრო ნაწარმის მომზადების დროს გამოიყენება სხვა ინგრედიენტებიც: წყალი, რძე, კვერცხი, ფქვილი, კარაქი, ზეთი, ხილი, კაკაო, შოკოლადი, ვანილი, მარილი, საკვებდანამატი.

საკონდიტრო ნაწარმისთვის ხშირად იყენებენ **საკვებდანამატებს: საღებავს, არომატიზატორს და კონსერვანტს**. მათი საშუალებით ტკბილეული ინარჩუნებს ფერს, გემოს და სასიამოვნო სუნს. არსებობს **ბუნებრივი** და **სინთეზური** საკვებდანამატები. ზოგიერთი სინთეზური საკვებდანამატი ჯანმრთელობისთვის საზიანოა და მისი გამოყენება რეკომენდებული არ არის. საკონდიტრო წარმოებაში იყენებენ შემდეგ ბუნებრივ საკვებდანამატებს:



გააგრძელეთ კითხვა:



საკონდიტრო ნაწარმის წარმოება

საკონდიტრო ნაწარმის დამზადება, საქართველოს კანონის მიხედვით, დაუშვებელია სპეციალური ლიცენზიის გარეშე. კანონი მოსახლეობას იცავს მალფუჭებადი პროდუქტით მოწამვლისაგან.

საკონდიტრო ნაწარმის მომზადების დროს კონდიტერი სხვადასხვა ხელსაწყოს და დანადგარს იყენებს: ცომსაბელს, მიქსერს, საფქვავს, საკეპ მანქანას, წვეწაწურს, საფქვავს, ცომის საბრტყელებელს, საცერს, სახეხს, ყალიბებს, ფორმებს, ფოლგას, პერგამენტის ქაღალდს, სხვადასხვა ზომის ჭურჭელს — ამ ნივთების გარეშე ხარისხიანი საკონდიტრო ნაწარმი ვერ მომზადდება. თუმცა გემრიელი და ხარისხიანი პროდუქტის მოსამზადებლად მარტო ეს არ კმარა. ყველაზე მთავარი გემოვნებიანი და პროფესიონალი კონდიტერის ოსტატობაა.

საკონდიტრო ხელოვნებაში არსებობს კონდიტერის ექვსი თანრიგი. რესტორნებსა და საკონდიტრო ფაბრიკებში მხოლოდ მე–ნ თანრიგის მქონე კონდიტერები მუშაობენ.

კონდიტერმა ბევრი რამ უნდა იცოდეს, მაგალითად, გამოშვებული პროდუქციის ტექნოლოგია, რეცეპტურა, კალორიულობა, ინგრედიენტებისა და მზა პროდუქტის შენახვის ვადები და პირობები, ჰიგიენური ნორმები, აგრეთვე მომზადებული საკვების ლამაზად გაფორმება და სხვ.



ლექსიკონი

**არომატიზატორი** — საკვებდანამატი, ის დიდხანს უნარჩუნებს საკვებს სასიამოვნო სუნს.

**საღებავი** — აქ: საკვებდანამატი, ის დიდხანს უნარჩუნებს საკვებს მკვეთრ ფერს.

**კონსერვანტი** — საკვებდანამატი, ის უზრუნველყოფს ხანგრძლივ ვარგისიანობის ვადას.

**საკვებდანამატი** — საკვების დანამატი, საკვების თვისებების გასაუმჯობესებლად და გასაძლიერებლად დამატებული ნივთიერებების საერთო სახელწოდება.

**შაქრაციხული** — შაქრის და ხილის წვენიტ დამზადებული პროდუქტი.

**ლიცენზია** — სახელმწიფოს მიერ გაცემული ნებართვა.

**კონდიტერი** — ტკბილეულის მომზადების ოსტატი.

**თანრიგი** — კატეგორია, საფეხური.

**კალორიულობა** — საკვების ენერგეტიკული ღირებულება.

**როგორი?**

**სინთეზური** — ხელოვნური, ადამიანის მიერ შექმნილი.

**ბუნებრივი** — ბუნების მიერ შექმნილი; ის, რაც ბუნებაში მოიპოვება.

**რაფინირებული** — მინარევებისაგან გაწმენდილი პროდუქტი.

**შაქრის ლერწამი** — მცენარე.

**შენარჩუნება** — აქ: რაიმე თვისების არდაკარგვა, შენახვა.

**საზიანო** — მავნებელი, ზიანის მომტანი.

**ანაზღაურება** — აქ: ხელფასი, გაწეული შრომისთვის გარკვეული გადასახადი.

**დაუშვებელი** — შეუძლებელი, აკრძალული.

**მალფუჭებადი** — პროდუქტი, რომელიც მალე ფუჭდება.

3.3. ტექსტის მიხედვით უპასუხეთ კითხვებს:



1. რამდენი სახის საკონდიტრო ნაწარმი არსებობს და რა განსხვავებაა მათ შორის?
2. რისგან აწარმოებენ შაქარს?
3. ფორმის მიხედვით შაქრის როგორი სახეობები არსებობს?
4. რას ნიშნავს საკვებდანამატი და რა სახის საკვებდანამატები იცით?
5. რა სახის იარაღებს და ხელსაწყოებს იყენებენ კონდიტერები?



3.4. მოისმინეთ დიალოგი:

„ცდა ბედის მონახევრა“



ლექსიკონი

**ვაკანსია** — დაუკავებელი თანამდებობა.

**დამწყები** — მუშაობის გამოცდილების არმქონე.

**ორიენტირება** — ყურადღების გამახვილება რამეზე.

**გარეუბანი** — ქალაქის განაპირა უბანი.

**შეთავაზება** (სთავაზობს ის მას მას) — აქ: თანამშრომლობისთვის ვინმეს მიწვევა.

შ ე ს ი ტ ყ ვ ე ბ ე ბ ი :

კონდიტერობას ვაპირებ სამუშაო ადგილი	სამუშაო გრაფიკი ხარისხზე ორიენტირებული შრომის ანაზღაურება
--	---



ხატოვანი სიტყვა-თქმანი

**კოვზი ნაცარში ჩამივარდა** — დავმარცხდი.

**ფარ-ხმალს ნუ დაყრი** — ნუ დანებდები, ნუ დაემორჩილები.

**ცდა ბედის მონახევრა** — წარმატებას მცდელობით შეიძლება მიაღწიო.

**თავის გართმევა** — იოლად საქმის გაკეთება, გაგება.

3.5. კიდევ ერთხელ მოისმინეთ ტექსტი და პასუხეთ კითხვებს:

- განცხადების მიხედვით სად სთავაზობენ სამუშაო ადგილს? \_\_\_\_\_
- როგორია საწარმოში სამუშაო გრაფიკი? \_\_\_\_\_
- რამდენია ანაზღაურება (ხელფასი)? \_\_\_\_\_
- რა არის კონდიტერის ძირითადი მოვალეობები? \_\_\_\_\_



3.6. ისაუბრეთ. დაასათაურეთ ტექსტი.

მასწავლებლებმა ბულფია და აიშე კულინარიული კონკურსისთვის შეარჩიეს. კონკურსის პირობის მიხედვით, კონკურსანტებმა დესერტი 2 საათში უნდა მოამზადონ. ბულფიამ და აიშემ მასწავლებლებთან ერთად გადაწყვიტეს, რომ კონკურსის დღეს ბაქლური ბაქლავა გამოაცხონ.

**ბულფია:** აიშე, კონკურსამდე რამდენიმე კვირა დარჩა. ძალიან მინდა, გავიმარჯვოთ. ყოველდღე უნდა ვიმუშაოთ, რომ ბაქლავის მომზადებაში **ხელი გავიწყოთ**.

**აიშე:** მართალი ხარ! თანაც, დესერტის მომზადება 2 საათში უნდა მოვასწროთ. ეს კი მარტივი არ არის.

**ბულფია:** მოდი ახლავე ვცადოთ. მე ბაქლავის გულსართს მოვამზადებ, შენ კი — ცომი.

**აიშე:** კარგი! ცომისთვის 3 კვერცხის გული, 200 გრ. არაჟანი, 200 გრ. დარბილებული კარაქი, 1 ჩ.კ. სოდა და 400-500 გრ. ფქვილი დამჭირდება.

**ბულფია:** მე კი გულსართისთვის მჭირდება 3 კვერცხის ცილა, 500 გრ. ქიშმიში, 300 გრ. ნიგოზი, 1 ჩ.კ. დარიჩინი და 300 გრ. შაქარი.

**აიშე:** ბულფია, კონკურსზე რეცეპტის წაკითხვის უფლება გვექნება?

**ბულფია:** არა, მომზადების წესი ზეპირად უნდა ვიცოდეთ.

**აიშე:** ესე იგი, ბაქლავის რეცეპტი ლექსივით უნდა დავიბეპიროთ?!

**ბულფია:** მე ასეთი იდეა მაქვს: მოდი ერთმანეთს გავაცნოთ, რას და როგორ ვაკეთებთ. ასე მარტივად დავიმახსოვრებთ რეცეპტს.

**აიშე:** კარგი აზრია! მაშ, დავიწყე: ბაქლავის ცომისთვის ყველა ინგრედიენტი კარგად შევურიე ერთმანეთს. პირველ რიგში, კვერცხის გული, არაჟანი და დარბილებული კარაქი ავთქვიფე, მერე ნელ-ნელა დავამატე ფქვილი და სოდა და ახლა ვბელ ცომს. ცომი უნდა შევახვიო ცელოფანში და ერთი საათით შევინახო მაცივარში. ახლა შენ მითხარი რას აკეთებ.

**ბულფია:** მე ჯერ ქიშმიში გავრეცხე. გარეცხილი ქიშმიში გასაშრობად დავყარე. მერე ნიგოზი დავჭერი, ახლა კი კვერცხის ცილისგან ბეზეს ვაკეთებ. ბეზე რომ არომატული გამოვიდეს, შაქართან ერთად ბუნებრივ საკვებდანამატს — დარიჩინს ვამატებ. ბოლოს ქიშმიშს და ნიგოზს შევურიე.

**აიშე:** ამასობაში 1 საათი გავიდა კიდევ. მე ვიღებ ცომს და სამ ნაწილად ვყოფ. სამივე ნაწილს ვაბრტყელებ. ცომის ორი ნაწილი უნდა იყოს თანაბარი ზომის, მესამე კი ოდნავ დიდი. ვაბრტყელებულ ერთ ფენას ვდებ საცხობ ფორმაში და შენ მიერ დამზადებული გულსართის ნაწილს წავუსვამ. ზევიდან დავაფენ კიდევ ერთ ფენას და დარჩენილ გულსართს მასაც წავუსვამ. სულ ბოლოს ცომის ყველაზე დიდი ზომის ფენას დავადებ და გვერდებს შემოვუკეცავ.

**ზულფია:** ზევიდან ათქვეფილი კვერცხის გულის გადასმა და დაჭრა არ დავავიწყდეს.

**აიშე:** მაღლობა შეხსენებისთვის! თითოეულ ნაჭერს ნიგვზის ლებანსაც დავადებ და 170 გრადუსზე გახურებულ ღუმელში შევდგამ. გამოცხობას 35-40 წუთი სჭირდება. ვფიქრობ, 2 საათში მოვასწრებთ ამ დესერტის მომზადებას და გავიმარჯვებთ კიდევ.

### 3.7. ამოწერეთ თქვენთვის უცნობი სიტყვები და დაიმახსოვრეთ.

- ტექსტის მიხედვით შეადგინეთ ბაქოური ბაქლავის რეცეპტი.

**ინგრედიენტები:** \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**მომზადების წესი:** \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

#### დააკვირდით და გაანალიზეთ:

ვინ?+ც ⇒ ვინც; რა?+ც ⇒ რაც; როგორი?+ც ⇒ როგორიც; რომელი?+ც ⇒ რომელიც.

ეს ნაცვალსახელები ერთმანეთთან აკავშირებენ წინადადებებს.

ესე იგი, ისინი კავშირებიც არიან.

3.8. დაუკვირდით წინადადებების დაკავშირებას მიმართებითი ნაცვალსახელებით. გაანალიზეთ და ივარჯიშეთ.

{ ვინც კარგად ისწავლის, (ის) კარგი სპეციალისტი იქნება.  
კარგი სპეციალისტი იქნება (ის), ვინც კარგად ისწავლის.  
ის, ვინც კარგად ისწავლის, კარგი სპეციალისტი იქნება.

{ ვისაც საწარმოს დათვალიერება უნდა, ყველა ერთად შეიკრიბეთ!  
ერთად შეიკრიბეთ ყველა, ვისაც საწარმოს დათვალიერება უნდა!  
ყველა, ვისაც საწარმოს დათვალიერება უნდა, ერთად შეიკრიბეთ!

{ რაც გინდა სადილად, (ის) გააკეთე.  
სადილად გააკეთე (ის), რაც გინდა.  
სადილად, რაც გინდა, (ის) გააკეთე.

{ რამაც გამაკვირვა, (ის) საწარმოში დაცული წესრიგი იყო.  
საწარმოში დაცული წესრიგი იყო (ის), რამაც გამაკვირვა.  
ის, რამაც გამაკვირვა, საწარმოში დაცული წესრიგი იყო.

{ რასაც ვნატრობდი, (ის) ამისრულდა.  
ამისრულდა (ის), რასაც ვნატრობდი.  
ის, რასაც ვნატრობდი, ამისრულდა.

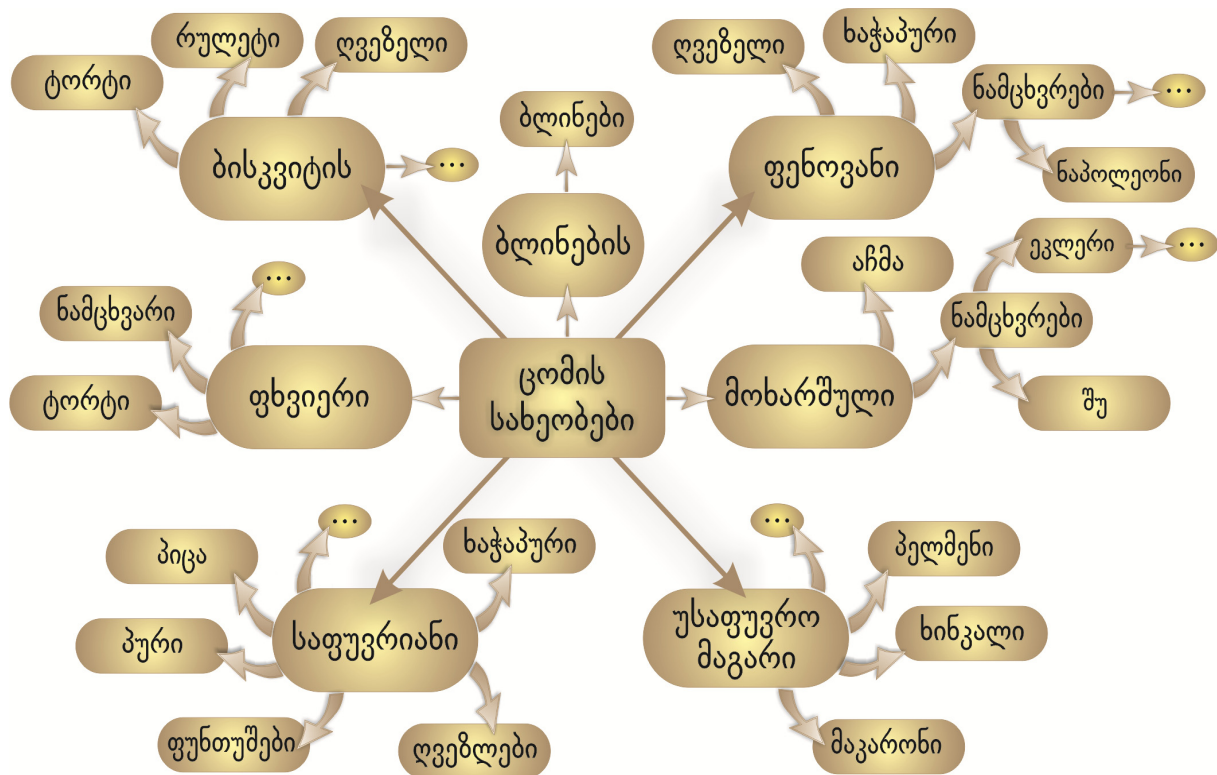
{ როგორც მინდოდა, ისეთი მიქსერი ვიყიდე.  
ისეთი მიქსერი ვიყიდე, როგორც მინდოდა.  
ისეთი მიქსერი, როგორც მინდოდა, ვიყიდე.

{ რომელიც ახალია, ის პური მომეცით!  
მომეცით ის პური, რომელიც ახალია.  
ის პური, რომელიც ახალია, მომეცით!

### 3.9. გააგრძელეთ კითხვა. საკონდიტრო ნაწარმის ცომის სახეობები



ფქვილიანი საკონდიტრო ნაწარმის მომზადების დროს განსაკუთრებული მნიშვნელობა აქვს ცომს. ცნობილია ცომის, ორი სახეობა: **საფუვრიანი** და **უსაფუვრო**. საფუარი აფუებს, აფუმფულებს ცომს. საფუვრის დამატებით მომზადებული ნაწარმი რბილია. გარდა საფუვრისა, ცომისგან მომზადებულ ნაწარმში გამოიყენება აგრეთვე **გამაფხვიერებელი**. არსებობს ცომის მექანიკური დამუშავებით გაფხვიერების მეთოდებიც — გაბრტყელება (ფენოვანი ცომის) და ათქვეფა (ბისკვიტის ცომის).  
გაეცანით ცომის სახეობებს.



### 3.10. *ეს საინცერტა*

საკონდიტრო ნაწარმის სამშობლოდ იტალია ითვლება. თუმცა მისი მომზადება პირველად აზიაში დაიწყო. არაბებმა აღმოაჩინეს, რომ შაქრის გადნობით ან ხარშვით მრავალი სახის ტკბილეულის მომზადება შეიძლებოდა.  
ძველ დროში შაქრის მოპოვება და ყიდვა ძვირი იყო და არაბებისგან განსხვავებით სხვა ხალხები ტკბილეულის დასამზადებლად თაფლს იყენებდნენ. გამონაკლისი არც ქართველები იყვნენ.

ქართულ ტრადიციულ ტკბილეულს შორის განსაკუთრებულია გოზინაყი, რომელსაც საახალწლო სუფრისთვის ამზადებენ. წიაკითხეთ გოზინაყის მომზადების წესი (კულინარიული რეცეპტები) და თქვენც მოამზადეთ, მოგეწონებათ.

3.11. გაიხსენეთ და დაწერეთ თქვენი საყვარელი ტრადიციული ტკბილეულის რეცეპტი.



---

---

---

---

---

პრეზენტაცია

3.12. ჩემი საყვარელი საკონდიტრო ნაწარმი

წერა

3.13. მოიძიეთ ინფორმაცია და დაწერეთ თემა: ყველაზე კალორიული ტკბილეული



---

---

---

---

---

სიბრძნის საგანძური

*„მწარე თუ არ ჭამე, ტკბილის გემოს ვერ გაიგებ“  
(ქართული ანდაზა).*

3.14. ანდაზის შინაარსი გადმოეცით თქვენი სიტყვებით.



---

---

---

---

---

შემაჯამებელი ტაზი I



1. წაიკითხეთ ტექსტი.



ელენე და ირაკლი მომავალი მზარეულები არიან. ამიტომ ისინი ყველანაირ ინფორმაციას ეცნობიან სხვადასხვა პროდუქტის სასარგებლო თვისებების, მათი შენახვის თუ დამუშავების ტექნოლოგიის შესახებ. მათ კარგად იციან, რომ უხარისხო პროდუქტისგან ხარისხიანი კერძების მომზადება შეუძლებელია. კულინარიაში კი ეს ძალზე მნიშვნელოვანია, რადგან ჯანსაღი, ხარისხიანი საკვები ადამიანს ფიზიკურად და გონებრივად აძლიერებს, კერძების მრავალფეროვნება კი საშუალებას გვაძლევს დღის განმავლობაში სხვადასხვა სახის საკვები მივიღოთ: საუმბეზე ფაფები, კვერცხი, კარაქი, ყველი, ჩაი, ყავა თუ წვენი; სადილად — წვნიანები, მაკარონი, ხორციანი თუ თევზის კერძები, ვახშმად — მსუბუქი საკვები: მაწონი, ხაჭო, ბოსტნეულის სალათები და ა. შ.

ირაკლი და ელენე, ჯანსაღი კვების გარდა, ასევე დიდ ყურადღებას აქცევენ სურსათის უვნებლობის საკითხებს, რადგან პროდუქტი, სასარგებლოსთან ერთად, აუცილებლად უსაფრთხო უნდა იყოს. სურსათის უვნებლობის პრობლემა მეტად აქტუალურია, რადგან დაბინძურებული პროდუქტის მიღებას უამრავი დაავადების გამოწვევა შეუძლია. გარდა ამისა, აუცილებელია, რომ პროდუქტის დამუშავებისას წყალიც სუფთა იყოს და გარემოც. სანიტარული ნორმების დაცვა საჭიროა სურსათის დამუშავებისა და შენახვის ყველა ეტაპზე, რომ არ მოხდეს ჯვარედინი დაბინძურება.

ელენემ და ირაკლიმ კულინარიულ სასწავლებელში სხვადასხვა პროდუქტის დამუშავების ტექნოლოგია შეისწავლეს. თავდაპირველად ისინი გაეცნენ ხილისა და ბოსტნეულის დამუშავების ტექნოლოგიას და მასთან დაკავშირებულ საკითხებს. ახლა მათ უკვე იციან, როგორ მზადდება სხვადასხვა სახის მურაბა, ჯემი, კომპოტი, ჩირი, მწნილი და სხვ.

ხორცისა და ხორცპროდუქტების დამუშავების ტექნოლოგიის შესწავლისას ირაკლი და ელენე, სხვა სტუდენტებთან ერთად, ხორცის გადამამუშავებელ საწარმოს ესტუმრნენ. საწარმოს მთავარი ტექნოლოგის დახმარებით ისინი გაეცნენ ხორცპროდუქტების წარმოების ტექნოლოგიას და ნახეს, თუ როგორ მზადდება ძეხვი, სოსისი, სარდელი, ლორი, შაშხი და სხვა ხორცპროდუქტები.

თევზისა და ზღვის პროდუქტების დამუშავების ტექნოლოგიამ სტუდენტები ძალიან დააინტერესა, რადგან მათი უმრავლესობისთვის უცხო იყო ისეთი ეგზოტიკური საკვები, როგორცაა, მაგალითად, რვაფეხა, კალმარი ან მიდიები. სტუდენტებმა ისწავლეს ასევე იაპონური დელიკატესის — სუშის — მომზადება. მათმა ნახელავმა ლექტორების დიდი მოწონება დაიმსახურა.

ლექციებზე გაირკვა, რომ სტუდენტთა ნაწილი, სხვადასხვა მიზეზის გამო, არ ჭამს ცხოველურ პროდუქტებს. კვების ამ მიმართულებას ვეგეტარიანელობა ეწოდება, რომლის შესახებ დაწვრილებით საუბარი მომავლისთვის გადადეს.

საწარმოში ნანახმა რძის პროდუქტების ტექნოლოგიამ ელენეს და ირაკლის ბავშვობაში

სოფელში გატარებული ზაფხულის დღეები გაახსენა: ბებიასთან ერთად რომ ამოჰყავდათ ყველი, ადებდნენ მაწონს, ამზადებდნენ ხაჭოს... დღეს რძის გადამუშავება უმეტესად სპეციალურ საწარმოში ხდება. საწარმოს ტექნოლოგია განსხვავებულია შინაური — საოჯახო ტექნოლოგიისაგან.

პურისა და პურპროდუქტების ტექნოლოგიის შესწავლისას სტუდენტებისთვის ცნობილი გახდა, რომ საქართველო ხორბლის ზოგიერთი ჯიშის სამშობლო და ხორბლის კულტურის ერთ-ერთი უძველესი კერაა. პრაქტიკული გაკვეთილები საინტერესო და ხალისიანი იყო. სტუდენტებმა მოზილეს ცომი, დააკვირდნენ მისი აფუების პროცესს და ბოლოს გემრიელი პური გამოაცხვეს.

განსაკუთრებული ინტერესი და მონდომება ახალგაზრდებმა საკონდიტრო ნაწარმის ტექნოლოგიის შესწავლის დროს გამოიჩინეს. მათ უკვე იციან სხვადასხვა ნამცხვრის, ღვებლის მომზადება. მათი ოცნებაა მომავალში კვების პატარა ობიექტის გახსნა.

### ტექსტის მიხედვით, უპასუხეთ კითხვებს:



- რა მნიშვნელობა აქვს ადამიანისათვის ჯანსაღი და ხარისხიანი საკვების მიღებას?
- რატომ არის აუცილებელი, საკვები იყოს უვნებელი?
- რომელი პროდუქტების დამუშავება შეისწავლეს ელენემ და ირაკლიმ კულინარიულ სასწავლებელში?
- განსაკუთრებით რომელი პროდუქტების დამუშავებამ დააინტერესა სტუდენტები?
- რა ჰქვია კვების სტილს, რომლის მიმდევრები არ ჭამენ ხორცს, თევზს, კვერცხს...?
- რა გაახსენა და-ძმას საწარმოში ნანახმა რძის პროდუქტების ტექნოლოგიამ?
- რა არის და-ძმისა და მათი მეგობრების ოცნება?

## 2. შეადგინეთ ჯანსაღი კვების დღის რეჟიმი და რეკომენდაციები საკვების შესახებ:

საუზმე:

სადილი:

ვახშამი:

3. დააკავშირეთ სიტყვა განმარტებასთან:

ინფორმაცია ●	● კარგი, მარგებელი
მრავალფეროვანი ●	● სალი
სასარგებლო ●	● გამოსადეგი
ჯანსაღი ●	● სხვადასხვა სახის
უვნებელი ●	● შეტყობინება, ცნობა
დაავადება ●	● განსაკუთრებული
ეგზოტიკური ●	● ავადმყოფობა
დელიკატესი ●	● უჩვეულო, უცხო

4. წაიკითხეთ დიალოგი.

**მასწავლებელი:** ახალგაზრდებო, თქვენ უკვე გაეცანით სხვადასხვა პროდუქციის დამზადების ტექნოლოგიას. ალბათ, არჩევანიც გააკეთეთ, რომელი სახის საკვები პროდუქტისგან ისურვებთ კერძების მომზადებას. მაინტერესებს, რომელი კერძის მომზადება განიჭებთ სიამოვნებას და რატომ?

**არმინე:** ქალბატონო ქეთევან, ქართული კერძების მრავალფეროვნებამ გამაოცა, მაგრამ, უნდა ვთქვა, რომ ნიგვზიანი ბოსტნეულის კერძების მომზადება ჩემი ჰობია. ჩემს სოფელში მრავალფეროვანი ბოსტნეულია, ინგრედიენტებიც მაქვს, მონდომებაც და სურვილიც: ვაკეთო, ვაკეთო გემრიელი ნიგვზიანი ბადრიჯანი თუ ნიგვზიანი ეკალა, პრასი, წითელი მხალი და ისპანახი...

**მასწავლებელი:** არმინე, კარგი გემოვნება გქონია! მინდა, ერთი რჩევა მოგცე: ამ გემრიელ მხალს მჭადი უხდება. იმედია, მჭადის გამოცხობა იცი.

ახლა ელმარმა გვითხრას, რას მოამზადებს ხორცისგან.

**ელმარი:** აზერბაიჯანელების სამზარეულოში დიდი მოწონება აქვს ცხვრის ხორცს. საქართველოშიც უყვართ ცხვრის ხორცი, კერძოდ ბატკნის ხორცი, მისგან მომზადებული განუმეორებელი გემოს კერძი, ჩაქაფული, ქართული სამზარეულოს მშვენიერება. მე ყოველთვის სიამოვნებით ვამზადებ ამ კერძს.

**მასწავლებელი:** ელმარ, გეთანხმები, მეც ძალიან მიყვარს ჩაქაფული, გაზაფხულის სურნელოვანი მწვანილით და ახალი ტყემლით შეზავებული უგემრიელესი კერძი. იცოდე, ჩაქაფული შენს რესტორანში ბევრ სტუმარს მიიზიდავს. აბა, შენ იცი!

ლეილა, შენ რას იტყვი?

**ლეილა:** მე ტკბილეული მიყვარს, განსაკუთრებით ბაქლავა, უნდა ვთქვა, რომ ჩემი მომზადებული ეს ნამცხვარი ყველას მოსწონს. ჩვენს ეროვნულ სამზარეულოში „ფლოვი“ კი ერთ-ერთი მნიშვნელოვანი კერძია. ბრინჯით მრავალფეროვანი სახეობის კერძი მზადდება, მათ შორის ტკბილი, არომატული ფლავი. მიხარია, რომ ჩვენს ეროვნულ ტკბილეულთან ერთად შემიძლია მოვამზადო უგემრიელესი ქართული დესერტი – წანდილი – თაფლითა და ნიგვზით შეზავებული.

**მასწავლებელი:** საინტერესოა, თევზისგან, ზღვის პროდუქტებისგან, რძისა და პურპროდუქტებისგან რომელი კერძების მომზადება გიყვართ... სიამოვნებით მოგისმენთ, მაგრამ, სამწუხაროდ, ვაკვეთილი მთავრდება და საუბარი შემდეგ მეცადინეობაზე გავაგრძელოთ.


მომავალ შეხვედრამდე!

**სტუდენტები:** ნახვამდის, პატივცემულო!

5. დაწერეთ ხორცისგან დამზადებული კერძის ან რომელიმე დესერტის რეცეპტი:

ინგრედიენტები:

მომზადება:



6. შეავსეთ გამოტოვებული ადგილები კონტექსტის შესაფერისი სათანადო ფორმის სიტყვებით:

განვითარება	მომზადება	ფარშირება	ცხოველები	დაჭრა
დახარისხება	დამუშავება	დაკეპვა	ფილირება	ცილები
				დაბეგვა

ხორცი მდიდარია ....., ცილები აუცილებელია ადამიანის ფიზიკური .....; საქართველოში პოპულარულია შინაური ..... და ფრინველების ხორცი. ხორცისგან სხვადასხვა სახის კერძი .....; კერძის მომზადებამდე ხორცს .....

ხორცის დამუშავების პროცესი ასეთია:

ხორცს ჯერ ....., შემდეგ .....; დახარისხება ამგვარად ხდება: ....., ....., ....., .....

7. რომელია სწორი პასუხი?

1. სტეიკი მზადდება:

- ა) არტალისგან;    ბ) ბარკლისგან;    გ) სუკისგან;    დ) კულისგან.

2. უმჯობესია ხორცი ვიყიდოთ:

- ა) ქუჩაში;    ბ) ბაზრის შესასვლელში;    გ) მაღაზიაში;    დ) სტადიონზე.

3. ხორცი შემოწმებული უნდა იყოს:

- ა) ოჯახის ექიმის მიერ;    ბ) ბებიას მიერ;    გ) პოლიციელის მიერ;    დ) ვეტერინარის მიერ;

4. ხორცისგან არ მზადდება:

- ა) ხინკალი;    ბ) ხარშო;    გ) დესერტი;    დ) მწვადი.

8. დაალაგეთ ტექსტის ნაწილები ლოგიკური თანმიმდევრობით. ყოველ აბზაცს დაუწერეთ წინ რიგითი ნომერი:

- ბოლოს და-ძმა შეთანხმდა, რომ თევზისგან სხვა გემრიელი კერძი მოამზადონ და ამისთვის ნიგოზი გამოიყენონ.
- ელენემ და ირაკლიმ თევზი გაასუფთავეს, შიგნეული გამოაცალეს, ქერცლი გააცალეს, ფარფლები მოაჭრეს და კერძის მოსამზადებლად მოემზადნენ.
- ირაკლი დილით მდინარეზე სათევზაოდ წავიდა და სახლში ხელდამშვენებული დაბრუნდა.
- ელენეს სუშის მომზადება სურდა, მაგრამ ირაკლიმ აუხსნა, რომ თავისი დაჭერილი თევზისგან სუშს ვერ მოამზადებენ.



9. როგორ მოვამზადებ თევზის კერძს ნიგოზიანი სოუსით

კერძის სახელწოდება




---



---



---



---



---



---



---



---

10. გაიხსენეთ და დაწერეთ, რა განსხვავებული და რა საერთო საკვები აქვთ ვეგეტარიანელებსა და ვეგანებს:

---



---

11. შეავსეთ გამოტოვებული ადგილები სათანადო სიტყვებით ან შესიტყვებებით კონტექსტთან შესაბამისი ფორმით:

სეპარაცია რძე	მაწვნის დედა მიღება	მაჭიკის წვენი სამკურნალო	მაწვნის მომზადება კარაქი	მაწვნის მომზადება ცხიმი
------------------	------------------------	-----------------------------	-----------------------------	----------------------------

საკვების გარდა, რძეს ძველ ეგვიპტესა და საბერძნეთში ..... იყენებდნენ.  
 საწარმოში ნაღების კარაქის მისაღებად რძეს ..... დანადგარში ასხამენ.  
 ..... რძეს ათბობენ და ამატებენ .....; შედეგებულ  
 ..... მაცივარში ინახავენ.  
 ყველი ..... აჭრილი რძით. რძის აჭრა ..... ხდება.  
 ერბო ..... გადადნობით მიღებული ..... ა.

12. გაიხსენეთ და დაწერეთ:

- ა) რომელი ცხოველის რძე არის ყველაზე ძვირადღირებული?  
\_\_\_\_\_ .
- ბ) რომელი რჩევა დაგეხმარებათ რძის ხარისხის დასადგენად?  
\_\_\_\_\_ .
- გ) რომელი ცხოველის რძისგან მზადდება ყველის ერთ-ერთი სახეობა „მოცარელა“?  
\_\_\_\_\_ .

13. ქართული სამზარეულო მრავალფეროვანი ხაჭაპურით გამოირჩევა. ჩამოთვა-  
 ლეთ მათი სახელები. რა განსხვავებაა მათ შორის?

---



---



---



---



---

14. დააკავშირეთ ერთმანეთთან ერთნაირი მნიშვნელობის სიტყვები (სინონიმები):

ამზადებს ●	● უვნებელი
სალი ●	● რთული
ყოველთვის ●	● აკეთებს
ძნელი ●	● ნედლი
თვითონ ●	● დაუზიანებელი
იაფი ●	● ეწვივნენ
უსაფრთხო ●	● კვამლი
უმი ●	● ყოველდროს
ესტუმრნენ ●	● თავად
ბოლი ●	● ხელმისაწვდომი

15. დააკავშირეთ ერთმანეთთან სხვადასხვა მნიშვნელობის სიტყვები (ანტონიმები):

იაფი ●	● მოხარშავი
ძნელი ●	● სძულს
ხელოვნური ●	● მოუმზადებელი
უყვარს ●	● ძვირი
მომზადებული ●	● არაბუნებრივი
მოხარშული ●	● ადვილი
სუფთა ●	● ყველა
პოპულარული ●	● ყოველთვის
ზოგჯერ ●	● ბინძური, ჭუჭყიანი
ზოგი ●	● არაპოპულარული



16. მოისმინეთ:

სტუდენტების საუბარი (რა ვისწავლეთ...)

მოსმენილი ტექსტის მიხედვით, უპასუხეთ კითხვებს:



- რა ისწავლეს სტუდენტებმა სასწავლებელში?
- გარდა პროფესიული ცოდნისა, რა შესძინა სტუდენტებს სასწავლებელში გატარებულ-მა დრომ?
- ვის მიმართ გამოხატავენ მაღლიერებას ახალგაზრდები?
- თქვენ როგორ ფიქრობთ, რა უწყობს ხელს სხვადასხვა ეროვნების ადამიანთა ინტეგრირებას (დაახლოებას)?

17. მოცემული გამოთქმებით შეადგინეთ წინადადებები:

„თითებს ჩაიკვნეტ“ „ოქროს ხელები აქვს“  
 „ერთი სული მაქვს“ „ფრთებს შეასხამს“

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_

სიბრძნის საგანძური

„პური მეპურემ უნდა გამოაცხოს“  
 (ქართული ანდაზა).

18. ახსენით,

რა აზრია გადმოცემული ამ ანდაზაში.

**ტესტი I**

**შუალედური ტესტი B1+  
(სასურსათო ტექნოლოგია)**

სახელი, გვარი \_\_\_\_\_ თარიღი \_\_\_\_\_

**1. მოისმინეთ დიალოგი: მეგობრების რჩევა**

ტექსტის მიხედვით, სწორი პასუხი აღნიშნეთ „+“ ნიშნით, მცდარი – „-“ ნიშნით:  
(თითოეული სწორი პასუხი – 0,5 ქ., სულ – 4 ქ.)

• სოფომ ელენეს და ირაკლის სთხოვა საჭმლის მომზადებაში დახმარება.	
• სოფოს აინტერესებს ვეგეტარიანელების კვების თავისებურებაში გარკვევა.	
• სოფოს სურს და-ძმის დახმარება პროფესიის არჩევაში.	
• სოფოს უნდა ხილის საკონსერვო ქარხანაში და-ძმასთან ერთად წასვლა.	
• სოფოს ჰობია კერძების მომზადება.	
• ელენეს იტაცებს ტკბილეულის მომზადება.	
• და-ძმა არ ყოფილან ღვინის ქარხანაში.	
• ელენე და ირაკლი კმაყოფილი არიან პროფესიის არჩევაში.	

**2. დაურთეთ სიტყვებს სათანადო აფიქსები და სწორი ფორმით ჩასვით წინადადებებში: -იან, -იერ, უ-ურ, უ-ლ.**  
(თითოეული სწორი პასუხი – 0,5 ქ., სულ – 3,5 ქ.)

ჩემს მეგობარს უყვარს (შაქარი) \_\_\_\_\_. ჩაი, მე კი – (ნალექი) \_\_\_\_\_ ყავა. ტკბილი ყავა არ მიყვარს და ყოველთვის (შაქარი) \_\_\_\_\_ ვსვამ. ჩემს ძმას არ უყვარს ტკბილი საჭმელი, მას (წიწაკა) \_\_\_\_\_ და (მარილი) \_\_\_\_\_ საჭმელი მოსწონს. დედა ყოველთვის ეუბნება: „ჭამე ბევრი ხილი და ბოსტნეული. თუ გინდა, რომ (ძალა) \_\_\_\_\_ და ჯანმრთელი იყო, ყოველთვის იკვებე ეკოლოგიურად სუფთა უვნებელი საკვებით“.

მართლაც, საღი საკვები არც (გემო) \_\_\_\_\_ არის და არც — მავნებელი.

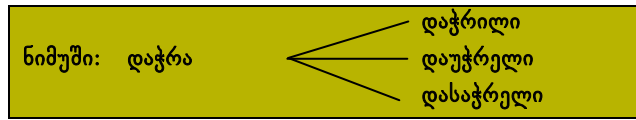
**4. ჩასვით წინადადებებში კონტექსტის შესაფერისი შესიტყვებები:**  
(თითოეული სწორი პასუხი – 1 ქ., სულ – 10 ქ.)

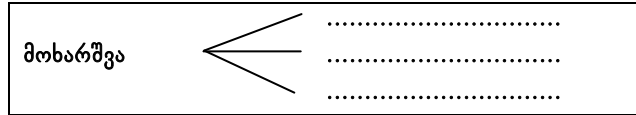
<b>ნედლეულის მოპოვება</b>	<b>ვეტერინარის მიერ შემოწმებული</b>	<b>საკვები აძლიერებს</b>
<b>გენური ინჟინერია</b>	<b>კულინარიული ხელოვნება</b>	<b>ყურადღებით დაკვირვება</b>
<b>გამომცხვარი ხაჭაპური</b>	<b>ტრადიციული წესი</b>	<b>სინთეზური საკვებდანამატი</b>

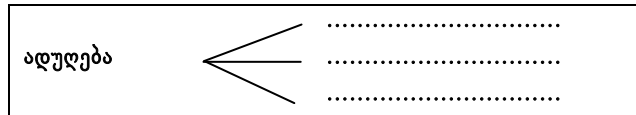
1. ადამიანს \_\_\_\_\_ ფიზიკურად და გონებრივად.
2. \_\_\_\_\_ სურსათის წარმოების პირველი ეტაპია.
3. \_\_\_\_\_ გამოყენების მიზანია პროდუქტების თვისებების შეცვლა და დიდი რაოდენობით საკვების წარმოება.
4. ჩემი მეგობარი \_\_\_\_\_ არის დაინტერესებული.
5. \_\_\_\_\_ ხორცისგან გემრიელ ჩაშუშულს მოვამზადებ.
6. სუშს \_\_\_\_\_ ამზადებენ.
7. კულინარიაში მიმდინარე მოვლენებს სტუდენტები \_\_\_\_\_ .
8. \_\_\_\_\_ პურის გამოცხობა თანამედროვე ტექნოლოგიაში ჯანსაღი პროდუქტის დამკვიდრებას უწყობს ხელს.
9. ჯანმრთელობისთვის საზიანოა \_\_\_\_\_ გამოყენება.
10. ბებიას \_\_\_\_\_ გემო არასოდეს დამავიწყდება.

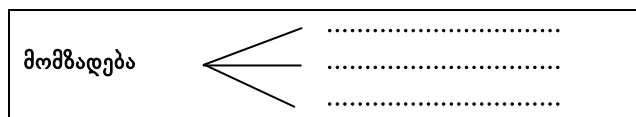
4. მოცემული სიტყვებისგან, ნიმუშის მიხედვით, აწარმოეთ ახალი მნიშვნელობის სიტყვები:

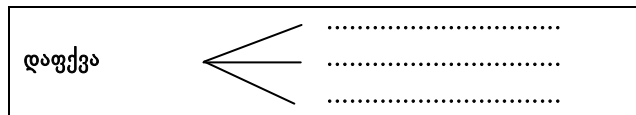
(თითოეული სწორი პასუხი - 0,5 ქ., სულ - 6 ქ.)

ნიმუში: დაჭრა 

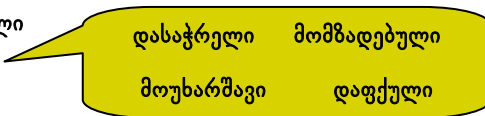
მოხარშვა 

ადუღება 

მომზადება 

დაფქვა 

5. შეადგინეთ წინადადებები მოცემული სიტყვების გამოყენებით:



(თითოეული სწორი პასუხი - 1 ქ., სულ - 4 ქ.)

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_

6. ფრჩხილებში ჩასმული ზმნა წინადადებაში ჩასვით სათანადო ფორმით.

(თითოეული სწორი პასუხი - 0,5ქ., სულ - 5 ქ.)

ნიმუში: კვერცხს არა მარტო ხარშავენ და წვავენ, არამედ უმსაც ძეხენებენ. კვერცხი არა მარტო მოხარშული და შემწვარი, არამედ უმიც გამოიყენება.	(გამოყენება)
1. სტუდენტები მასწავლებლის მიერ მიცემულ დავალებას ყოველთვის _____	(შესრულება)
2. მასწავლებლის მიერ მიცემული დავალება ყოველთვის _____	(მომზადება)
3. მზარეულები ხორცისგან გემრიელ კერძებს _____	(მომზადება)
4. ხორცისგან გემრიელი კერძები _____	(გაზრდა)
5. ირაკლიმ ორაგულისგან სუში უნდა _____	(შენახვა)
6. ორაგულისგან სუში _____	
7. ბებია სოფელში ბევრ ქათამს _____	
8. სოფელში ბევრი ქათამი _____	
9. შემოდგომაზე ხილს ზამთრისათვის _____	
10. შემოდგომაზე ხილი ზამთრისათვის _____	

7. შეაჯესთ ცხრილში გამოტოვებული ადგილები ზმნების შესატყვისი ფორმით:

(თითოეული სწორი პასუხი - 0,5 ქ., სულ - 7,5 ქ.)

საწყისი (რა?)	ახლანდელი დრო (რას შვრება?)	წარსული დრო		მომავალი დრო	
		უსრული (რას შვრებოდა?)	სრული (რა ქნა?)	რას იზამს?	რა (უნდა) ქნას?
შენახვა	ინახავს	.....	.....	.....	შეინახოს
მომზადება	.....	.....	მომზადა	.....	მომზადოს
გაძლიერება	აძლიერებს	.....	.....	.....	გააძლიეროს
გადამუშავება	.....	ამუშავებს	.....	დაამუშავებს	.....
შესწავლა	სწავლობს	.....	.....	შეისწავლის	.....

8. რომელ კერძს მოამზადებდით კონკურსში გამარჯვებისთვის?

(10 ქ.)

კერძის სახელწოდება:

---

ინგრედიენტები:

მომზადება:



## IV ტაზი სასმელების დამზადების ტექნოლოგია. საქართველო ვაზისა და ღვინის სამუშაო



### 1. ალკოჰოლური სასმელების დამზადების ტექნოლოგია

#### 1.1. უპასუხეთ კითხვებს:



- რას ხედავთ ფოტოებზე?
- რა განსხვავებაა ფოტოებზე წარმოდგენილ სასმელებს შორის?
- თქვენი აზრით, რომელი სასმელი არის აუცილებელი სადღესასწაულო სუფრისათვის?

1.2. წაიკითხეთ. ალკოჰოლური სასმელი და მისი წარმოება

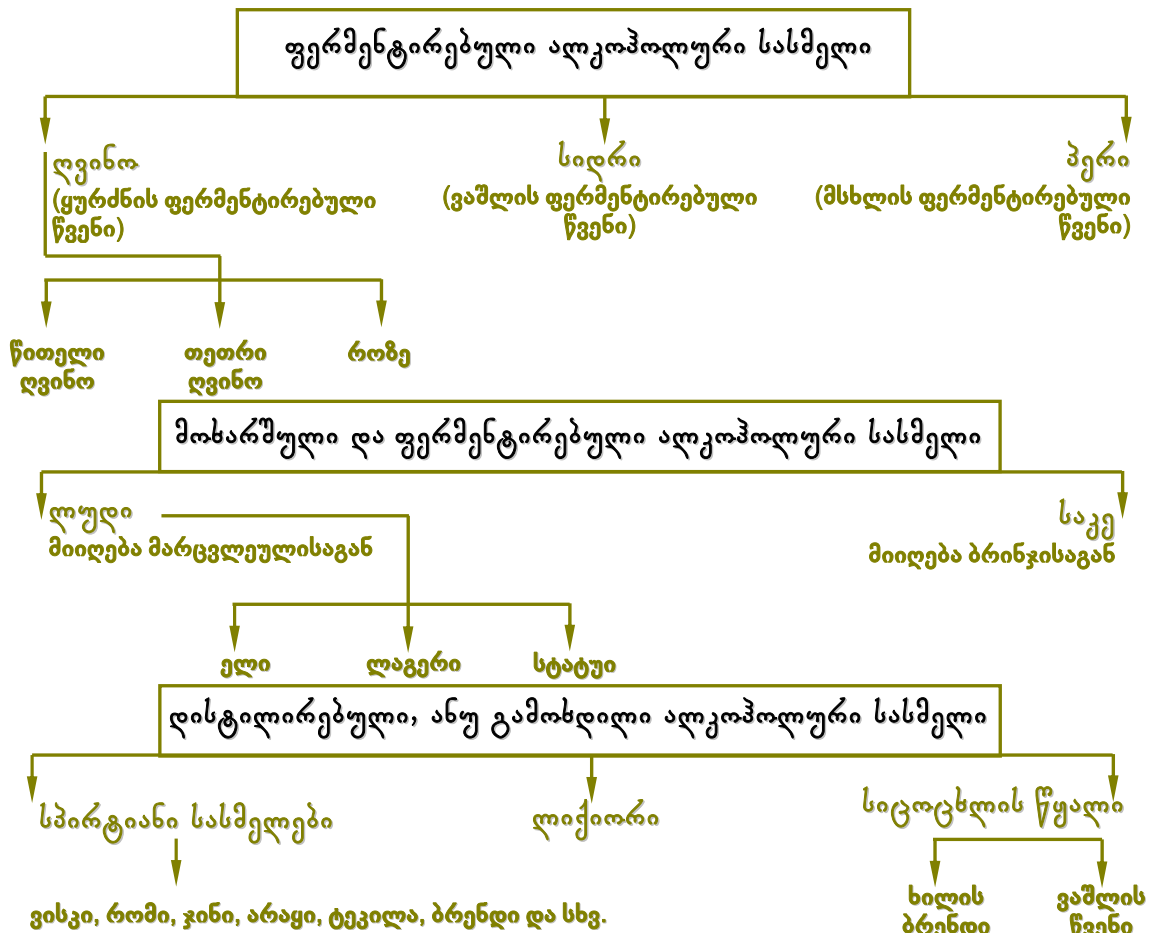


სადღესასწაულო სუფრის ერთ-ერთი აუცილებელი პროდუქტი სასმელია. სასმელი 2 სახისაა: ალკოჰოლური და უალკოჰოლო.

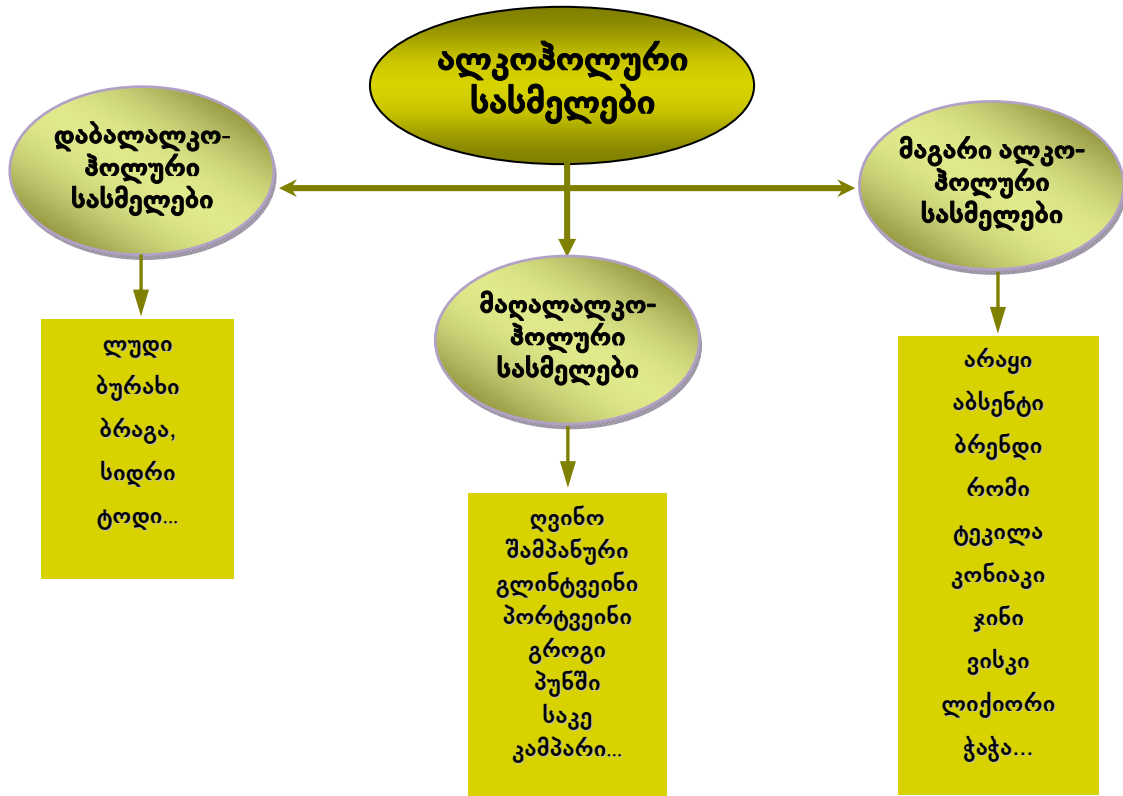
ალკოჰოლური სასმელი ეთილის სპირტს, ანუ ეთანოლს შეიცავს. სხვადასხვა სასმელში განსხვავებული რაოდენობის ეთილის სპირტია. სწორედ ეთილის სპირტის მოცულობაზე დამოკიდებული ალკოჰოლური სასმლის სიმაგრე.

ეთილის სპირტი ფერმენტაციის გზით მიიღება.

წარმოების ტექნოლოგიის მიხედვით განასხვავებენ ფერმენტირებულს, მოხარშულსა და ფერმენტირებულს და დისტილირებულს, ანუ გამოხდილ ალკოჰოლურ სასმელებს.



ალკოჰოლური სასმელების კლასიფიკაცია ეთილის სპირტის შემცველობის მიხედვით



ალკოჰოლური სასმელები სიმაგრის მიხედვით			
ლუდი	3-15 %	შემაგრებული ღვინო	15-22 %
სიდრი	6-8 %	არაყი, ბრენდი, ვისკი	38-43%
ღვინო	8-16 %	მაგარი ვისკი, ჭაჭა	45-55%
		აბსენტი	70-80%

ალკოჰოლური სასმლის **ზომიერი გამოყენება** დასაშვებია. ხსნის სტრესს, აუმჯობესებს ნივთიერებათა ცვლას და სისხლის მიმოქცევას.

ღვინოსთან ერთად ზოგიერთი სუფრის წევრი **აპერიტივსაც** მიირთმევს (მაგალითად, არაყს). აპერიტივს სადილის წინ მადის გასაძლიერებლად სვამენ.

1.3. გააგრძელეთ კითხვა.



**ფერმენტაცია**, ანუ ალკოჰოლური დუღილი, შექარბე საფუარის მოქმედებით ალკოჰოლის მიღების პროცესს ჰქვია.

**დისტილაციის**, ანუ გამოხდის პროცესში უკვე ფერმენტირებული სითხისგან აცალკე-ვებენ ეთილის სპირტს.

ეთილის სპირტით მზადდება **არა მარტო** ალკოჰოლური სასმელი, **არამედ** პარფიუმერიული ნაწარმი, მედიკამენტები და სხვ.

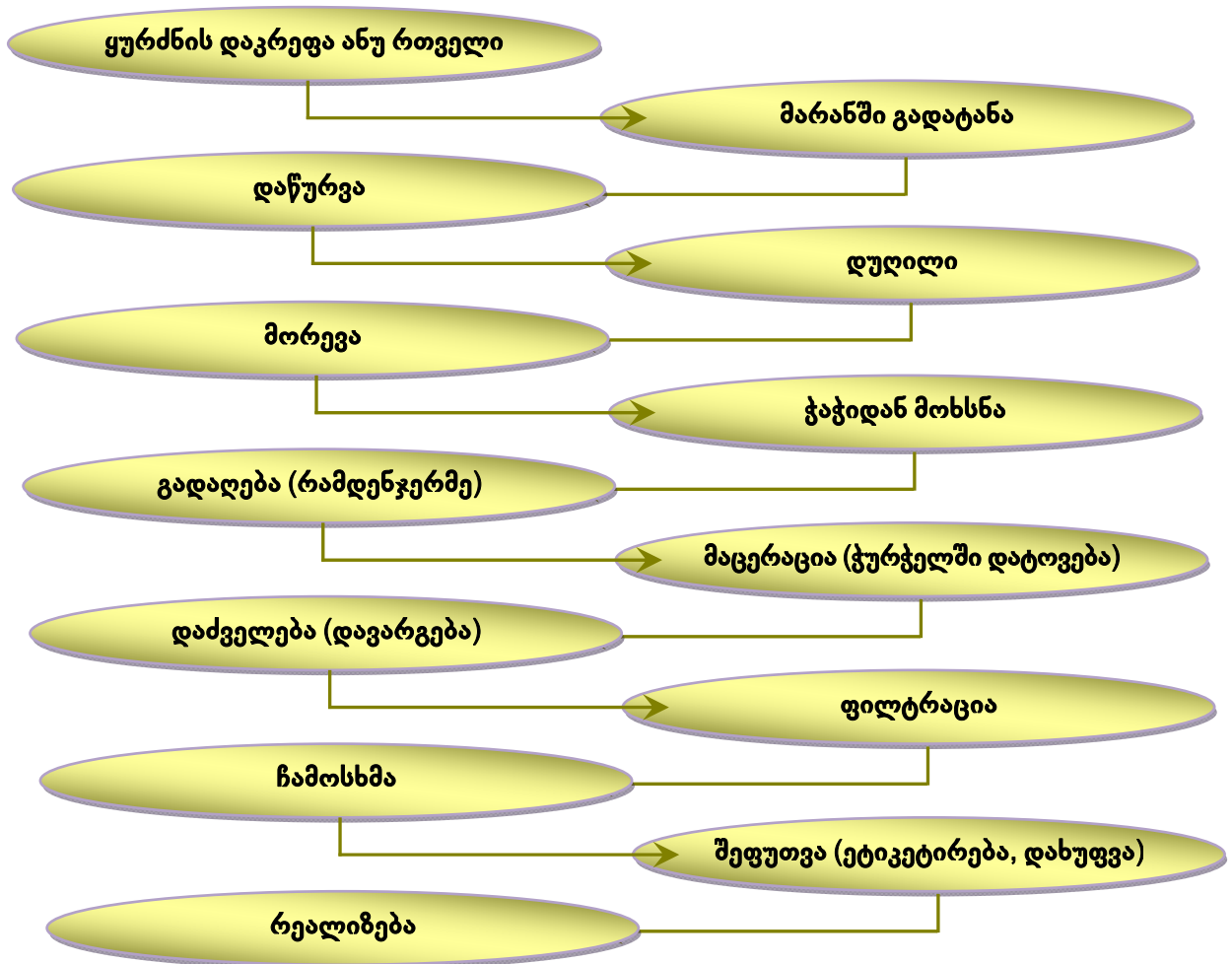
ეთილის სპირტი ყურძნისგან მიიღება, **თუმცა** მისი მიღება სხვა ხილისგანაც შეიძლება.

ღვინის დამზადების ტექნოლოგია განსხვავებულია რეგიონების მიხედვით. ასეთი განსხვავებების შედეგად უამრავ ღვინოს მისთვის დამახასიათებელი, ხშირად სხვადასხვა თვისება გააჩნია. ღვინის ტკბილი გემო დამოკიდებულია მასში შაქრის რაოდენობაზე. თუ დუღილი მაშინ წყდება, როცა მთელი შაქარი ალკოჰოლად გადაიქცევა, ღვინო ტკბილია. მშრალი (სიტკბოს გარეშე) ღვინის წარმოება ხდება შაქრის მთლიანად დადუღების შედეგად.

ღვინოთა უმეტესობა დაუგაზავია, მაგრამ ზოგიერთი სახეობა მცირე რაოდენობით ნახშირორჟანგს შეიცავს და შუშუნაა. შამპანურის დაგაზვა ბოთლში ჩამოსხმის დროს მცირე რაოდენობით შაქრის და საფუარის დამატებით ხდება. ამის შედეგად ბოთლში გარკვეული პერიოდის განმავლობაში მიმდინარეობს დუღილის პროცესი.

ღვინის დაყენების ტექნოლოგიური პროცესი მრავალ და ხანგრძლივ პროცესს მოიცავს.

**ღვინის დაყენების ტექნოლოგიური პროცესები:**





## ლექსიკონი

**ალკოჰოლური სასმელი** – ეთილის სპირტის შემცველი სასმელი.

**შემცველობა** – ერთი ან სხვადასხვა სახის ნივთიერების რაიმეში თავმოყრა. იზომება პროცენტებში.

**მოცულობა** – იგივეა, რაც რაოდენობა, გამოიყენება უთვლადი ნივთიერებების დროს. მაგ., წყლის მოცულობა, ჰაერის მოცულობა და ა.შ.

**ფერმენტაცია** – ქიმიური რეაქციის პროცესი.

**მადა** – ჭამის სურვილი.

**სისხლის მიმოქცევა** – ორგანიზმში სისხლის მოძრაობა.

**ნივთიერებათა ცვლა** – პროცესთა ერთობლიობა, რომლებიც მიმდინარეობს ორგანიზმში.

**მარანი** – ღვინის დასაყენებელი და შესანახი ადგილი.

**რთველი** – ყურძნის კრეფის პროცესი.

**ჭაჭა** – ყურძნის დაწურვის (დაჭყლეთვის) შედეგად დარჩენილი მასა.

**ფილტრაცია** – გაფილტვრის პროცესი.

**ეტიკეტირება** – ეტიკეტის დაწებების პროცესი.

**ეტიკეტი** – აქ: პროდუქტზე დაწებებული ფურცელი, რომელზეც წერია ინფორმაცია პროდუქტის შესახებ.

**რეალიზება** – აქ: გაყიდვა.

**დაგაზვა** – აქ: სასმელში გაზის (აირის) დამატება.

**შუშხუნა** – სითხისგან აირის გამოყოფისას გამოცემული ხმა.

**დაქვეითება** (აქვეითებს ის მას) – აქ: მაღის დაწევა.

## შ ე ს ი ტ ყ ვ ე ბ ე ბ ი :

ალკოჰოლური სასმელი  
ნივთიერებათა ცვლა

სისხლის მიმოქცევა  
დუღილის პროცესი

### 1.4. წაიკითხეთ წინადადებები. დააკვირდით ხაზგასმულ სიტყვებს.

1. ღვინო **თუმცა** ყურძნისგან მიიღება, მისი მიღება სხვა ხილისგანაც შეიძლება.

**უპასუხეთ კითხვებს:**

- სიტყვამ **თუმცა** რამდენი წინადადება დააკავშირა? \_\_\_\_\_;
- რომელია პირველი წინადადება? \_\_\_\_\_;
- რომელია მეორე წინადადება? \_\_\_\_\_.

2. ალკოჰოლური სასმელები **არა მხოლოდ** (მარტო) ათრობს ადამიანს, **არამედ** ატკივებს თავს, ასუსტებს, უცვლის გუნება-განწყობას.

**უპასუხეთ კითხვებს:**

- სიტყვები – **არა მხოლოდ... არამედ** – წინადადებებს აკავშირებს თუ რამდენიმე სიტყვას? \_\_\_\_\_;

3. როდესაც (როცა) ნიკა ავად არის, (მაშინ) სასწავლებელში ვერ მიდის.

უპასუხეთ კითხვებს:

- ა. სიტყვამ **როდესაც** რამდენი წინადადება დააკავშირა?
- ბ. რომელია პირველი წინადადება? \_\_\_\_\_;
- გ. რომელია მეორე წინადადება? \_\_\_\_\_;
- დ. როდის ვერ მიდის ნიკა სკოლაში? \_\_\_\_\_.

1.5. უპასუხეთ კითხვებს:



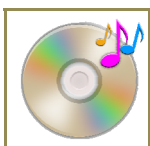
- 1. რომელია ალკოჰოლური სასმლის სინონიმი?  
ა) ეთილის სპირტი;    ბ) სპირტი;    გ) ბრენდი;    დ) ღვინო.
- 2. რაზეა დამოკიდებული ალკოჰოლური სასმლის სიძლიერე?  
ა) მომზადების ტექნოლოგიაზე;  
ბ) ეთილის სპირტის შემცველობაზე;  
გ) ალკოჰოლურ სასმელზე.
- 3. რას ნიშნავს ფერმენტაცია, ანუ ალკოჰოლის დუღილი?  
ა) ალკოჰოლური სასმლის ადუღებას;  
ბ) საფუარის შაქარზე გემოქმედებას;  
გ) შაქრის საფუარზე გემოქმედებას.
- 4. რას ნიშნავს აპერიტივი?  
ა) მადას;  
ბ) სასმელს, რომელსაც სვამენ დესერტთან ერთად;  
გ) სასმელს, რომელსაც სვამენ ჭამამდე.
- 5. რომელი სასმელი მიიღება ყურძნისგან?  
ა) ლუდი;    ბ) პერი;    გ) სიდრი;    დ) როზე.



1.6. გაეცით კითხვებს პასუხები. ისაუბრეთ.



- რომელ სასმელს ანიჭებთ უპირატესობას და რატომ?
- რომელი ალკოჰოლური სასმელია საქართველოში პოპულარული? როგორ ფიქრობთ, რა არის ამის მიზეზი?
- თქვენი აზრით, რა უარყოფითი და დადებითი თვისებები აქვს ალკოჰოლს?



1.7. მოისმინეთ დიალოგი:

ფრთხილად ალკოჰოლთან!



## ლექსიკონი

**სრულწლოვანი** — 18 წელს გადაცილებული ადამიანი, ზრდასრული  
**არჩევანი** — უპირატესობის მიცემა, უკეთესად მიჩნევა  
**რჩევა** — დარიგება, ჭკუის სწავლება  
**თავბრუსდახვევა** — წონასწორობის დაკარგვა  
**კომა** — უგონო მდგომარეობა  
**ზომიერება** — საკმარისი, ნორმალური  
**გაღიზიანება** (ღიზიანდება ის) — გაბრაზება, გაჯავრება  
**დათრობა** (თვრება ის) — სიფხიზლის დაკარგვა, გაბრუება  
**ლოთობა** (ლოთობს ის) — მაგარი სასმელების ხშირად მიღება

### შ ე ს ი ტ ყ ვ ე ბ ე ბ ი :

არჩევნის გაკეთება  
 ზომიერების დაცვა  
 ზომიერი გამოყენება

აუდიო ჩანაწერის მიხედვით, უპასუხეთ კითხვებს:

1) ვისთვის არ შეიძლება ალკოჰოლური სასმლის მიღება?



- ა) არავისთვის;
- ბ) 18 წლამდე ასაკის ადამიანისთვის;
- გ) 18 წელს გადაცილებული ადამიანისთვის.

2) რისი უფლება არ აქვს ბავშვს?

- ა) უალკოჰოლო სასმლის შეძენის;
- ბ) ალკოჰოლური სასმლის შეძენის;
- გ) უალკოჰოლო სასმლის დაღვევის;

3) როდის არ აქვს უარყოფითი თვისებები ალკოჰოლურ სასმელს?

- ა) არასდროს;
- ბ) ჭარბად მიღების დროს;
- გ) ზომიერად მიღების დროს.

### 1.8. იცით თუ არა, რამ...<sup>...</sup>

სხვადასხვა საჭმელს სხვადასხვა სახის სასმელი ეხამება. მაგალითად, თევზის, ზღვის პროდუქტების, ფრინველის ხორცის კერძებსა და საუბმეულს — თეთრი ღვინო, სალათებსა და წითელი ხორცის კერძებს — წითელი ღვინო, ხოლო ცივს (ყველი, კიბორჩხალა) და ცხელ (სოსისი) საუბმეულს — ლუდი.

საუბმეული – ცივად მომზადებული საჭმელი (ხორცი, თევზი, მხალეული).

შეხამება (ეხამება ის მას) – შეწყობა, შეფერება (შეფერება ის მას).

წერა

1.9. ალკოჰოლური სასმელი — სასარგებლო თუ — საზიანო?



---

---

---

---

---

---

---

სიბრძნის საგანძური

„ღვინო ღმერთმა დაბადა კაცთათვის სასმელად და საკურნებლად და ხორცთა სასიძრთელოდ, არა სამთვრალოდ და გასაშმაგებლად და სასნეულოდ და სასიკვდილოდ“

(სულხან-საბა ორბელიანი).



„შომამე დაღეული ღვინო სულისა და ხორცის წამალია, შეღმეტი კი — საწამლაჲი“

(ქართული ანღაზა).

1.10. როგორ გესმით ბრძნული შეგონებების შინაარსი?

მოიძიეთ მსგავსი შინაარსის ბრძნული გამონათქვამები თქვენი ეროვნული საგანძურიდან.

2. უალკოჰოლო სასმელების დამზადების ტექნოლოგია

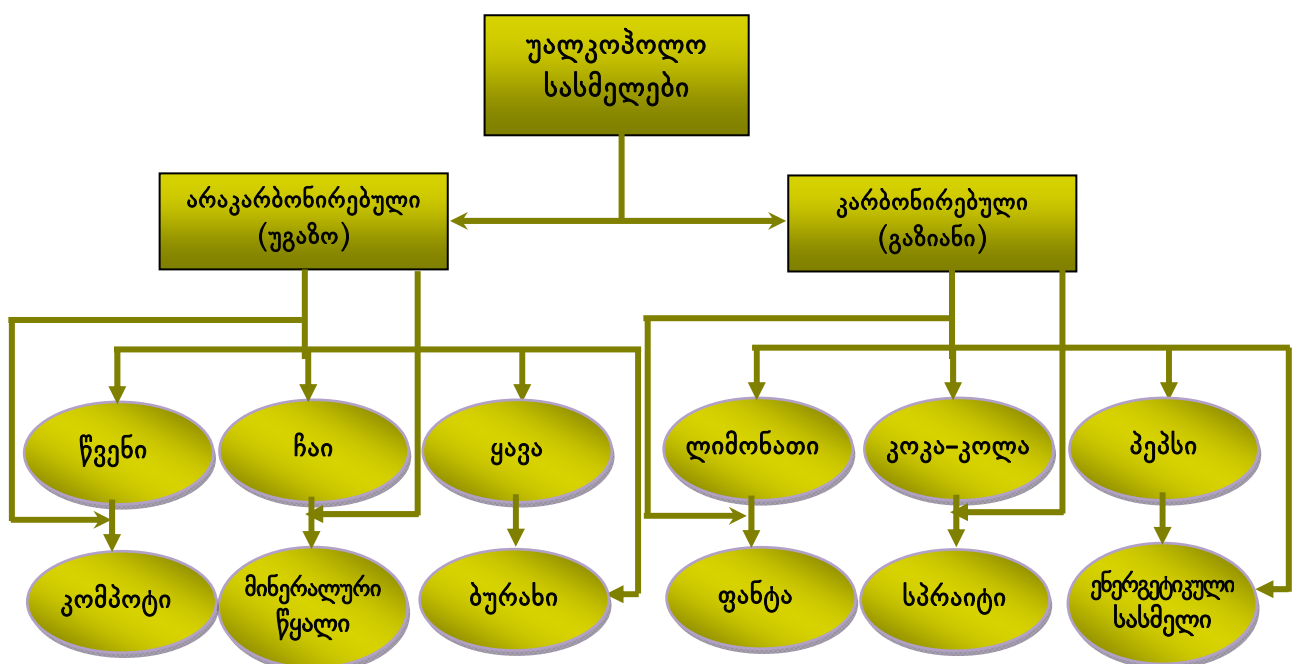


2.1. წაიკითხეთ.



ჩვენი ორგანიზმის 60% წყლისგან შედგება. წყლის საჭირო რაოდენობის შესანარჩუნებლად ადამიანი სვამს უალკოჰოლო სასმელებს: წყალს, ჩაის, წვენს, ყავას, კომპოტს, მინერალურ წყლებს: ბორჯომს, ნაბეღლავს, საირმეს და სხვ., გაზიან სასმელებს: ლიმონათს, კოკა-კოლას, ფანტას...

უალკოჰოლო სასმელი 2 სახისაა. დააკვირდით სქემას:



უალკოჰოლო სასმელებიდან ჩაი ერთ-ერთი ყველაზე პოპულარული სასმელია. ჩაი მწვანე ბუჩქია, რომლის ფოთლების დამუშავებით მიიღება ჩაი. ჩაის უწოდებენ აგრეთვე სხვადასხვა მცენარის (მაგ., პიტნის, ცაცხვის, გვირილის და სხვ.) ნაყენისგან მიღებულ სასმელსაც.

არსებობს ჩაის რამდენიმე სახეობა. ყველაზე მეტად გავრცელებულია მწვანე და შავი ჩაი.

**მწვანე ჩაი** ფერმენტაციის პროცესს ან საერთოდ არ გადის, ან ის ძალზე ცოტა ხანს გრძელდება. მისი ნაყენი ღია ყვითელი ან მწვანე ფერისაა.

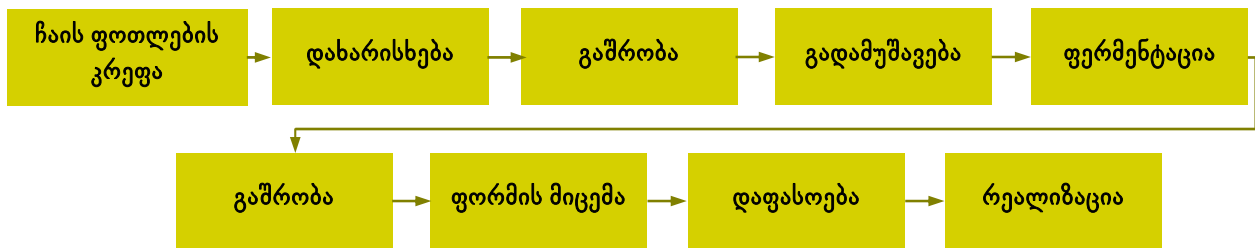
**შავი ჩაი** სასიამოვნო მოწითალო ფერით, გემოთი და არომატით გამოირჩევა. ჩინელები ამგვარ ჩაის ფერის გამო წითელ ჩაის უწოდებენ. შავი ჩაის ფოთლები **ფერმენტაციის ხანგრძლივ პროცესს** გადის. ფერმენტაცია ზოგჯერ ერთი კვირა, ზოგჯერ კი ერთი თვე გრძელდება.

**თეთრი ჩაის** ფოთლები ფერმენტაციას არ გადის. თეთრი ჩაის ნაყენი მოყვითალო-მომწვანო ფერისაა, ძალზე მცირე რაოდენობით იწარმოება და ელიტურ ჩაიდ ითვლება.

ჩაის ელიტური სახეობაა აგრეთვე **ყვითელი ჩაი**. ამგვარ ჩაის ადრე მხოლოდ ჩინეთის იმპერატორებისთვის ამზადებდნენ და მისი ქვეყნიდან გატანა არ შეიძლებოდა. ყვითელი ჩაისთვის კრეფენ არა ფოთლებს, არამედ გაუშლელ კვირტებს და შემდეგ სპეციალური ტექნოლოგიით ამუშავებენ.

ჩაი არა მხოლოდ სასიამოვნო სასმელი, არამედ სასარგებლოც არის. ის **დადებითად მოქმედებს გულის დაავადებებზე, იმუნურ სისტემასა და პირის ღრუს ჯანმრთელობაზე.**

გაეცანით ჩაის მიღების ტექნოლოგიურ პროცესებს:



**ლექსიკონი**

- ნაყენი** — ხილის, კენკრის ან სხვა მცენარის ხსნარი, გამონაწერი.
- კვირტი** — გაუშლელი ყვავილი ან ფოთოლი.
- ხანგრძლივი** — დიდი ხნის.
- გაუშლელი** — რაც არ გაშლილა.
- ელიტური** — რჩეული, საუკეთესო.
- დადებითი** — აქ: კარგი, სასარგებლო თვისებების მქონე.
- მოკრეფა (კრეფს ის მას)/მოწყვეტა (წყვეტს ის მას)** — რაიმესთვის ნაწილის მოცილება.

**შესიტყვებები:**  
 ჩაის ნაყენი  
 გაუმლელი კვირტი  
 ელიტური ჩაი  
 დადებითად მოქმედებს  
 ხანგრძლივი პროცესი

სინონიმები	
ნაყენი	= ხსნარი
მოკრეფა	= მოწყვეტა

ანტონიმები	
გამლილი	≠ გაუმლელი
დადებითი	≠ უარყოფითი
ხანგრძლივი	≠ ხანმოკლე

**2.2. ყავა.** თქვენ, ალბათ, სიამოვნებით მიირთმევთ ფინჯან ყავას. მოგწონთ მისი არომატი, თვისებები...

იცით, როგორ იწარმოება ყავა?  
 დააკვირდით მოცემულ სქემას:





ლექსიკონი

**ექსტრაქტი** — რაიმე ნაყოფისგან გამოწურული, გამონაწერი ნივთიერება.

**სუბლიმაცია** — მყარი ნივთიერების აირისებურ მდგომარეობაში გადასვლა.

**გრანულა** — რაიმე ნივთიერების წვრილი, მკვრივი გუნდა, მარცვლის მსგავსი.

**ორთქლი** — სითხის აირისებური მდგომარეობა გათბობის შემდეგ.

**თხევადი** — დინების უნარის მქონე სითხე.

**ხსნადი** — რაც სითხეში ადვილად იხსნება.

**მოხალვა** (ხალავს ის მას) — ოდნავ მოწვა.

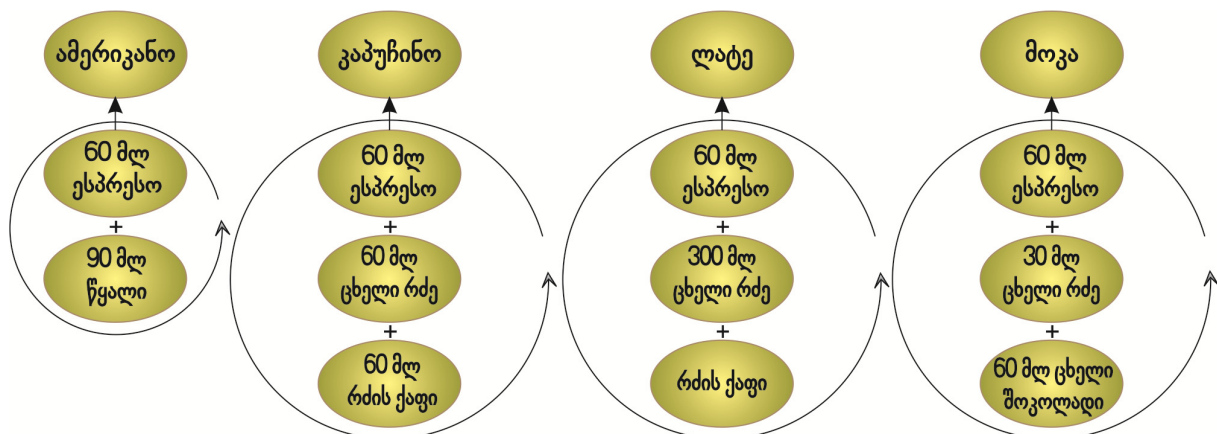
შ ე ს ი ტ ყ ვ ე ბ ე ბ ი :

დაფქული ყავა  
მოხალული ყავა  
ხსნადი ყავა

**2.3. ხსნადი ყავა** ყავის მარცვლებისგან მიღებული ფხვნილი ან გრანულებია. ხსნადი ყავა 1881 წელს საფრანგეთში გამოიგონეს, 1903 წელს კი უკოფეინო ყავის მიღების მეთოდიც შეიმუშავეს. მიუხედავად სახელწოდებისა, უკოფეინო ყავა მაინც შეიცავს მცირე რაოდენობის კოფეინს.

ხსნადი ყავის მომზადებას არ სჭირდება დიდი დრო. საკმარისია, ფინჯანში ჩაყრილ ყავის ფხვნილს ან გრანულებს დაასხათ მდულარე წყალი და ყავაც მზადაა!

**ესპრესოს** დამზადების კლასიკური რეცეპტი ასეთია: 7-10 გრ. ყავა და 25-35 მლ. წყალი. ეს რეცეპტი დაედო საფუძვლად ხსნადი ყავის პოპულარულ რეცეპტებს:



- მოამზადეთ ერთ-ერთი სახეობის ყავა და ერთად გავსინჯოთ!



ვის არ გაუსინჯავს ნატურალური წვენები და არ მოსწონებია მისი გემო, არომატი?!  
გაინტერესებთ, როგორ მზადდება წვენები?

## 2.4. წაიკითხეთ.



წვენების წარმოებისას ხილისგან გამოწურულ ნატურალურ წვენს ან **რბილობს** იყენებენ. ზოგიერთი **მწარმოებელი** სუფთა წვენს აწარმოებს, ზოგი კი დანამატებსაც იყენებს. ხილისგან დამზადებული წვენები ძირითადად 4 ტიპისაა:

1. **წვენი** – ხილის ნატურალური წვენი დანამატების გარეშე;
2. **ნექტარი** – სასმელი, რომელიც შეიცავს 30%-ს ხილის წვენს;
3. **სიროფი** – კონცენტრირებული ხილის წვენი, შეიცავს დიდი რაოდენობით შაქარს;
4. **სკვოში** – სასმელი, რომელიც შეიცავს ხილის რბილობის პატარა ნაჭრებს;

ყველა ეს წვენი **მწიფე** ხილის დაქუცმაცება-**გამოწურვით** მიიღება. ალბათ, შეგიძინებიათ, რომ ზოგი წვენი **გამჭვირვალეა**, ზოგი კი — **მღვრიე**. ამის მიზეზი ის არის, რომ ზოგიერთი ხილისა და კენკრის წვენს რბილობი ძნელად სცილდება. ასეთებია, მაგალითად, ატამი, გარგარი, ქლიავი, ალუბალი, მოცხარი... ასეთი ხილისგან დამზადებული წვენი ხილის რბილობს შეიცავს და მღვრიე გამოდის, თუმცა ეს მათ ხარისხს არ ამცირებს, ასეთ წვენებს **სკვოში** ეწოდება.

წვენებისთვის დაშვებულია შაქრის, სიროფის (ანუ ვაჟინის), ლიმონის წვენის, ვიტამინების, მინერალების დამატება. **ტომატის წვენს** დამზადების დროს ემატება მარილი და სუნელები. ყველა ნივთიერება, რომელსაც წვენი შეიცავს, ეტიკეტზე უნდა იყოს მითითებული.

სამწუხაროდ, ხშირია წვენების **ფალსიფიკაცია**. წვენებს წყლით ან სხვა უფრო იაფფასიანი წვენით **აზავებენ**. ასეთ „წვენებს“ ნატურალური ფერისა და გემოს მისაცემად უმატებენ **სინთეზურ საკვებდანამატებს: საღებავებს, არომატიზატორებს, დამატკობლებს.**

დახედეთ სქემას. თვალი გაადევნეთ წვენების წარმოების ტექნოლოგიას:



## ლექსიკონი

**რბილობი** – ხილის კანქვეშა ნაწილი.

**სიროფი** – შაქრიან წყალში მოდუღებული ხილის სქელი წვენი; აგრეთვე წყალში გაჯერებული და მოდუღებული შაქარი.

**სკვოში** – ხილის წვენისგან, შაქრისა და წყლისგან დამზადებული სასმელი.

**ნაყენი** – ხილის (ან სხვა მცენარის, ვარდის...) გამოწურული სითხე.

**ფალსიფიკაცია** – გაყალბება (აყალბებს ის მას).  
**მწიფე** – საჭმელად ვარგისი ნაყოფი.  
**გამჭვირვალე** – რასაც სინათლე გადის, ძალიან წმინდა.  
**მღვრიე** – გაუმჭვირვალე, უსუფთაო, დაუწმენდელი.  
**დამატკობელი** – ის, რითაც რაიმეს ატკობენ.  
**მწარმოებელი** – ვინც რაიმეს აწარმოებს.  
**შეზავება** (აზავებს ის მას) – ორი ან მეტი სითხის ერთმანეთში არევა, შერევა.

**შ ე ს ი ტ ყ ვ ე ბ ე ბ ი :**

ხილის დაქუცმაცება-გამოწურვა  
 ხილისგან დამზადებული წვენები  
 ფერისა და გემოს მიცემა  
 სინთეზური დამატკობლები

**2.5. ა) დააკვირდით მოცემულ სიტყვებს და გაიხსენეთ, რას ნიშნავს:**

**წარმოება** – რაიმეს დამზადება.

**ნაწარმოები//წარმოებული** – რაც უკვე.....

**საწარმოებელი** – ის, რაც უნდა.....

**განმარტეთ:**

**მწარმოებელი** – ის, ვინც რაიმეს.....

**ბ) გამოთოვებულ ადგილებში ჩასვით სიტყვები:**

სოფელში წვენების ..... საწარმო ააშენეს;

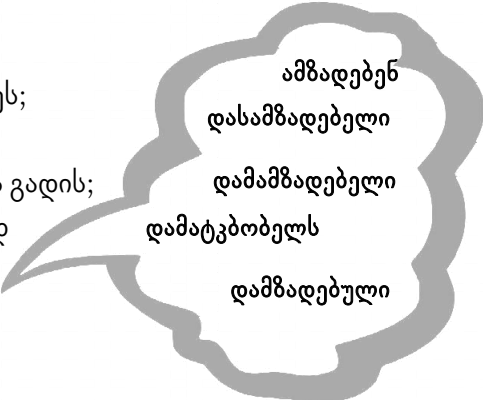
იქ ხილის წვენებს .....

..... პროდუქცია წარმოების რამდენიმე ეტაპს გადის;

ბოლოს ..... პროდუქტი სარეალიზაციოდ

საწარმოდან ბაზარზე გააქვთ.

წვენებს ზოგჯერ სინთეზურ ..... ამატებენ.



**2.6. წაიკითხეთ.**



**გაზიანი სასმელი** შეიცავს ნახშირორჟანგის აირს. ნახშირორჟანგი აძლევს სასმელს შუმსუნა გემოს. ნახშირორჟანგის შემცველობის მიხედვით არსებობს სამი სახის გაზიანი სასმელი: 1. ნაკლებად გაზიანი. 2. საშუალოდ გაზიანი; 3. ძლიერ გაზიანი.

გარდა ნახშირორჟანგისა, ნებისმიერი ტკბილი გაზიანი სასმელი შეიცავს შაქარს (ან მის შემცველს) და მჟავებს. ორგანიზმში მოხვედრის შემდეგ შაქარი ცხიმად გადაიქცევა და სიმსუქნეს უწყობს ხელს.

გარდა ამისა, შაქარიც და მჟავაც (განსაკუთრებით ლიმონმჟავა) უარყოფითად მოქმედებს კბილებზე, **შლის კბილის მინანქარს**, იწვევს **კარიესს**.

2.7. უპასუხეთ კითხვებს, თქვენი პასუხები გააცანით ჯგუფში ერთმანეთს, ისაუბრეთ.



- რომელ უალკოჰოლო სასმელს ანიჭებთ უპირატესობას?
- თქენი აზრით, რომელი უალკოჰოლო სასმელია ყველაზე სასარგებლო და რატომ?
- სვამთ გაზიან სასმელებს? რომელს? რატომ?
- გიცდიათ თავის შეკავება გაზიანი სასმელების დალევისაგან?
- წაკითხული ინფორმაცია შეცვლის თქვენს დამოკიდებულებას ალკოჰოლური და უალკოჰოლო გაზიანი სასმელების მოხმარების მიმართ?



2.8. მოისმინეთ დიალოგი:

რა ვიცი თ ყავის შესახებ

აუდიო ჩანაწერის მიხედვით, გაეცით კითხვებს პასუხები:

1. რომელია ყველაზე პოპულარული უალკოჰოლო სასმელი?  
ა) წვენი; ბ) ყავა; გ) ჩაი; დ) ბურახი.
2. რა თვისებები არ აქვს ყავას?  
ა) აფხიზლებს; ბ) ხსნის დაღლილობას; გ) მადას მატებს; დ) ენერგიას მატებს.
3. რატომ არის რობუსტა უფრო მწარე და მაგარი არაბიკასთან შედარებით?  
ა) უფრო არომატულია; ბ) უფრო მეტი კოფეინი აქვს;  
გ) განსხვავებული ტექნოლოგიით მზადდება.
4. რომელი სასმელი შეიცავს კოფეინს?  
ა) კოკა-კოლა; ბ) ჩაი; გ) უკოფეინო ყავა; დ) გაზიანი სასმელი.

2.9. გავიხსნათ გაზიანი სასმლის დალევის დაუძლეველი სურვილი? უარყოფითი შედეგის თავიდან ასაცილებლად დაიცავით რამდენიმე წესი:



- ეცადეთ გაზიანი სასმელი მიიღოთ მილაკით;
- მიირთვით საკვებთან ერთად;
- არასოდეს არ დალიოთ უზმომზე;
- გაზიანი სასმლის დალევისთანავე ნუ გაიხეხავთ კბილებს. ამით მინანქარს დაიზიანებთ.

მინანქარი – კბილის ემალის, კბილის გარეთა დამცავი ფენა.

2.10.

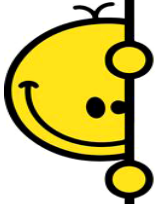
ეს საინფორმაციო



საქართველო არამართო ღვინით არის ცნობილი... ჩვენმა წინაპრებმა კარგად იცოდნენ ხილისგან უალკოჰოლო გამაგრილებელი სასმელების დამზადება. მათ შორის გამორჩეულია მიტროფანე ლალიძის მიერ დამზადებული უალკოჰოლო სასმელი „ლალიძის წყლები“. მისი პოპულარობა საქართველოს საზღვრებს გასცდა და საერთაშორისო აღიარება მოიპოვა.

2.11.

სასატგებლ ტჩეჟები:



გინდათ იცოდეთ, შეიცავს თუ არა წვენი კონსერვანტებს?

- გადმოსახით წვენი ჭიქაში და გააჩერეთ სითბოში. უკონსერვანტო პროდუქტი რამდენიმე დღეში იწყებს დუღილს.
- წვენებში ხელოვნური საღებავების აღმოსაჩენად წითელი ფერის ცოტაოდენ წვენს დაუმატეთ სოდა და კარგად აურიეთ. თუ წვენის ფერი შეიცვალა და მოლურჯო გახდა, ეს ნიშნავს, რომ წვენის ფერი ნატურალურია.

2.12.

იციო თუ არა, რამ...?

ყავის აღმომჩენად თხა ითვლება.

ეს უბრალოდ მოხდა...

ერთხელ აფრიკაში თხებმა ხის ძირში მოხვეულ მარცვლებს გემო გაუსინჯეს. მწყემსებმა შენიშნეს, რომ თხებს მოუსვენრობა დაეტყობო. სახლში დაბრუნებული თხები კი მთელი ღამე ფხიზლად იყვნენ. მარცვლები მწყემსებმაც დააგემოვნეს და უჩვეულო მხნეობა იგრძნეს. მიხვდნენ, რომ თხებმა დიდ აღმოჩენას მიაგნეს.

პრეზენტაცია

2.13. მოიძიეთ ინტერნეტში ინფორმაცია ჩაის ნაყენის დამზადების ტექნოლოგიისა და სმის იაპონური რიტუალის (წესის) შესახებ და გააცანით მეგობრებს.

წერა

2.14. ჩემი საყვარელი უალკოჰოლო სასმელი




---



---



---



---



---

სიბრძნის საგანძური

1.15. წაიკითხეთ გამონათქვამი და თქვენი სიტყვებით გადმოეცით მისი შინაარსი:

„რბე მოზარდებისთვის ღვინოა, ხოლო ღვინო მოხუცებისთვის – რბე“.

### 3. საქართველო – ვაზისა და ღვინის სამშობლო



#### 3.1. წაიკითხეთ.



საქართველოში ვაზის კულტურას (ყურძნის მოყვანასა და ღვინის დამზადების ტექნოლოგიას) მეცნიერები რამდენიმე ათასწლეულით ათარიღებენ. მეცნიერთა მოსაზრებას ადასტურებს არქეოლოგიური გათხრების შედეგად აღმოჩენილი ღვინის სხვადასხვა ჭურჭელი და ქვევრის ფსკერზე დაღეჭილი წიპწები.

საქართველოშია ნაპოვნი ვაზის უძველესი ჯიში, ველური ვაზი — კრიკინა, რომელიც წითელ წიგნშია შეტანილი. მნიშვნელოვანია ის ფაქტი რომ მსოფლიოში ცნობილი ვაზის 4000 სახეობიდან 500 ქართულია.

ვაზი — მისი მოვლა, მასზე ზრუნვა ქართველისათვის ღვთის სამსახურია, სამშობლოს სიყვარულის ტოლია. მოუსმინეთ დიდი მწერლის, ნოდარ დუმბაძის, სიტყვებს: „... იქნებ ვაზია სამშობლო? აბა, დაუკვირდით, თუ დაბლარია, დაჩოქლმა უნდა დაკრიფო, თუ მალლარი — ცაში ხელაპყრობილმა. ორივე საოცრად ჰგავს ლოცვას. დალოცვა კი ისე არაფერს უხდება, როგორც სამშობლოს.“

საქართველოში ღვინის დამზადების ტრადიციაზე ჯერ კიდევ ჰომეროსი (ძვ.წ.ა.VIII ს.) მიგვანიშნებდა თავის თხზულება „ოდისეაში“. ოდისევის კოლხეთში სტუმრობისას მოიხიბლა „საამო სასმლით“, „ლალისფერი ცქრიალა ღვინით“. ძვ. წ.ა. III საუკუნის ბერძენი მწერალი, „არგონავტიკის“ ავტორი, აპოლონიოს როდოსელი, წერდა: არგონავტებმა კოლხეთის მეფე

აიეტის სასახლეში „იხილეს ვაზის **ტალავერი**, რომლის ქვეშ ღვინის „მადრევანი მოჩუხჩუხებდა.“

შუა საუკუნეების ევროპელი მოგზაურები, დიპლომატები, მწერლები აღტაცებული წერდნენ ქართული სუფრისა და მისი განუყოფელი ნაწილის — ღვინის შესახებ.

დღეს ქართული ვაზისა და ღვინის **ღირსებას** მთელი მსოფლიო **აღიარებს**. კონკურსებში გამარჯვებულ, უამრავი ჯილდოს მფლობელ „რქაწითელს“, „საფერავს“, „ოჯალემს“, „ქინძმა-რაულს“, „ხვანჭკარას“, „ცოლიკაურს“ და სხვა ღვინოებს ბევრი ქვეყნის მაღაზიებში შეხვდებით.

დასასრულ, უნდა აღინიშნოს, რომ, **იუნესკოს** გადაწყვეტილებით, კახური ქვევრის ღვინო შეტანილია მსოფლიოს **არამატერიალური კულტურული მემკვიდრეობის** ნუსხაში **ქართული მრავალხმიანი სიმღერისა და უძველესი ანბანის მსგავსად**.

3.2.



ლექსიკონი

- ვაზი** — მცენარე, რომლის ნაყოფი არის ყურძენი.
- წიპწები** — ყურძნის კურკები, თესლი.
- ქვევრი** — ღვინის შესანახი თიხის ჭურჭელი, რომელიც მიწაშია ჩამარხული.
- ფსკერი** — ძირი.
- ყურძნის მოყვანა** — ყურძნის მოპოვება.
- ველური** — აქ: გარეული (ვაზი).
- წითელი წიგნი** — წიგნი, რომელშიც შეტანილია გადაშენების გზაზე მდგარი მცენარე ან ცხოველი.
- დაბლარი** — აქ: დაბალი ვაზი.
- ტალავერი** — ვაზის გადახურული ფანჩატური.
- დალექილი** — სითხეში შერეული გაუხსნელი ნივთიერება.
- დაჩოქილი** — მუხლისთავებზე მდგარი, მუხლმოყრილი ადამიანი.
- ხელაპყრობილი** — მაღლა ხელაწეული.
- აღმოჩენილი** — ნაპოვნი, გამოვლენილი.
- ნაპოვნი** — რაც იპოვეს, აღმოაჩინეს.
- გაოცება** — მეტისმეტი გაკვირვება უცნაური, მოულოდნელი მოვლენით.
- აღტაცება** — უდიდესი სიამოვნების და მოწონების გრძნობა.
- ღირსება** — აქ: ხარისხი, ავკარგიანობა.
- დალოცვა** (ლოცავს ის მას) — ღვთისადმი ვინმესთვის (რაიმესთვის) სიკეთის თხოვნა.
- აღიარება** (აღიარებს ის მას) — საჯაროდ რაიმეს ცნობად მიღება.

შესიტყვებები:	
ველური ვაზი	კულტურული მემკვიდრეობა
მნიშვნელოვანი ფაქტი	არამატერიალური კულტურის ძეგლები
ღვინის ჭურჭელი	
საამო სასმელი	
ქვევრის ღვინო	

სინონიმები
ფსკერი = ძირი
ქვევრი = ჭური
ვაზი = ვენახი
გაოცება = გაკვირვება, განცვიფრება

ანტონიმები
დადასტურება ≠ უარყოფა
დაბლარი ≠ მაღლარი
ნაპოვნი ≠ დაკარგული
ღირსება ≠ უღირსება

**3.3. დაფიქრდით და უპასუხეთ:**

- რომელი დროის ფორმა აქვს თითოეულ წინადადებაში ზმნას?
  - ღვინოს ქვევრში ინახავდნენ.
  - ღვინო ქვევრში შეინახეს.
- დაწერეთ რა კითხვა დაესმის მოცემულ წინადადებებში ზმნას?
  - ინახავდნენ (ისინი მას) — რას .....
  - შეინახეს (მათ ის) — რა .....

თქვენ, ალბათ, მიხვდით, რომ ზმნას შენახვა წარსული დროის ფორმა აქვს ორივე წინადადებაში.

- ინახავდნენ (ისინი მას) — რას შვრებოდნენ? მოქმედება დაუსრულებელია, უწყვეტია (უსრული წარსული).
- შეინახეს (მათ ის) — რა ქნეს? მოქმედება დასრულებულია (სრული წარსული).

**3.4. დაიმასოვრეთ**

თუმცა დახმარებით გადმოიცემა წარსულში მომხდარი უნახავი მოქმედების შედეგი ახლა, ან წარსულში მომხდარ მოქმედების შედეგზე ახლა კეთდება დასკვნა.

### 3.5. დააკვირდით წინადადებას:

(თურმე) ყველას უღიარებია ქართული ღვინის ღირსებები.

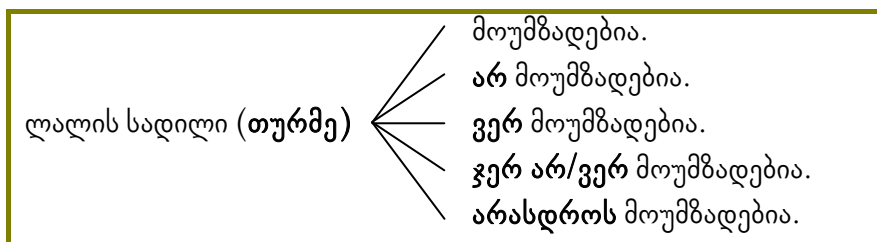
დაფიქრდით და უპასუხეთ:

ზმნა (თურმე) უღიარებია გადმოგვცემს:



- ა) წარსულში შესრულებული მოქმედების შედეგს;
- ბ) ახლა (ახლანდელ დროში) შესრულებულ მოქმედებას;
- გ) მომავალში შესასრულებელ მოქმედებას;
- დ) წარსულში შესრულებულ მოქმედებას;
- ე) წარსულში დაუსრულებელ განგრძობით მოქმედებას.

### 3.6. წაიკითხეთ წინადადებები:



## და ი მ ა ხ ს ო ვ რ ე თ

რა შემთხვევაში გამოიყენება ხაზგასმული დამხმარე (უარყოფითი მნიშვნელობის) სიტყვები წარსულ — შედეგობით დროში (I თურმეობითში):

- ა. (თურმე) **არ** მოუმზადებია — მოქმედების შეუსრულებლობა (წინასწარი განზრახვით, სურვილით) ან რაღაც მიზეზით.
- ბ. (თურმე) **ვერ** მოუმზადებია — მოქმედების შეუსრულებლობა კონკრეტული მიზეზით, მიუხედავად სურვილისა.

### 3.7. ისევ წაიკითხეთ ტექსტი და უპასუხეთ კითხვებს:



- რას ადასტურებს საქართველოში აღმოჩენილი ყურძნის წიპწები?
- მსოფლიოში ცნობილი 4 ათასი ვაზის ჯიშიდან რამდენია ქართული?
- რაზე მიგვანიშნებს უძველეს წერილობით ძეგლებში ნახსენები ქართული ღვინო?
- რას უტოლდება საქართველოში ვაზისადმი სიყვარული? დაიმოწმეთ ტექსტი.
- რომელი ტექნოლოგიით დამზადებული ქართული ღვინო შეიტანა იუნესკომ მსოფლიო კულტურული მემკვიდრეობის ნუსხაში?

### 3.8. ისაუბრეთ.



- მუსტაფა, წაიკითხე განცხადება?
- არა, სასწავლებელში ახლა მოვედი, არ მინახავს.
- წამოდი, ერთად ვნახოთ... — შეხედე, რა წერია!

**გ ა ნ ც ხ ა დ ე ბ ა**  
**15-17 მაისს მოეწეობა ექსკურსია ქალაქ-მუზეუმ ვანში, მეღვინეობის**  
**ერთ-ერთ უძველეს ცენტრში.**  
**ექსკურსიაზე წასვლის მსურველებმა მიმართეთ ჯგუფის კურატორს.**  
**სასწავლებლის ადმინისტრაცია**  
**12 მაისი, 2018 წ.**

ალი, აუცილებლად წავიდეთ. იქ ბევრ საინტერესო ადგილს დავათვალიერებთ.

...მზიანი ამინდით შეეგება ვანი სტუმრებს. გიდი მათ „ახლედინების გორისაკენ“ გაუძღვა. იმ მიდამოებში აღმოჩნდა სწორედ ქვევრებიანი სარდაფი და მეღვინეობასთან დაკავშირებული სხვადასხვა საგანი.

**მუსტაფა:** ნუთუ მართლა 8000 წლის წინ დაიწყო საქართველოში ღვინის წარმოების კულტურა?  
**გიდი:** სამი წლის განმავლობაში იკვლევდნენ შვიდი ქვეყნის ცნობილი მეცნიერები უძველეს ცნობებს, არქეოლოგიურ მასალებს. თიხის ჭურჭელში დალექილმა მჟავამ და ყურძნის წიპწებმა დაადასტურეს ქართული ღვინის ასაკი. ვანშია აღმოჩენილი ბრინჯაოს ქანდაკება — თამადა ყანწით ხელში, რომელიც ძვ. წ. ა. VII საუკუნით თარიღდება. ეს ქანდაკება იყო სიმბოლო 2017 წელს საფრანგეთის ქალაქ ბორდოში გამართული გამოფენისა „საქართველო — მეღვინეობის აკვანი“.

ამ გამოფენამ და მეცნიერთა კვლევებმა დაადგინეს, რომ სწორედ საქართველოა ღვინის სამშობლო.

**ირაკლი:** საყურადღებოა ის ფაქტიც, რომ ღვინის ქართულ წარმომავლობაზე მისი სახელწოდებაც მეტყველებს. ქართული სიტყვა „ღვინის“ ძირი „ვინ“ თითქმის ყველა ენაშია შემონახული.

**ელენე:** არც ის დავივიწყოთ, საქართველოში ვაზის სიყვარული სამშობლოს სიყვარულს რომ უტოლდება. საქართველოშია შემორჩენილი ვაზის უძველესი ჯიშიც — კრიკინა.

**კარინე:** მოსმენილი და წაკითხული კარგია, მაგრამ სულ სხვაა საკუთარი თვალით ნახაბი. არაჩვეულებრივი ექსკურსია იყო.

**ირაკლი:** გეთანხმები. ამიტომ შემდეგი ექსკურსია ქვემო ქართლში მოვაწყოთ. ვნახოთ ის ადგილები, სადაც აღმოაჩინეს უძველესი ადამიანების სამარხი, ღვინის დასამზადებლად საჭირო ნივთები, ყურძნის, წიპწები... შემოდგომაზე კი კახეთი მოვინახულოთ, ჩვენი თვალთ ვნახოთ კახური რთველი, ქვევრში ღვინის დაყენების ტექნოლოგია.

**მუსტაფა:** კარგი აზრია, სასიამოვნო დროსტარება გველის.

- **დავალება. ამოწერეთ ახალი სიტყვები და დაიმახსოვრეთ.**

### 3.9. *ეს სავსეა*

ლეგენდები ვაზისა და ღვინის წარმოშობის შესახებ არაერთ უძველეს ხალხს შეუქმნია. ბერძნული გადმოცემის თანახმად, ყურძენს პირველად ცხვარმა მიაგნო...

მეფე ოინეუსის მწყემსმა შეამჩნია, რომ ერთი ცხვარი ხშირად ფარიდან გარბოდა და ფარეხში გვიან ბრუნდებოდა. ერთხელ მწყემსი ცხვარს უკან გაჰყვა და ნახა, რომ ცხოველი უცხო მცენარის ნაყოფს შეექცეოდა. თვითონაც დაკრიფა ნაყოფი, დაწურა და წვენს წყალი შეურია. სითხემ რამდენიმე ხანში გემო შეიცვალა და მისგან მათრობელა სასმელი დადგა. მწყემსმა ის მეფეს მიაჩვენა. მეფე ოინეუსს მოეწონა სასმელი და მას თავისი სახელი დაარქვა „ოინოს“ — ასე უწოდებენ ბერძნები ღვინოს დღესაც.



პრეზენტაცია

3.10. ყურძენი და მისი გამოყენება ჩვენს რეგიონში

წერა

3.11. ჩვენი ოჯახის საყვარელი ქიშიშიანი კერძი



Blank lined area for writing.

სიბრძნის საგანძური

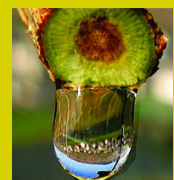
წაკითხეთ.

„არა მკონია, რომელიმე ყვაფილის ან ხის აყვაფება იქნება ისეთი ლამაში, ვიდრე ვაშის ყვაფილის“...

ღაბარებული მაქვს შეილიშვილებისათვის: როცა მოვეკვდები, ჩემივე ხელით დარგულ ვენახში დამმარხონ. ყოველ გაზაფხულს, ვაშის ტირილის თვეში, ჩემმა ვაშებმა დამიტირონ“

(კონსტანტინე გამსახურდია).

ვაშის ტირილი გასხვლის ღროს მიყენებული „ჭრილობიდან“ წვენიც დენას ჰქვია. ტირის ვაში, ტირის მარტის მთელ თვეში, სტკივა ჭრილობა და... ტირის... ცრემლოვად იღვრება და წვეთ-წვეთად დაღვრილი მისი წვენი 2.5 ლიტრი ან ბევრად მეტია.



3.12. უბასუხეთ:

რა განიცადეთ?

## V თავი სამზარეულო – ქვეყნის კულტურის ნაწილი



## 1. ქართული რეგიონალური სამზარეულო

## 1.1. წაიკითხეთ.



ყველა ქვეყანას აქვს თავისი დამახასიათებელი **გასტრონომიული კულტურა**, ანუ სამზარეულო, რაც გულისხმობს კონკრეტული კერძების რეცეპტების მრავალფეროვნებას, მათი მომზადების ტექნოლოგიას და მრავალსაუკუნოვან ტრადიციას. სხვადასხვა ქვეყნის სამზარეულოს თავისებურებებს განაპირობებს გეოგრაფიული, ისტორიული, რელიგიური, ეთნიკური და სხვა **ფაქტორები**. ამ თავში ჩვენ ზოგადად გავეცნობით საქართველოს რეგიონალურ და საქართველოში მცხოვრები ეროვნული უმცირესობების — სომხებისა და აზერბაიჯანელების გასტრონომიულ კულტურასა და კვებით ტრადიციებს.

**ქართული სამზარეულო** საუკუნეების განმავლობაში **ყალიბდებოდა** და ვითარდებოდა. საქართველოში უძველესი დროიდან იყენებდნენ საკვებად მარცვლეულს, ხილ-ბოსტნეულს, პარკოსნებს, ბალახეულს და სხვ. გარდა ამისა, განვითარებული იყო **მესაქონლეობა** და მოსახლეობა იკვებებოდა **როგორც** ხორციით, **ისე** რძითა და რძის პროდუქტებით.

საქართველოს კუთხეების სამზარეულო მკვეთრად განსხვავდება ერთმანეთისგან. აღმოსავლეთ საქართველოს კულინარიაში უფრო მეტად ხორცისა და მცენარეულისგან დამზადებული კერძები, სხვადასხვა სახის შეჭამანდი (წვნიანი), პურის ნაირსახეობა გვხვდება.

დასავლეთ საქართველო უფრო მდიდარია სანელებლებით შეზავებული ცხარე კერძებით და რძის პროდუქტების მრავალფეროვნებით. აქ პურის ნაცვლად სიმინდის ფქვილს და მისგან დამზადებულ საკვებს: ღომს, მჭადს, ჭვიშტარს მიირთმევენ.

აღსანიშნავია სამხრეთ საქართველოს კულინარიული ტრადიციები. ამ რეგიონში კარგად იყო განვითარებული **როგორც** მიწათმოქმედება, **ისე** მეცხოველეობა, რაც კვების კულტურასა და კერძების მრავალფეროვნებაზეც აისახა.

საქართველო — ევროპისა და აზიის **გზაგასაყარზე** მდებარე ქვეყანა, სასიკეთოდ განიცდიდა სხვადასხვა ქვეყნის კულტურის გავლენას. აქ ერთმანეთს კვეთდა აზიისა და ევროპის დამაკავშირებელი სავაჭრო გზები და ყველა ის პროდუქტი, რაზეც ევროპაში იყო მოთხოვნა, საქართველოშიც რჩებოდა. გარდა ამისა, საქართველოს დამყრობლებმაც იქონიეს გავლენა კვებით ტრადიციებზე. სწორედ ამ და სხვა ფაქტორებს უკავშირდება აღმოსავლური სანელებლებისა და გემოთა შეხამების გავრცელება და დამკვიდრება ჩვენში.

საქართველოს გასტრონომიაში დიდი ცვლილებები დაიწყო XVII საუკუნიდან, როდესაც ქვეყანაში ნელ-ნელა შემოვიდა ახალი კონტინენტის — ამერიკის ტრადიციული პროდუქტები: სიმინდი, ლობიო, პამიდორი, კარტოფილი და სხვ. დროთა განმავლობაში სიმინდმა ჩაანაცვლა ღომი, ლობიომ — ოსპი, მუხუდო და სხვა მანამდე გავრცელებული ტრადიციული კულტურები. ღომი, რომელიც დასავლეთ საქართველოში ძალზე პოპულარულია, მცენარე ღომის მარცვლისგან მზადდებოდა. დღეს კერძს იმავე მარცვლეულის სახელი ჰქვია, მაგრამ ის სიმინდის ღერლილისგან მზადდება.

### 1.2. გააგრძელეთ კითხვა. ქართული რეგიონალური სამზარეულო



**კახეთი** განთქმულია ვენახებით და ღვინის წარმოების უძველესი ტრადიციით. ყურძნის წვენისგან — ბადაგისგან მზადდება ტრადიციული ტკბილეული — **თათარა** და **ჩურჩხელა**. კახური სამზარეულოს შეუდარებელი კერძია **ჩაქაფული** — ბატკნის ხორცისა და არომატული მწვანილებისგან მომზადებული, სურნელოვანი წვნიანი, რომლის ანალოგი მსოფლიოში არ არსებობს. გარდა ამისა, კახეთში, ტრადიციულად, ამზადებენ **ხაშლამას**, **მწვადს**, **ჩიხირთმას** და სხვ. კახური მწვადის უპირატესობა ის არის, რომ მას **წალამზე** — ვაზის ლერწებზე წვავენ, რაც განუმეორებელ გემოსა და არომატს სძენს კერძს. აღსანიშნავია კახური შოთი — თონეში გამომცხვარი გრძელი ფორმის სურნელოვანი დედას პური.

**შიდა ქართლი** განთქმულია წვნიანებით, ანუ როგორც მათ უწოდებენ, შეჭამანდებით. უნდა აღინიშნოს შინდის, ლოლოსა და დოს შეჭამანდი, ასევე მრავალგვარი მცენარისა და ბალახისგან (ჯიჯილაყა, დანდური, ჭინჭარი, ნაცარქათამა და სხვ.) მომზადებული სხვადასხვა მხალეული. ქართლში აცხობენ ტკბილ და სურნელოვან კვერს — **ნაზუქს**.

**ქართლის** სამზარეულოსთან აუცილებლად უნდა ვახსენოთ **ოსური ხაჭაპური** — **ხაბიზინა**, რომელიც კარტოფილითა და ყველის გულსართით მზადდება.

**აჭარის** ტრადიციული კერძები ძალზე ნოყიერია. მათ მოსამზადებლად მაღალ მთაში ნაკვები საქონლის რძე, ნაღები და კარაქი გამოიყენება. აჭარული სამზარეულოს ყველაზე ცნობილი საჭმელია **აჭარული ხაჭაპური**. აჭარული ხაჭაპურის გულსართია ყველი, რომელსაც ცხობის ბოლო ეტაპზე კვერცხის გულსა და კარაქს უმატებენ. აჭარული კერძებია: **იახნი** (ხორცისა და ნიგვზისგან მომზადებული წვნიანი), **სინორი** (უსაფუვრო ცომის ხვეულებისა და ნადულისგან მომზადებული კერძი), **ბორანო** (ერბოში შემწვარი ყველი), **ჩირბული** (კვერცხითა და ნიგვზით მომზადებული საუბზე), **ყურუთი** (ნადულისა და სიმინდის ფქვილისგან მომზადებული კვერები) და სხვ. აჭარული კულინარიის მშვენიერებაა **ბაქლავა** — ცომის ძალიან თხელი ფენებისგან გამომცხვარი ნიგვზის გულსართიანი ნამცხვარი.

**სამცხე-ჯავახეთის** სამზარეულო მდიდარია ხორბლის ფქვილისგან მომზადებული უამრავი სახეობის კერძით. მესხური ფენოვანი **ქადა** ტკბილი ნამცხვარია. მისი გულსართი კარაქში მოშუშული ფქვილისა და შაქრისგან მზადდება. **თათარბერაკი** ცომის წვრილი ნაჭრებისგან მომზადებული კერძია, რომელსაც ერბოში მოშუშულ ხახვთან ერთად ჭამენ. ცომისგან მომზადებული კიდევ ერთი ტრადიციული კერძია **წეროხინკალი**. სამცხე-ჯავახეთში ზამთრისთვის ამრობენ და ამარილებენ ხორცს, რომელსაც **აპოხტი** ეწოდება. პოპულარულია თუთის წვენიდან დამზადებული სქელი ტკბილი წვენი — **ბაქმაზი**. მას სხვადასხვა კერძის მოსამზადებლად იყენებენ.

მრავალფეროვანია **მეგრული სამზარეულო**. პოპულარულია დაღერდილი სიმინდის ღომი და სულუგუნი. ღომს ძალიან უხდება მეგრული **ხარშო** — საქონლის ხორცისგან დამზადებული ცხარე, სქელი წვნიანი. ღომს ხარშვისას უმატებენ ყველს, ასე მზადდება **ელარჯი** — ფაფუკი, გემრიელი კერძი. მეგრული სამზარეულოს ნამდვილი შედეგია **გებჟალია**, ჭყინტი ყველისა და პიტნის რულეტი. მისი მომზადება სისწრაფესა და გამოცდილებას მოითხოვს, შედეგი კი გასაოცარია. გემრიელია **მეგრული ხაჭაპური**. მას ზემოდანაც ყველი აყრია.

მეგრული სამზარეულო არ არსებობს **აჯიკის** გარეშე. ესაა წიწაკის და სხვა სანელებლებისგან დამზადებული ცხარე სოუსი, რომელსაც ცალკეც ჭამენ და კერძების შესაზავებლად იყენებენ.

**აფხაზური** სამზარეულო ყველაზე ახლოს დგას მეგრულთან. აფხაზური კერძები ცხარეა, რადგან აჯიკა აქაც წამყვანი პროდუქტია. აფხაზები სიმინდის ფქვილისგან (და არა დაღერდილისგან) ხარშავენ ფაფას, რომელსაც **აბისტას** უწოდებენ. აბისტა მათი ყოველდღიური კერძია. მას სხვადასხვა გარნირთან ერთად ჭამენ. აფხაზური კერძებია: **არიცვმგელი** (ნიგვზიანი მჭადი), **აშეჩაპანი** (გადაბელილი ყველი), **აყრდცა** (ლობოს წვნიანი) და სხვ.

სვანები აცხობენ **კუბდარს**, ის საფუვრიანი ცომისა და სვანური მარილით შეზავებული ხორცისგან მზადდება. **სვანური მარილი სვანური** სამზარეულოს მარგალიტია. მარილის ერთ-ერთი ინგრედიენტია მთის **ძირა**. ძალზე გემრიელი და ნოყიერი კერძია **თაშიჩაბი** (მერწვი) —

მოხარშულ, ცხელ კარტოფილში გადაზღვნილი სვანური ყველი. სვანები სიმინდის ფქვილისა და ყველისგან უგემრიელეს კვერებს — **ჭვიშტარს** ამზადებენ.

**რაჭა-ლეჩხუმის** კულინარიაში წამყვანი ადგილი უკავია ლობიოს კერძებს და ცომეულს. განთქმულია **რაჭული ლობიანი** — ლობიოს გულსართიანი ღვებელი. **ლორისათვის** რაჭაში სპეციალური ტექნოლოგიით ამუშავებენ და ბოლავენ ღორის ხორცს. რაჭული სამზარეულოს მშვენიერებაა ქათმის ხორცისგან მომზადებული კერძი — **შქმერული**.

**იმერეთი** პირველ რიგში განთქმულია **იმერული ხაჭაპურით**, რომელსაც თხელი კანი და ყველით სავსე გულსართი აქვს. იმერული ხაჭაპური საფუვრიანი ცომისა და ჭყინტი ყველისგან მზადდება. იმერეთში ამზადებენ სხვადასხვანაირ **მხალეულს**. იქაურ ტყეებში უამრავი სახეობის **სოკო** იზრდება. ნიყვი, მიქლიო, მანჭკვალა და სხვ., რომლებსაც საკვებად იყენებენ. იმერლები ხორციან თუ მცენარეულ კერძებს უმეტესად ნიგვზით, მწვანელით, ძმრით, სანელებლებით, კვანძარახით, ტყლაპით კამზავენ.

**გურულ** სამზარეულოში დიდი ადგილი უკავია მცენარეულ და ხორცეულ კერძებს, განსაკუთრებით — ფრინველისგან დამზადებულ კერძებს. გურულები ნიგვზით (ან თხილით) და სანელებლებით აზავენ მხალეულობას, ქათმის კერძებს და სხვ. განსაკუთრებით უყვართ ე.წ. **კევერა მხალი** მჭადთან ერთად. გურულების **მჭადი** გამორჩეულია — მას კეცზე აცხობენ, რომლის ძირშიც კაკლის (ან სხვა მცენარის) ფოთლებს აფენენ. ეს მჭადს განსაკუთრებულ სურნელსა და გემოს აძლევს. საშობაოდ, ტრადიციულად, აცხობენ **გურულ ღვებელს**, რომლის გულსართი ყველი და მაგრად მოხარშული კვერცხია. განსხვავებულია გურული **ჩურჩხელა**. მას, ნიგვზის ნაცვლად, თხილისგან ამზადებენ და **ჯანჯუხას** უწოდებენ.

**მთიულეთის** (ფშავ-ხევსურეთი, ხევი, თუშეთი) სამზარეულო შედარებით ღარიბია, რაც მკაცრი კლიმატით და ბუნებრივი პირობებით არის გამოწვეული, თუმცა აქაური გას-ტრონომიის საკუთრებაა საქართველოში ყველაზე პოპულარული კერძი — **ხინკალი**. ხინკლის მოსამზადებლად საჭიროა უსაფუვრო, ელასტიკური ცომი და გულსართი, რომელიც შეიძლება იყოს როგორც ხორცის, ისე **კარტოფილის, ყველის** და **ხაჭოსი**. მთაში, ტრადიციულად, დღესასწაულებისთვის ხარშავენ ლუდს, ხილისგან კი ამზადებენ არაყს — **ჟიპიტაურს**.

**ფშავში** სპეციალური ტექნოლოგიით ამზადებენ ხაჭოს კვერებს — **დამბალხაჭოს**, რომლისგანაც სპეციფიკური გემოთი გამორჩეული კერძი — **ხაჭოერბო** კეთდება.

**თუშეთში** არსებობს **გუდის ყველის** დამზადების უძველესი ტრადიცია. გუდა იკვრება ცხვრის ტყავისგან, რომელსაც სპეციალური მეთოდით ამუშავებენ. ყველის მასას გუდაში ათავსებენ და ისე ავარგებენ, რაც გუდის ყველს განსაკუთრებულ გემოსა და არომატს სძენს. თუშურ ხაჭაპურს **კოტორი** ჰქვია. ის ფურცელივით თხელია, გულსართად კი ხაჭო აქვს.

1.3.



**ლექსიკონი**

რეგიონი — ქვეყნის ერთ-ერთი მხარე, კუთხე.  
 მესაქონლეობა — საქონლის მოვლა-მოშენება.  
 გზაგასაყარი — გზაჯვარედინი, გზების გადაკვეთის ადგილი.  
 დამპყრობელი — ძალით, ომით, ვინმეს დამმორჩილებელი, მტერი.  
 ფაქტორი — რამე მოვლენის ან პროცესის მიზეზი.  
 გასტრონომია — საკვები პროდუქტები.  
 ღომი — მსხვილად დაფქული სიმინდის ფაფა.  
 ლორი — შაშხი.  
 მიწათმოქმედება — მიწის დამუშავება.  
 ნოციერი — აქ ცხიმიანი, ყუათიანი საკვები.  
 მარგალიტი — ძვირფასი ქვა.  
 უპირატესობა — უკეთესი მდგომარეობა.  
 წალამი — ვაზის მოჭრილი ტოტები, ლერწი.  
 თუთა — თუთის ხის ტკბილი ნაყოფი.  
 კვანარახი — ტყემლის დუღილით მიღებული წვენი.  
 ტყლაპი — მოდუღებული ხილის მზეზე გამშრალი თხელი ფენა.  
 გამორჩეული — განსხვავებული, არამსგავსი, საუკეთესო.  
 გუდა — ცხვრის ტყავისგან შეკერილი პარკი.  
 ჩამოყალიბება (აყალიბებს ის მას) — აქ. რამესთვის საბოლოო სახის მიცემა, რაიმეს დაარსება.

შ ე ს ი ტ ყ ვ ე ბ ე ბ ი :	
რეგიონალური სამზარეულო გავლენა იქონიეს სამზარეულოს მარგალიტი ნოციერი კერძი	წამყვანი ადგილი კერძების შესაბამისად გამორჩეული კერძები განსხვავებული საჭმელი

ს ი ნ ო ნ ი მ ე ბ ი
რეგიონი = მხარე
გზაგასაყარი = გზაჯვარედინი
დამპყრობელი = მტერი, დუშმანი
ნოციერი = ყუათიანი, ნაყოფიერი
თუთა = ბჟოლა
გამორჩეული = განსხვავებული

ა ნ ტ ო ნ ი მ ე ბ ი
მტერი ≠ მოყვარე
განსხვავებული ≠ განუსხვავებელი
ჩამოყალიბებული ≠ ჩამოყალიბებელი
ნოციერი ≠ მწირი

1.4. 1. ყურადღებით წაიკითხეთ მოცემული წინადადებები. შეადარეთ ისინი ერთმანეთს და გააკეთეთ დასკვნები:

- ა. ადამიანები იკვებებიან ხორცითა და რძის პროდუქტებით.
- ბ. ადამიანები იკვებებიან როგორც ხორციით, ისე რძის პროდუქტებით.
- გ. ადამიანები იკვებებიან არამარტო ხორციით, არამედ რძის პროდუქტებით.

— და —  
**როგორც — ისე**  
**არა მარტო — არამედ**

უპასუხეთ კითხვებს:

- რომელ სიტყვებს აერთებს და კავშირი?
- რომელ სიტყვებს აერთებს კავშირი როგორც — ისე?
- წინადადებებში კავშირთა მონაცვლობა იწვევს თუ — არა წინადადების შინაარსის (აზრის) შეცვლას?
- რომელ სიტყვებს აერთებს არამარტო — არამედ კავშირი?

**რატომ?**  
**რა მიზეზით?**  
**რის გამო?**

**რადგანაც — ამიტომ**  
**იმიტომ — რომ**

2. წაიკითხეთ წინადადებები, სცადეთ ახსნათ, კავშირები ცვლიან თუ — არა წინადადებების შინაარსს?

- ა. რადგან(აც) სავაჭრო გზები საქართველოზე გადიოდა, ამიტომ სხვა ქვეყნის პროდუქტები საქართველოშიც რჩებოდა.
- ბ. სხვა ქვეყნის პროდუქტები საქართველოშიც იმიტომ რჩებოდა, რომ სავაჭრო გზები საქართველოზე გადიოდა.
- ბ. სხვა ქვეყნის პროდუქტები იმის გამო რჩებოდა საქართველოში, რომ სავაჭრო გზები საქართველოზე გადიოდა.

უპასუხეთ კითხვას და დაასრულეთ წინადადებები:

*რატომ (რა მიზეზით) რჩებოდა სხვა ქვეყნის პროდუქტები საქართველოშიც?*

- რადგანაც სავაჭრო \_\_\_\_\_.
- იმიტომ რომ, სავაჭრო \_\_\_\_\_.
- იმის გამო, რომ სავაჭრო \_\_\_\_\_.

დაფიქრდით და გამოიცანით. კავშირები: *რადგანაც — ამიტომ, იმიტომ რომ, იმის გამო — რომ* ორ ისეთ წინადადებას აკავშირებს, რომლის ერთი წინადადება აღნიშნავს:

- ა. მიზეზს;                      ბ. ადგილს;                      გ. დროს.

1.5. დაუკვირდით და გააანალიზეთ:

- ა. **სადაც** ნოყიერი ნიადაგია, (იქ) ბოსტნეულის უხვი მოსავალი მოდის.
- ბ. **იქ, სადაც** ნოყიერი ნიადაგია, ბოსტნეულის უხვი მოსავალი მოდის.
- გ. ბოსტნეულის უხვი მოსავალი მოდის (იქ), **სადაც** ნოყიერი ნიადაგია.

**უპასუხეთ კითხვებს:**

- რამდენი წინადადებაა გაერთიანებული თითოეულ ა, ბ და გ ვარიანტებში?
- რომელი სიტყვები აკავშირებს ერთმანეთთან წინადადებებს?
- რაზე მიგვიჩვენებს სიტყვა იქ: **დროზე**; **ადგილზე**; თუ **მიზეზზე**?
- სამივე წინადადებაში რომელ ადგილზეა სიტყვა **სადაც**?
- უპასუხეთ, სად მოდის ბოსტნეულის უხვი მოსავალი?

**1. 6. ტექსტის მიხედვით უპასუხეთ კითხვებს:**



- რა ფაქტორები განაპირობებს სხვადასხვა ქვეყნის სამზარეულოს თავისებურებებს?
- რა უწყობდა ხელს საქართველოში სხვა ქვეყნების კვების კულტურის გავლენას?
- როდის დაიწყო საქართველოს გასტრონომიაში დიდი ცვლილებები და რას უკავშირდება ის?
- რას ნიშნავს სანელებლები, კერძის შენელება-შეზავება?
- საკუთარი გემოვნებით თუ შეგინელებიათ კერძები?
- თქვენს ტრადიციულ სამზარეულოში რომელი სანელებლები გამოიყენება და რა კერძებში?

**1. 7. ჯგუფში გაინაწილეთ როლები და ისაუბრეთ.**



**ქართული სამზარეულოს საიდუმლობანი**

**ლექტორი:** ჩვენ უკვე გავეცანით ქართული სამზარეულოს ზოგად დახასიათებას და რამდენიმე პოპულარული კერძის მომზადებაც ვისწავლეთ. მაინტერესებს, თქვენ როგორი აზრის ხართ ქართულ სამზარეულოზე? რომელი კერძი მოგწონთ? რომელს შეიტანდით საკუთარი რესტორნის მენიუში? როგორ გგონიათ, რა არის ქართული კერძების მთავარი საიდუმლო?

**ირაკლი:** მე ვფიქრობ, რომ ქართული კერძების მთავარი საიდუმლო მათ შეზავებაშია. კერძების მომზადებისას ჩვენ ვიყენებთ სხვადასხვა სანელებელსა თუ მწვანეებს. ამასთანავე, აუცილებელია იმის ცოდნა, თუ რომელ კერძს რა სანელებელი უხდება და რა დოზით. მე ძალიან მომწონს ჩაქაფული და ვთვლი, რომ ყველაზე უკეთ ეს კერძი გამოხატავს ქართული სამზარეულოს განუმეორებლობას. ჩაქაფულს აუცილებლად შევიტანდი ჩემი რესტორნის მენიუში და მას კლასიკური, ძველი რეცეპტით მოვამზადებდი, ყოველგვარი ექსპერიმენტის გარეშე.

**ნათია:** როდესაც კერძის შეზავებაზე ვსაუბრობთ, ჩაქაფული კარგი მაგალითია, რადგან ის სხვადასხვა ინგრედიენტის იდეალურ შეხამებას წარმოადგენს. ჩაქაფული, უბრალოდ, წარმოდგენელია ტარხუნის გარეშე. სწორედ ტარხუნა აძლევს ამ კერძს სპეციფიკურ, ცოცხალ გემოს. ის ჰარმონიულად ეხამება დანარჩენ ინგრედიენტებს და საბოლოოდ ვიდებთ უგემრიელეს არომატულ წვნიანს.

**ლექტორი:** გეთანხმები. გიორგი, შენ რას გვეტყვი?

**გიორგი:** კერძების მომზადებისას ექსპერიმენტების ჩატარება ძალიან მიყვარს, თუმცა უნდა ვაღიარო, რომ ყველა სანელებლსა თუ მწვანე მანძი თავისი დანიშნულება აქვს. მაგალითად, იმავე ჩაქაფულში ტარხუნას კამით ვერ შევცვლით, თუმცა კამა განუმეორებელ გემოს აძლევს მაწვნის კერძს და სალათა ოლივიეს. ჩემი რესტორნის მენიუში აუცილებლად შევიტანდი მაწვნის კერძს და სხვა წვნიანებს, მაგალითად, შინდის შეჭამანდს, რომელსაც ახლა თითქმის აღარსად აკეთებენ.

**ელენე:** მე ძალიან მიყვარს საცივი. ვერ წარმომიდგენია საცივი მიხაკ-დარიჩინის გარეშე, თუმცა ზოგი ამ სანელებლებს არ იყენებს. მე ისე ვაკეთებ, როგორც ბებიამ მასწავლა. მომწონს ბებიას რეცეპტით მომზადებული საცივის გემო, ფერი, კონსისტენცია. ტრადიციული საცივი აუცილებლად იქნებოდა ჩემი რესტორნის მენიუში.

**ლექტორი:** გამდლობთ. საუბარი მეორე გაკვეთილზე გავაგრძელოთ.

\* \* \*

**ლექტორი:** ახალგაზრდებო, საინტერესო ადგილას შევჩერდით, გავაგრძელოთ... ქეთი, აბა, გვითხარი, ნიგვზიან მხალეულს რა სანელებლები სჭირდება?

**ქეთი:** ნიგვზიან მხალეულს უხდება ხმელი ქინძი, ყვითელი ყვავილი (იგივე ზაფრანა), უცხო სუნელი, წითელი წიწაკა. ზოგ რეცეპტში ვხვდებით აგრეთვე ხახვს, ნიორს, ძმარს, ცოცხალ მწვანეებს და სხვ. ეს ყველაფერი, **რა თქმა უნდა, გემოვნებაზეა დამოკიდებული.**

**ირაკლი:** ხმელ ლობიოს უხდება ქინძი და ქონდარი, ხოლო მწვანე ლობიოს — ქინძი და ომბალო. შილაფლავისთვის აუცილებელია პილპილი და ძირა, კუბდარისთვის კი — მთის ძირა. აჯაფსანდალს **განსაკუთრებულ არომატს** აძლევს ნიორი, ქინძი და რეჰანი.

**ელენე:** აქვე აუცილებლად უნდა ვისაუბროთ სვანურ მარილსა და აჯიკაზე, რადგან ორივე სანელებლების არაჩვეულებრივი ნაკრებია.

**ლექტორი:** აჯიკის სხვადასხვა ვარიანტი არსებობს: წითელი, მწვანე, ნიგვზიანი... ყველა თავისებურად გემრიელი და არომატულია. წითელი აჯიკის ერთ რეცეპტს გაგაცნობთ და გაკვეთილის ბოლოს ერთად მოვამზადოთ. დაგვჭირდება: 300 გ. **დადერღილი** წითელი წიწაკა, 100 გ. უცხო სუნელი, 15 გ. ხმელი ქონდარი, 35 გ. ხმელი ქინძი, 150 გ. დაჭყლეტილი ნიორი, 300 მლ. ზეთი და 450 მლ. წყალი. ეს ინგრედიენტები კარგად უნდა ავურიოთ და შემდეგ ორჯერ გავატაროთ ხორცსაკეპ მანქანაში.

ქართული სამზარეულო მდიდარია საწებლებით. ყველაზე გავრცელებული ტყემლის საწებელია. გარდა ამისა, ქართულ სამზარეულოში იყენებენ შინდს, მაყვალს, ისრიმს (მკვახე ყურძენს). დასავლეთ საქართველოში პოპულარულია შემწვარი წიწილა ისრიმ-მაყვლის სოუსში. აღმოსავლეთ საქართველოში ამზადებენ თევზს (ლოქოს), ქინძისა და ძმრის სოუსში.

**გიორგი:** დესერტებსა და ნამცხვრებშიც ხომ ვიყენებთ სანელებლებს?

**ლექტორი:** რა თქმა უნდა. მაგალითად, პასკას, რომელსაც სააღდგომოდ ვაცხობთ,

აუცილებლად სჭირდება სანელებლები: ილი, მუსკატი, ჯანჯაფილი (კოჭა), მიხაკი, დარიჩინი და სხვ. სწორედ ეს სანელებლები აძლევს პასკას განუმეორებელ სურნელსა და ფერს. გარდა ამისა, სანელებლებს ასევე უმატებენ მურაბებსაც. მაგალითად, მიხაკი უხდება კაკლისა და საზამთროს მურაბებს.

**ახლა მილენასა და ზულფიას მოვუსმინოთ.**

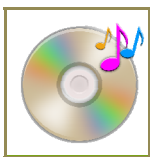
**მილენა:** ქალბატონო ქეთევან, მე ძალიან ბევრი გავიგე ქართულ სამზარეულოზე და ვისწავლე კიდევ რამდენიმე კერძის მომზადება. ვეცდები, კარგი კულინარი გავხდე და გემრიელი კერძებით გავუმასპინძლდე საკუთარი რესტორნის სტუმრებს ჯავახეთში.

**ზულფია:** არც ქვემო ქართლის კულინარები შევირცხვენთ თავს.

**ლექტორი:** ქართული სამზარეულოს შესახებ უკვე ვისაუბრეთ. დამატებით კერძების საინტერესო რეცეპტებს შეგიძლიათ გაეცნოთ რვეულის დანართ ნაწილში — „კულინარიული რეცეპტები“.

**1.8.**

- ტექსტიდან ამოწერეთ უცნობი სიტყვები და დაისწავლეთ ზეპირად.
- ტექსტის შინაარსის მიხედვით ჯგუფში ერთმანეთს დაუსვით შეკითხვები, მოისმინეთ პასუხები, ისაუბრეთ.



**1.9. მოისმინეთ: ინტერვიუ კვების ექსპერტთან (ქართული სადღესასწაულო კერძები)**

**მოსმენილი ტექსტის მიხედვით, უპასუხეთ კითხვებს:**



- რას ნიშნავს სადღესასწაულო კერძები, სადღესასწაულო სუფრა?
- რით განსხვავდება ჩვეულებრივი, ყოველდღიური კერძები სადღესასწაულო კერძებისგან?
- რა ჰქვია ინდაურისა და ნიგვზისგან დამზადებულ ქართულ ტრადიციულ საახალწლო კერძს?
- რომელია ყველაზე ტრადიციული ქართული საახალწლო ტკბილეული?
- ტრადიციულად რომელი ალკოჰოლური სასმელია ქართული სუფრის აუცილებელი პროდუქტი?
- ვის უწოდებენ მეკვლეს? არის თქვენს ოჯახში მეკვლეობის ტრადიცია?
- თავად თუ მოგიმზადებიათ სადღესასწაულო კერძები?
- რომელი დღესასწაულისთვის ემზადებით ხოლმე განსაკუთრებით და როგორ?



**1.10. საახალწლო სუფრის აუცილებელი კერძი ჩემს ოჯახში და მისი მომზადების ტექნოლოგია**



2. საქართველოში მცხოვრები ეთნიკური სომხების სამზარეულო



2.1. წაიკითხეთ.



სომხური სამზარეულოსთვის, კავკასიის რეგიონის სხვა ქვეყნების მსგავსად, დამახასიათებელია ნაირგვარი მწვანილისა და სანელებლის ფართო გამოყენება კულინარიაში.

ხორცისა და ბოსტნეულის კერძების შესაბამისად სომხები იყენებენ ქინძს, ოხრახუმს, რეჰანს, ტარხუნას, პიტნას, ქონდარს, ხახვს, ნიორს, წიწაკას, პილპილს და სხვ. აგრეთვე — იყენებენ ბროწეულის წვესა და ღვინოს, ჩირს, ხილს, ნიგოზს...

სომხურ სამზარეულოში ჭარბობს ხორცისა და რძის პროდუქტების კერძები. ხორცეულიდან განსაკუთრებით საქონლის, ცხვრისა და ფრინველის ხორცს მოიხმარენ. ხორცისგან მომზადებულ პოპულარულ სომხურ კერძს — მწვადს **ხოროვაცი** ჰქვია. სიტყვა „ხოროვაცი“ შემწვარს ნიშნავს. ხოროვაციის მოსამზადებლად იყენებენ ცხვრის, საქონლის ან ღორის ხორცს, რომელსაც **შამფურზე აგებენ** და **ნაკვერცხალზე** წვავენ. შამფურზე წვავენ ბოსტნეულსაც: პამიდორს, ბადრიჯანსა და წიწაკას. შემდეგ შემწვარ ბოსტნეულს ჭყლეტენ და სანელებლებით აზავენ. ბოსტნეულის სალათა მწვადთან ერთად მიაქვთ სუფრაზე.

ხორცის ფარშისგან ამზადებენ ყველასათვის ცნობილ **ტოლმას**. ტოლმა, ძირითადად, ორგვარია: ვაზის ან კომბოსტოს ფოთოლში გახვეული. სომხები ტოლმას კომპის ნაჭრებს ამატებენ. განსხვავებულია ტოლმის სოუსიც, რომელიც დარიჩინით შეზავებული მაწვნისგან მზადდება.

ხორციან კერძებს, განსაკუთრებით კი ფლავებს, ხშირად უმატებენ სხვადასხვა ჩირს: ქიშმიშს, გარგარის ჩირს და სხვ. ასეთი კერძია, მაგალითად, **კჩუჩი** გარგარის ჩირით. კჩუჩს ასე ამზადებენ: თიხის ჭურჭელში (ქოთანში) ათავსებენ კარტოფილს, მწვანე ლობიოს, ხახვს, ტკბილ წიწაკას, პამიდორს, ცხვრის ხორცს, გარგარის ჩირს, დაჭრილ მწვანილს და ასხამენ წყალს. შემდეგ მოსამზადებლად დგამენ ღუმელში. კჩუჩი ქართულ ჩანახს ჰგავს, რომელიც აგრეთვე თიხის ქოთანში მზადდება, ბოსტნეულისა და ცხვრის ხორცისგან, ოღონდ ჩირის გარეშე.

განაკუთრებულია სპეციალური ტექნოლოგიით დამუშავებული ხორცის პროდუქტები: **ბასტურმა** და **სუჯუკი**. ბასტურმას შემდეგნაირად ამზადებენ: საქონლის ხორცის ნაჭერს ამარილებენ და სიმძიმის (პრესის) ქვეშ ათავსებენ, რომ სითხისგან დაიწრიტოს. შემდეგ ხორცს ყველა მხრიდან უსვამენ სხვადასხვა სანელებლის ნაზავს და გასაშრობად კიდებენ. მზა ბასტურმას თხელ ნაჭრებად ჭრიან. **სუჯუკი** დამარილებული და სანელებლებით შეზავებული ხორცისგან მომზადებული ჰაერზე გამომშრალი ძეხვია.

სომხურ სამზარეულოში ფართოდ იყენებენ ყველანაირ ბოსტნეულს და პარკოსნებს: კარტოფილს, პამიდორს, ყაბაყს, ბადრიჯანს, წიწაკას, ლობიოს, ოსპს, ბარდას და ა.შ. სომხური სამზარეულოსთვის დამახასიათებელია ხორბლის ბურღულის გამოყენება. მაგალითად, გუფთა შემდეგნაირად მზადდება: დაკეპილ ხორცს უმატებენ სხვადასხვა სანელებელს, კვერცხს და ხორბლის ბურღულს. მომზადებულ პატარა ბურთულებს მდუღარე წყალში ხარშავენ. ზოგიერთ რეცეპტში ტოლმის ფარშსაც, **ბრინჯის ნაცვლად**, ხორბლის ბურღულს უმატებენ.

სომხურ სამზარეულოში ყველაზე ხშირად იყენებენ ერბოს, შედარებით ნაკლებად ხმარობენ მცენარეულ ცხიმს.

სომხები, ტრადიციულად, ამზადებენ სხვადასხვა სახის წვნიანს. პოპულარულია **ხაში**, ასევე **ბოზბაში**, რომელიც ბატკნის ხორცის, მუხუდოსა და ბოსტნეულისგან მომზადებული წვნიანი კერძია. გავრცელებულია რძის პროდუქტების წვნიანები, მაგალითად, **სპასი**, რომელიც ქართულ მაწვნის კერძს **წააგავს**. ქართველები მაწვნის კერძს ბრინჯს უმატებენ, ხოლო სომხები სპასს — ფქვილს და ხორბალს.

სომხები პურის გამოსაცხობად და კერძების მოსამზადებლად იყენებენ სპეციალურ ღუმელს, რომელსაც **ტონირი** (ტანდირი) ეწოდება. ტონირის არა მხოლოდ საჭმლის მოსამზადებლად (ტონირში წვავენ მწვადს, ბოსტნეულს, აკრავენ პურს), არამედ გათბობისთვისაც ხმარობენ.

**სომხური ლავაში** უსაფუვრო ცომისგან გამომცხვარი თხელი პურია. ლავაშს ასევე იყენებენ სხვადასხვა პროდუქტის შესახვევად.

სომხები ამზადებენ საუკეთესო ხარისხის ნაირგვარი სახის ჩირსა და მურაბას. განსაკუთრებული ტკბილეულია **ალანი** — მთლიანი ატმისგან დამზადებული ჩირი ნიგვზის გულსართით. მურაბებს შორის პოპულარულია ვარდის, კაკლის, ნესვისა და გოგრის მურაბები. ყურძნის ან გარგარის წვენისგან ხარშავენ ტკბილ წვენს — **დოშაბს**, რომელსაც სხვადასხვა

დესერტის მოსამზადებლად იყენებენ. მაგალითად, დოშაბისგან მზადდება **სუჯუხი**. ის ქართულ ჩურჩხელას წააგავს.

გემრიელია ცნობილი გულსართიანი ნამცხვარი — სომხური **ქადა**. მისი მომზადების რეცეპტი შეგიძლიათ ნახოთ რვეულის დანართში — „კულინარიული რეცეპტები“.

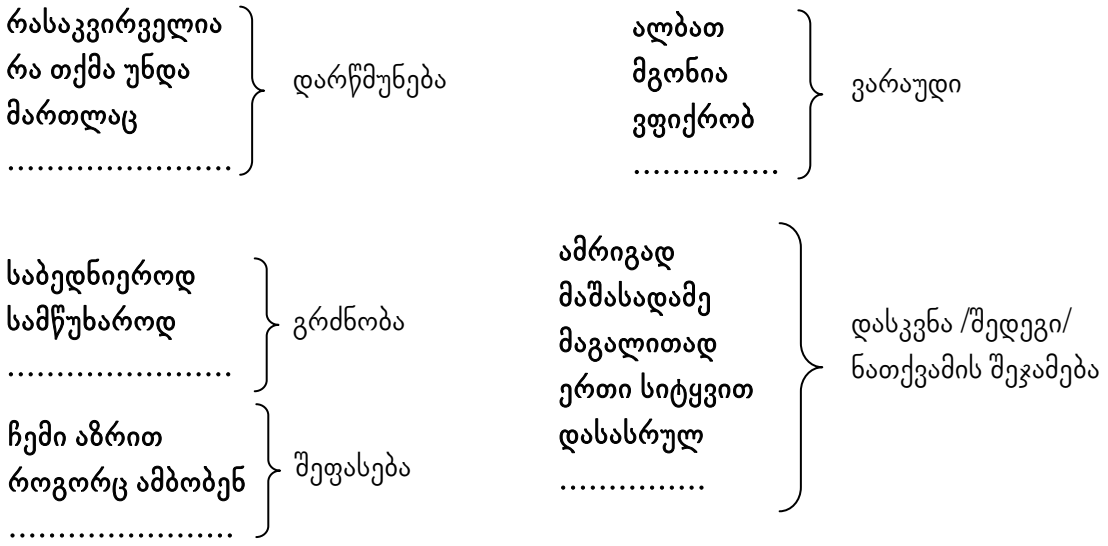
 **ლექსიკონი**

- ნაირგვარი** — მრავალფეროვანი, მრავალი სახის.
- განსაკუთრებით** — უპირატესად, საგანგებოდ.
- შამფური** — ხორცის შესაწვავი ხის ან რკინის წვეტიანი დერო.
- ნაკვერცხალი** — ცეცხლმოკიდებული შეშის ნაწილები.
- წააგავს** (ის მას) — ცოტათი ჰგავს.
- ჭარბობს** (ის) — ზომამე მეტია.
- შენელება** (ანელებს ის მას) — აქ: შეკმაზვა, შეზავება.
- მოხმარება** (მოიხმარს ის მას) — გამოყენება.

**შ ე ს ი ტ ყ ვ ე ბ ე ბ ი :**

შამფურზე აგებენ  
 ნაკვერცხალზე წვავენ  
 ყველასათვის ცნობილი  
 ფოთოლში გახვეული  
 ფართოდ გამოიყენება

2.2. ა) დაუკვირდით მოცემულ სიტყვა-გამოთქმებს. დაიმახსოვრეთ, წინადადებაში მათი ჩართვა რას გამოხატავს:



ბ) წიკითხეთ და გააკეთეთ დასკვნა, რას გამოხატავს წინადადებებში ჩართული სიტყვები და გამოთქმები:

- რა თქმა უნდა, გაცდენების გამო განცხადება უნდა დაწერო.
- სამწუხაროდ, ასე მოხდა — გავცივდი.
- სომხები ფლავებს ჩირს უმატებენ. ასეთი კერძია, მაგალითად, კჩუჩი.
- როგორც ამბობენ, სომხური ტოლმა კომშით ძალიან გემრიელია.
- ალბათ, იცით, რომ ტოლმის მრავალი რეცეპტი და სახეობა არსებობს.

### 2.3. ტექსტის მიხედვით უპასუხეთ კითხვებს:

- რომელი პროდუქტების კერძები ჭარბობს სომხურ სამზარეულოში?
- შამფურზე, გარდა ხორცისა, კიდევ რას წვავენ?
- რომელი ინგრედიენტი განასხვავებს სომხურ ტოლმას?
- როგორ მზადდება კჩუჩი?
- რომელ ცხიმს იყენებენ სომხები ყველაზე მეტად?
- რა განსხვავებული ტექნოლოგიით მზადდება ტკბილეული ალანი?
- რისგან ამზადებენ სუჯუს და რომელ ქართულ დესერტს წააგავს ის?

### 2.4. ვისაუბროთ. ტექსტს შეურჩიეთ სათაური.

**ლექტორი:** ჩვენ ზოგადად გავეცანით საქართველოში მცხოვრები ეთნიკური სომხების სამზარეულოს თავისებურებებს და ზოგიერთი კერძის მომზადების ტექნოლოგიას. რომელმა კერძმა დაგაინტერესათ ყველაზე მეტად?

**ირაკლი:** ყველაზე მეტად დამაინტერესა გამოყვანილი ხორცის — ბასტურმის ტექნოლოგიამ. ჩვენი სომეხი მეზობლები გვიმასპინძლებიან ხოლმე ამ დელიკატესით და ძალიან მომწონს. ახლა ვეცდები თავად მოვამზადო და თავი მოვიწონო მეზობლებთან. წარმომიდგენია, როგორ გაოცდებიან! არტურს ვთხოვ დახმარებას, გამოცდილებას გამიზიარებს და, ვფიქრობ, შევძლებთ.

**არტური:** ბასტურმის მომზადება მამამ მასწავლა და სიამოვნებით გაგიზიარებ ტექნოლოგიის ყველა ნიუანსს, მერე კი ყველამ ერთად გავსინჯოთ, ვნახოთ, როგორი გამოვიდა.

**ელენე:** მე მაინც ვფიქრობ, რომ სომხურ სამზარეულოში ყველაზე პოპულარული და საინტერესო კერძი არის ტოლმა. ბებია ამზადებს შესანიშნავ ტოლმას, მაგრამ არასოდეს დამავიწყდება თავად სომხეთში გასინჯული ტოლმის გემო. ერთხელ ვცადე და დამოუკიდებლად მოვამზადე კიდევ, თუმცა ისეთი ვერ გამოვიდა. მეც მინდა დახმარება ვსთხოვო კარინას, იქნებ ერთად გვეცადა მომზადება?

**კარინა:** სიამოვნებით! ჩვენ ხშირად ვამზადებთ ოჯახში ტოლმას, ხელი გაწაფული მაქვს, რეცეპტს ზეპირად ვიცი და ლამაზად ვახვევ კიდევ. ბებიას ძველი, გამოცდილი რეცეპტის მიხედვით ვამზადებ და ყველას ძალიან მოსწონს.

**ლექტორი:** ალბათ იცით, რომ ტოლმა მთელ კავკასიაში, ბალკანეთის ნახევარკუნძულზე, ახლო აღმოსავლეთისა და შუა აზიის ქვეყნებშია გავრცელებული. მისი მრავალი რეცეპტი და სახეობა არსებობს.

ტოლმას ამზადებენ სომხეთშიც, აზერბაიჯანშიც, საქართველოშიც, თურქეთშიც, საბერძნეთშიც და კიდევ ბევრ სხვა ქვეყანაში. ის კერძები, რაც რეგიონის ქვეყნებისთვის საერთოა, თითოეულის კუთვნილებაა, მით უმეტეს, რომ ყველა ქვეყანას თავისი დამახასიათებელი **შტრიხები** შეაქვს მათი მომზადების ტექნოლოგიასა და რეცეპტურაში. აი, მაგალითად, სხვადასხვა ქვეყანაში ტოლმის გულსართად იყენებენ ხორცს, ბრინჯს, ბურღულს, ბოსტნეულს და სხვ. გულსართის გასახვევად ყველაზე ხშირად კი — კომბოსტოსა და ვაზის ფოთოლს, თუმცა აჭარაში ტოლმას კეჟერა მხლის (როგორც თვითონ უწოდებენ, შავი მხლის) ფოთლებში ახვევენ.

**ერთი სიტყვით**, ტოლმა ფართოდ გავრცელებული და ძალიან პოპულარული კერძია. ახლა კი მინდა შემოგთავაზოთ ტოლმის ერთი მეტად საინტერესო რეცეპტი — ტოლმა კომშით, რომელსაც სომხურ სამზარეულოში ვხვდებით.

**ტოლმა კომშით**



1 კგ. შერეული ფარში  
ერთი თავი კომბოსტო  
100 გ. ბრინჯი  
ქინძი

ოხრახუში  
1 ხახვი  
2-3 კომში  
300 გრ. დაკონსერვებული პამიდორი  
2 ს.კ. ტომატპასტა  
5-6 კბილი ნიორი  
1 ჩ.კ. ხმელი ქონდარი  
1 ჩ.კ. ხმელი რეჰანი  
მარილი  
ცხარე წიწაკა

კომბოსტოს გული ამოვაჭრათ და მდულარე წყალში გავთუთქოთ. გათუთქვის პროცესში სათითაოდ **მოვაცალოთ** ფოთლები. შეგრილებულ ფოთლებს ფრთხილად ავაჭრათ მსხვილი **ძარღვი**. გარეცხილი ბრინჯი შევურიოთ ფარშს. დავემატოთ წვრილად დაჭრილი ხახვი, მწვანე ხაჭაპურის ნახევარი, მარილი, წიწაკა, 2-3 კბილი დაჭყლეტილი ნიორი და სანელებლები. კომბოსტოს ფოთოლზე მოვათავსოთ დაახლოებით ერთი სადილის კოვზი ფარში და ლამაზად გადავახვიოთ.

სქელძირიან ქვაბში ჩავაფინოთ კომბოსტოს ფოთლები და კომშის რამდენიმე ნაჭერი ჩავდოთ. ზემოდან გახვეული ტოლმები დავალაგოთ, **შიგადაშიგ** — კომშის ნაჭრები. ტომატპასტა და პამიდორის კონსერვი გავხსნათ წყალში და დავასხათ ტოლმას ისე, რომ ოდნავ ფარავდეს. მოვაცაროთ მორჩენილი მწვანე ხაჭაპური, ჩავაგდოთ 2-3 კბილი დაჭყლეტილი ნიორი, შევანელოთ მარილითა და წიწაკით. ზემოდან დავაფაროთ განიერი თეფში, რომელსაც რამე სიმძიმე დავადოთ.

ტოლმა უნდა ვხარშოთ დაახლოებით 50-60 წუთის განმავლობაში. სუფრასთან მივიტანოთ ცხელი, არაჟანთან ან ნივრიან მაწონთან ერთად.



**ლექსიკონი**

**ძარღვი** — აქ: მცენარის ფოთოლზე მსხვილი ხაზი.  
**ნიუანსი** — ოდნავი განსხვავება.  
**შტრიხი** — წვრილმანი თვისება.  
**შიგადაშიგ** — აქა-იქ, ადგილ-ადგილ, ზოგან.  
**თავისებურება** — ვინმეს, რაიმეს განმასხვავებელი თვისება.  
**დაინტერესება** (აინტერესებს ის მას) — ინტერესის გაჩენა.  
**შეძლება** (შეძლებს ის მას) — უნარის გამოჩენა.  
**გასინჯვა** (სინჯავს ის მას) — რამის ხარისხის გარკვევა, გემოს გაგება.  
**შეთავაზება** (სთავაზობს ის მას მას) — აქ: რამის შესახებ ინფორმაციის მიწოდება.

შესიტყვებები:	
დამახასიათებელი შტრიხი ყველაზე მეტად დამაინტერესა გაგიზიარებ ყველა ნიუანსს შიგადაშიგ ჩავდლოთ	შევეცდები მოვამზადო ერთად გავსინჯოთ შევძლებთ გაკეთებას მინდა შემოგთავაზოთ

2.5.	<b>დამახასიათებელი.</b>			
	საწყისი (რა?)	ახლანდელი	წარსული	
		უსრული (რას შვრებოდა?)	სრული (რას ქნა?)	თურმეობითი (რა უქნია?)
<b>დაინტერესება</b>	მაინტერესებს გაინტერესებს აინტერესებს	მაინტერესებდა გაინტერესებდა აინტერესებდა	დამაინტერესა დაგაინტერესა დააინტერესა	დავინტერესებულვარ დაინტერესებულხარ დაინტერესებულა
<b>გასინჯვა</b>	ვსინჯავ სინჯავ სინჯავს	ვსინჯავდი სინჯავდი სინჯავდა	გავსინჯე გასინჯე გასინჯა	გამისინჯავს გაგისინჯავს გაუსინჯავს
<b>შეთავაზება</b>	ვთავაზობ სთავაზობ სთავაზობს	ვთავაზობდი სთავაზობდი სთავაზობდა	შევთავაზე შესთავაზე შესთავაზა	შემითავაზებია შეგითავაზებია შეუთავაზებია

**2.6. კიდევ ერთხელ წაიკითხეთ ტექსტი და უპასუხეთ კითხვებს:**



- რომელი კერძის მომზადება სურს ირაკლის?
- კერძის მომზადებაში ვის სთხოვა დახმარება ირაკლიმ?
- რომელი კერძი მოსწონს ელენეს? რატომ?
- ვისი რეცეპტის მიხედვით ამზადებს ტოლმას კარინა?
- რა განსხვავებული ინგრედიენტით მზადდება სომხურ სამზარეულოში ტოლმა?
- რამდენი დრო სჭირდება ტოლმის მოხარშვას?



2.8. მოსმინეთ:

ინტერვიუ კვების ექსპერტთან  
(ეთნიკური სომხების სამზარეულო)

მოსმენილი ტექსტის მიხედვით, უბასუხეთ კითხვებს:



1. როგორი კერძების სიმრავლით გამოირჩევა სომხური სამზარეულო?
2. რა პროცედურებია საჭირო სომხური ტრადიციული კერძების მოსამზადებლად?
3. რამდენი სახის ველურ ბალახსა და მცენარეს იყენებენ სომხურ სამზარეულოში?
4. რა არის ტონირი?
5. რითი გამოირჩევა სომხური ტრადიციული ტკბილეული, რომელსაც ხილისგან ამზადებენ?
6. ამზადებენ თუ — არა ქართულ და სომხურ ოჯახებში ორივე ეთნოსის ეროვნულ ტრადიციულ კერძებს?



2.8. ისაუბრეთ.

**კარინე:** ალო, გამარჯობა, დიანა, დღეს სასწავლებელში რატომ არ იყავი?

**დიანა:** იმიტომ რომ, გუშინ გავცივდი და სიცხე მაქვს.

**კარინე:** ალბათ იმიტომ გაცივდი, რომ თბილად არ გეცვა.

**დიანა:** იცი რა? დილა ისეთი მზიანი იყო...

**კარინე:** ჰოდა, გეგონა, სალამოც წყნარი და თბილი იქნებოდა, ხომ? ის კი დაგავიწყდა, რომ ახლა შემოდგომაა და სალამოს გრილა.

**დიანა:** სამწუხაროდ, ასე მოხდა. კარინე, გაკვეთილების გაცდენის გამო, ალბათ, განცხადება უნდა დაწერო, არა?

**კარინე:** რა თქმა უნდა. განცხადება დეკანის სახელზე იწერება. განცხადებაში აღნიშნე გაცდენის მიზეზი.

**დიანა:** ახლავე დაწერ. იმედია, ხვალ კარგად ვიქნები და დეკანატში წარვადგენ.

**კარინე:** კარგად, დიანა, გამოჯანმრთელებას გისურვებ.

**დიანა:** შეხვედრამდე, კარინე.

2.9. დაუკვირდით, როგორ იწერება განცხადება.

თბილისის კულინარიული სასწავლებლის  
დეკანს, ბატონ გიორგი ჩაჩანიძეს

ამავე სასწავლებლის მეორე კურსის  
სტუდენტ დიანა არუთინიანის

გ ა ნ ც ხ ა დ ე ბ ა

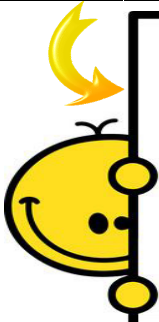
ავადმყოფობის გამო 21 ოქტომბერს გავაცდინე გაკვეთილები.

გთხოვთ გაცდენილი საათები ჩამითვალოთ საპატიოდ.

დიანა არუთინიანი  
22.10.2018 წ.

2.10.

სასატკეპლო ტიპები



- პარკოსნები (ლობიო, ცერცვი) სწრაფად რომ მოიხარშოს, ყოველ 10 წუთში ჩაამატეთ 1 ს.კ. ცივი წყალი.
- ნებისმიერ წვნიანში ნიორი კერძის მომზადების შემდეგ დაამატეთ, ხოლო მომზადებული წვნიანიდან აუცილებლად ამოიღეთ დაფნის ფოთოლი.
- კრემისფერი და მოკლევადიანი ქაშა სოკო უფრო გემრიელია.
- შესაწავად გამზადებული კარტოფილი რამდენიმე წუთით ცხელ წყალში გააჩერეთ და შემდეგ გაცხელებულ ზეთმოსხმულ ტაფაში შეწვით. კარტოფილი გემრიელი იქნება.
- ბოსტნეულს ხარშვის დროს 1 ჩ. კ. შაქარი დაამატეთ, მოხარუშული ბოსტნეული გემრიელი იქნება.

წერა

2.11. რატომ ავირჩიე კულინარის პროფესია




---



---



---



---



---



---

სიბრძნის საგანძური

„სანამ შეხვალ, მოიფიქრე, როგორ გამოხვალ“  
(სომხური ანდაზა).

„სჯობს უტყურობით სიკვდილი საყვედურითა ჭამასა“  
(გერმანული ანდაზა).

2.12. დაფიქრდით და უპასუხეთ,

რას გვასწავლის ეს ანდაზები?

**3. საქართველოში მცხოვრები ეთნიკური აზერბაიჯანელების სამზარეულო**



**3.1. წაიკითხეთ.**



**აზერბაიჯანული სამზარეულო** არომატებით მდიდარი, ნოყიერი და მრავალფეროვანია. აზერბაიჯანულ სამზარეულოზე დიდი გავლენა მოახდინა თურქულმა და ირანულმა სამზარეულოებმა. კერძების უმრავლესობას სახელწოდებაც კი თურქული აქვთ. ქართული და სომხური სამზარეულოსაგან განსხვავებით, აზერბაიჯანულ სამზარეულოში არ მოიხმარენ ღორის ხორცსა და ღვინოს. კერძების მოსამზადებლად იყენებენ სხვადასხვა პროდუქტს: საქონლისა და ცხვრის ხორცს, ფრინველს, თევზს, ხილს, ბოსტნეულს, მწვანე ხილს, სანელებლებსა და სოუსებს. ცალკე უნდა გამოვყოთ აზერბაიჯანული დესერტები და სასმელები — თაფლივით ტკბილი ნამცხვრები და გამაგრილებელი შერბეთები.

აზერბაიჯანული სამზარეულოს ყველაზე პოპულარული და ტრადიციული კერძია ბრინჯის ფლავი (პლოვი). აზერბაიჯანელები უამრავი სახეობის ფლავს ამზადებენ: ხორციით, ჩირით, ხილით, თხილეულით, სანელებლებით და ა.შ. მათ მომზადებას თავისი სპეციფიკა აქვს. ბრინჯსა და სხვა ინგრედიენტებს ცალ-ცალკე ხარშავენ და მხოლოდ სუფრაზე მიტანის წინ ურევენ ერთმანეთში.

განსაკუთრებულია **ხან-პლოვი** (იგივე შახ-პლოვი), რომელიც მომზადების ტექნოლოგიითაც განსხვავდება სხვა ფლავებისგან და შესახედაობითაც გამოირჩევა. ხან-პლოვი

ცომში გამომცხვარი, არომატული, უგემრიელესი ფლავია. ამბობენ: ამ კერძს მხოლოდ წარჩინებული გვარის წარმომადგენლებისა და საპატიო სტუმრებისთვის ამზადებდნენო. მისი სახელიც, ალბათ, ამაზე მიგვანიშნებს. ხან-პლოვის ცომს **გაზმახი** ეწოდება. ეს თხელი, ბლინების **კონსისტენციის** ცომია, რომელიც ფლავს ჭურჭელზე მიწვისგან იცავს, მომზადებისას **ხრაშუნა** და არომატული ხდება.

ძალზე პოპულარული კერძია **შირინ პლოვი**, რაც **ტკბილ ფლავს** ნიშნავს. შირინ პლოვის მოსამზადებლად იყენებენ ბრინჯს, გარგარის ჩირს, ქიშმიშს და სხვა ინგრედიენტებს.

აზერბაიჯანულ სამზარეულოში განსაკუთრებული ადგილი უჭირავს ხორცს და მისგან მომზადებულ კერძებს. ყველაზე პოპულარულია ცხვრის ხორცი. **ქებაბი** შამფურზე წამოცმული და ნაკვერცხალზე შემწვარი ხორცის კერძია. ქებაბს მაყალბე სპეციალურ ღუმელში წვავენ. ხორცის ფარშისგან მომზადებულ ქებაბს **ლულა-ქებაბი** ეწოდება. პოპულარულია ასევე შამფურზე შემწვარი ბუთხი და ბოსტნეული (ბადრიჯანი, პამიდორი, წიწაკა). ქებაბის შესაზავებლად, **როგორც წესი**, სპეციალურ სანელებელს — **თუთუბოს** — იყენებენ. თუთუბო კერძს სასიამოვნო ფერსა და მომჟავო გემოს აძლევს. აზერბაიჯანულ სამზარეულოში უმეტესად მჟავე გემოს ხილი (ალუჩა, შინდი, ბროწეული) გამოიყენება. ალუჩას ცხვრის ხორცის კერძებს უმატებენ, ბროწეულს — ქათმისა და თევზის კერძებს, ხოლო შინდს — საქონლის ხორცის კერძებს. ბროწეულის დადუღებული წვენიდან მზადდება სქელი, მომჟავო გემოს სოუსი — **ნარშარაბი**.

საქართველოში მცხოვრები სხვა ხალხების მსგავსად აზერბაიჯანელებიც ამზადებენ ტოლმას ვაზის ფოთლისა და ხორცის ფარშისგან, რომელსაც **იარპაგ დოლმასი** ეწოდება. ტრადიციულია აგრეთვე ფარშის გულსართიანი ბოსტნეულის (პამიდორი, წიწაკა, ბადრიჯანი) ტოლმა. ხორციანი კერძებიდან გამოირჩევა **ფითი** — ცხვრის ხორცის წვნიანი, რომელიც თიხის ქოთანში მზადდება და შეზავებულია მუხუდოთი და **წაბლით**. დროთა განმავლობაში წაბლი კარტოფილმა ჩაანაცვლა. ხორციანი კერძების მოსამზადებლად, როგორც წესი, იყენებენ წვრილად დაკეპილ ცხვრის **დუმას**, რაც კერძებს სპეციფიკურ გემოსა და არომატს ანიჭებს.

აზერბაიჯანელები, ძირითადად, აცხობენ ორი სახეობის პურს: **ლავაშს** (უსაფუვრი ცომის ფირფიტებს) და **ჩურეკს** (საფუვრიანი ცომის კვერებს). უსაფუვრი ცომისგან ამზადებენ **ქუთაბს** — მრგვალი ფორმის ღვებელს, რომელის გულსართიც შეიძლება იყოს როგორც ხორცი, ისე მწვანილი და სხვა ინგრედიენტები.

ჩაი აზერბაიჯანელების საყვარელი სასმელია. ჩაისთან ერთად მიირთმევენ ნაირგვარ ტკბილეულს: ნამცხვრებს, ღვებლებს, მურაბებს და სხვ. ტკბილეულის მოსამზადებლად იყენებენ: ნიგოზს, ნუშს, ქუნჯუთს, ხაშხაშს, ქიშმიშს, ჯანჯაფილს, ილს, დარიჩინს და ა.შ. პოპულარულია საზამთროს, **სამოთხის ვაშლის**, კაკლის მურაბები. მურაბას **ზეთისხილისგანაც** ხარშავენ.

აზერბაიჯანელები აცხობენ სხვადასხვა სახეობის ბაქლავას. ყველაზე პოპულარული **ბაქლური ბაქლავაა**. ძალზე ცნობილი და გავრცელებულია ასევე ნამცხვრები: **შეკერბურა** და **კურაბიე**. შეკერბურა გულსართიანი, კურაბიე კი ფხვიერი, მსუბუქი ნამცხვარია.

აზერბაიჯანული სამზარეულოს გამორჩეული გამაგრილებელი სასმელია **შერბეთი**, რომელსაც ხილის წვენისგან ამზადებენ. მის მოსამზადებლად ძირითადად იყენებენ მომჟავო გემოს მქონე ხილს: ალუჩას, ლიმონს, ბროწეულს, ყურძენს და სხვ.



**ლექსიკონი**

- შესახედაობა** — გარეგნობა, იერი.
- კონსისტენცია** — ნივთიერების სიმკვრივის ხარისხი.
- მაყალი** — ცეცხლის დასანთები თავდია ღუმელი.
- დუმა** — ცხვრის ქონიანი კუდი.
- წარჩინებული** — მოწინავე, საუკეთესო, აქ: სახელგანთქმული.
- წაბლი** — მცენარე.
- სამოთხის ვაშლი** — ვაშლის სახეობა (პატარა ზომის).
- შინდი** — მცენარე.
- წარმომადგენლები** — აქ: გვარის ერთ-ერთი წევრი.
- უმეტესად** — უფრო ხშირად.

**შ ე ს ი ტ ყ ვ ე ბ ე ბ ი :**

შესახედაობით გამოირჩევა  
მომჟავო გემო  
შამფურზე შემწვარი  
გამორჩეული კერძები

**ს ი ნ ო ნ ი მ ე ბ ი**

- შესახედაობა = გარეგნობა, იერი
- წარჩინებული = მოწინავე, წარმატებული
- უმეტესად = უფრო მეტად, ხშირად
- დადასტურება = დამტკიცება

**ა ნ ტ ო ნ ი მ ე ბ ი**

- უმეტესად ≠ იშვიათად
- წარჩინებული ≠ მდაბიო, წარუმატებელი

**3.2. დაუკვირდით: — მეთქი ← მე ვთქვი**

წაიკითხეთ წინაღებები და გააკეთეთ დასკვნები:

1. ა) ყოველთვის ვამბობდი: „კულინარია ჩემი ჰობია“.
  - ბ) ყოველთვის ვამბობდი: — კულინარია ჩემი ჰობია-**მეთქი**.
- სიტყვა „მეთქი“ ზმნა „ვთქვის“ რომელი პირის შემოკლებული ფორმაა?  
ა. II;                      ბ. III;                      გ. I.

**დაუკვირდით: წამოვალთო (ჩვენ)**

2. ა) ჩვენ ვთქვით: „გამოფენაზე ყველა წამოვალთ“.
  - ბ) ჩვენ ვთქვით: — გამოფენაზე ყველა წამოვალთო.
- სიტყვაში „წამოვალთო“ ბოლოვიდური ხმოვანი „ო“ ზმნის რომელი პირისა და რიცხვის ფორმას დაერთვის?  
I პ. მრავლობითს;              II პ. მრავლობითს;              III პ. მხოლობითს.

**3.3. დაუკვირდით: -თქო ← თქვა მან.**

- ა) ჰასან, ლეილას უთხარი, ფოტოაპარატი წამოიღოს; (წამოიღოს მან (ლეილამ) ის (ფოტოაპარატი).
- ბ) ჰასან, ლეილას უთხარი: ფოტო აპარატი წამოიღე-**თქო**. (წამოიღე შენ (ლეილამ) ის (ფოტოაპარატი).
- სიტყვა „წამოიღე-**თქო**“ რომელი პირის ნათქვამია?
  - ა. I პირის;      ბ. II პირის;      გ. III პირის.
- რომელმა პირმა უნდა გადასცეს I პირის ნათქვამი III პირს?
  - ა. I პირმა;      ბ. II პირმა;      გ. III პირმა.
- რომელ პირს უნდა გადასცეს II პირმა I პირის ნათქვამი?
  - ა. II პირს;      ბ. I პირს;      გ. III პირს.

**3.4. დაიმასხვრეთ!**

1. - **მეთქი** (მე ვთქვი) აღნიშნავს მოუბარი (I) პირის ნათქვამს: — გამბობდი: კულინარია ჩემი ჰობია-**მეთქი**.
2. ა) ... -**ო** აღნიშნავს მოუბარი (I) პირის (მრავლობითი რიცხვი) ნათქვამს: მასწავლებელს ვუთხარით: — გამოფენაზე ყველა წამოვალ**ო**.  
 ბ) ... **ო** გადმოგვცემს III პირის ნათქვამს: ფატიმამ თქვა: გამოფენაზე ვერ წამოვალ**ო**.
3. -**თქო** (თქვა) აღნიშნავს პირველი პირის ისეთ ნათქვამს, რომელიც II პირმა III პირს უნდა უთხრას: ლეილას უთხარი: — ფოტოაპარატი წამოიღე-**თქო**.

**3.5. კიდევ ერთხელ წაიკითხეთ ტექსტი და უპასუხეთ კითხვებს:**



- რომელია აზერბაიჯანული სამზარეულოს ყველაზე პოპულარული კერძი?
- რა ჰქვია ფლავს, რომელიც სხვა ფლავებისგან განსხვავებულია მომზადების ტექნოლოგიითა და შესახედაობით? რას ადასტურებს მისი სახელი?
- რომელი სანელებელი გამოიყენება ქებაბის შესაზავებლად?
- აზერბაიჯანულ კერძებში უმეტესად რომელ ხილს იყენებენ?



### 3.6. ვისაუბროთ:

**ლექტორი:** ჩვენ გავეცანით აზერბაიჯანული სამზარეულოს ტრადიციებს, კერძებსა და თავისებურებებს. თქვენი აზრით, რით არის გამორჩეული ეს სამზარეულო?

**ირაკლი:** მე გამოვყოფდი მრავალფეროვან ხორციან კერძებს. მიუხედავად იმისა, რომ აზერბაიჯანელები ღორის ხორცს არ იყენებენ, ხორციანი კერძების ნაკლებობა მაინც არ შეიმჩნევა. განსაკუთრებით მომწონს მათი ქაბაბი, რომელსაც ქებას ეძახიან — წვნიანი, არომატული, სურნელოვანი საჭმელი. ერთხელ ვცადე გაკეთება, მაგრამ არაფერი გამომივიდა, ფარშს შამფურზე ვერ ვამაგრებდი.

**ლეილა:** იმიტომ რომ, ქაბაბისთვის ხორცი სპეციალური ტექნოლოგიის მიხედვით უნდა დამუშავდეს. ფარშს რამდენჯერმე ატარებენ ხორცსაკეპ მანქანაში, შემდეგ კი დიდხანს ზელებ, რომ ხორცი წებოვანი გახდეს. გარდა ამისა, შამფურსაც აქვს მნიშვნელობა. შამფური ფართობირიანი უნდა იყოს. ფარშის გუნდა შამფურზე კარგად უნდა დამაგრდეს, რომ ხორცი შეიკრას და არ ჩამოვარდეს.

**ელენე:** რა საინტერესოა! აი, სწორედ ასეთი დეტალების და ნიუანსების ცოდნაა საჭირო, რომ ჩვენი მომზადებული საჭმელი კარგი გამოვიდეს. მაღლობა, ლეილა, იმედი, გვასწავლი, როგორ უნდა ნამდვილი ქაბაბის მომზადება.

**ლეილა:** დიდი სიამოვნებით! ძალიან მიხარია, რომ ჩვენი ეროვნული კერძები სხვებსაც მოსწონთ!

**ლექტორი:** ქაბაბი ძალიან პოპულარულია საქართველოში. მას თითქმის ყველა რესტორნის მენიუში შეხვდებით. საქართველო ყოველთვის გამოირჩეოდა სხვადასხვა ეროვნების ხალხის სიმრავლით. თბილისში გვერდიგვერდ ცხოვრობდნენ და დღესაც ცხოვრობენ განსხვავებული ეროვნებისა თუ რწმენის ადამიანები. თბილისური ეზო იყო ის ადგილი, სადაც მეზობლები თავიანთ ტრადიციებზე საუბრობდნენ და ერთმანეთს უზიარებდნენ ეროვნული კერძების მომზადების წესებს. თბილისური ოჯახების სუფრაზე შეხვდებით სხვადასხვა ხალხის კერძებს. ამას მე „თბილისური სამზარეულო“ შევარქვი. მართლაც, რომელი ხალხის საჭმელს არ ნახავთ აქ: ქართულ ხაჭაპურს, უკრაინულ ბორშს, რუსულ პელმენს, სომხურ ქადას თუ აზერბაიჯანულ ქაბაბს...

3.7. შეავსეთ ცხრილი დაწერეთ ზმნები სათანადო ფორმით:

საწყისი	ახლანდელი (რას შვრება?)	წარსული		მომავალი		თურმეობითი (რა უქნია?)
		(რას შვრებოდა?)	(რა ქნა)	(რას იზამს?)	(რა (უნდა) ქნას?)	
დადასტურება	ადასტურებს (ის მას)	ადასტურებდა (ის მას)	დაადასტურა (მან ის)	დაადასტურებს (ის მას)	(უნდა) დაადასტუროს (მან ის)	დაუდასტურებია (მას ის)
გამოყენება	იყენებს (ის მას)	..... (.....)	გამოიყენა (მან ის)	..... (.....)	..... (.....)	გამოუყენებია (მას ის)
გამოყოფა	ყოფს (ის მას)	..... (.....)	..... (.....)	..... (.....)	გამოყოფს (მან ის)	გამოუყოფია (მას ის)
დამაგრება	..... (.....)	ამაგრებდა (ის მას)	..... (.....)	დამაგრებს (ის მას)	..... (.....)	..... (.....)
დამუშავება	ამუშავებს (ის მას)	..... (.....)	დაამუშავა (მან ის)	..... (.....)	..... (.....)	..... (.....)
ტრიალი	ატრიალებს (ის მას)	..... (.....)	დაატრიალა (მან ის)	..... (.....)	..... (.....)	..... (.....)



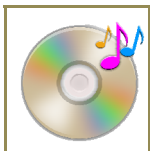
ლექსიკონი

გამოყენება (იყენებს ის მას) — მოხმარება, სარგებლობა.  
 გამოყოფა (ყოფს ის მას) — გამორჩევა.  
 შემჩნევა (შეიმჩნევა ის) — აქ: შეინიშნება.  
 დამაგრება (ამაგრებს ის მას) — რაიმეს მყარად მოთავსება.  
 დატრიალება (ატრიალებს ის მას) — წრიული ბრუნვა.

3.8. კიდევ ერთხელ წაიკითხეთ ტექსტი (3.6) და უპასუხეთ კითხვებს:



- რომელი ხორციანი აზერბაიჯანული კერძი მოსწონს ირაკლის და რატომ?
- როგორ უნდა დამუშავდეს ქებაბის ხორცი, რომ შამფურიდან არ ჩამოვარდეს?
- რისთვის გადაუხადა ირაკლიმ ლეილას მადლობა?
- როგორ ცხოვრობენ განსხვავებული ეროვნების ადამიანები თბილისში?
- რომელ კერძებს შეხვდებით თბილისურ ოჯახებში?



3.9. მოისმინეთ:

ინტერვიუ კვების ექსპერტთან  
(ეთნიკური აზერბაიჯანელების სამზარეულო)

მოსმნილი ტექსტის მიხედვით, უპასუხეთ კითხვებს:

- რომელი ცხოველის ხორცის კერძები ჭარბობს აზერბაიჯანულ სამზარეულოში?
- აზერბაიჯანული სამზარეულოსთვის დამახასიათებელი ცხიმოვანი კერძები უქმნის თუ არა ადამიანს უსიამოვნო განწყობას?
- რომელი კერძის მრავალფეროვნებით გამოირჩევა აზერბაიჯანული სამზარეულო?

3. 10.

## სასარგებლო ტჩეჯები



- ქათმის ხორცი სალათის მოსამზადებლად ხორცი მოსახარშად ადუღებულ წყალში ჩადეთ.
- ძროხის ხორცი თუ მაგარია, მომუშვის დროს 0,5 ჭიქა ლუდი დაასხით.
- გახეხვამდე ყველი საყინულეში მოათავსეთ 30 წუთით. გამაგრებული ყველი სახეხს არ მიეკვრება.
- ზედმეტად ცხიმოვანი კერძისთვის ცხიმის მოცილება ადვილია ორი ნატეხი ყინულით და ქაღალდის ხელსახოცით. ყინული ხელსახოცში გაახვიეთ და კერძებს თავზე გადაატარეთ. ყინული ცხიმს მიიზიდავს და ხელსახოცი შეიწოვს.
- სალათისთვის გამოსაყენებელ კარტოფილს ხარშვის დროს ცოტაოდენი ძმარი დაუმატეთ და კარტოფილი არ გამუქდება.

3.11.

## იცით თუ არა, ტომ...

წითელი ფერის ბოსტნეული (პომიდორი, წითელი წიწკა, ჭარხალი, ჭარხლის ფოთლები, ბოლოვი, წითელი კომბოსტო) ჯანმრთელობისთვის სასარგებლოა:

- აუმჯობესებს გუნება-განწყობილებას;
- ამაგრებს სისხლძარღვებს, აძლიერებს მადას;
- ამცირებს ქოლესტერინის დონეს;
- სტაბილურს ხდის სისხლის წნევას;
- არეგულირებს გულის მუშაობას;
- ახასიათებს დაბერებისა და კიბოს საწინააღმდეგო მოქმედება.

## პრეზენტაცია



3.12. რა აქვთ საერთო და განმასხვავებელი ქართულსა და ჩემს ეროვნულ სამზარეულოებს



## VI ტაზი სარესტორნო ბიზნესი



## 1. კულინარიული ხელოვნება და სერვირება

1.1. კულინარია კერძების მომზადების ხელოვნებაა. ამ ხელოვნების შემქმნელი კი პროფესიონალი მზარეულია.



რესტორანს ადამიანები სხვადასხვა მიზნით სტუმრობენ: დღესასწაულების აღსანიშნად, საქმიანი შეხვედრებისთვის, პაემანზე ან, უბრალოდ, სავაშმოდ. გემოვნებით მოწყობილ რესტორანში მთავარი მაინც კერძებია, რომლებსაც შეფ-მზარეულის ხელმძღვანელობით ამზადებენ. რესტორნებში სხვადასხვა გემოვნების ადამიანები დადიან. ზოგი მათგანი უკვე კარგად ნაცნობ, ძველ და კლასიკურ კერძებს მიირთმევს, ზოგს კი ახალი, თანამედროვე და უცხო კერძების გასინჯვა სურს. სტუმრების გემოვნების დაკმაყოფილება კი შეფ-მზარეულის ოსტატობაზეა დამოკიდებული.

მზარეულობა ერთ-ერთი ყველაზე ძველი, საჭირო, რთული და საინტერესო პროფესიაა. სარესტორნო ბიზნესის განვითარებასთან ერთად პროფესიონალი მზარეულების მიმართ ინტერესი და მოთხოვნა იზრდება. მზარეულის უმაღლესი წოდებაა შეფ-მზარეული, ანუ მთავარი მზარეული. შეფ-მზარეულის მოვალეობებია: რესტორნის მენიუს შედგენა, კერძების რეცეპტურის შემუშავება, საჭირო პროდუქტის შერჩევა, კერძების მომზადება და გაფორმება, პროდუქტისა და კერძების ხარისხის მუდმივი კონტროლი.

შეფ-მზარეული — ეს არის ფანტაზიის უნარით დაჯილდოებული პროფესიონალი მზარეული, რომელიც, ამავე დროს, კარგი ხელმძღვანელია, შეუძლია გუნდთან მუშაობა და მისი მართვა.

**კულინარიული ხელოვნება** სულ უფრო მეტად **ვითარდება**. თანამედროვე სამზარეულოში დიდი მნიშვნელობა ენიჭება ეკოლოგიურად სუფთა პროდუქტს, მათი დამუშავების ტრადიციულ თუ თანამედროვე ტექნოლოგიებს, ჯანსაღ კვებას, სხვადასხვა ინგრედიენტის შეხამებით ძველი გემოს ახალი აქცენტებით გამდიდრებას და **თამამ კომბინაციებს**, კერძების **გაფორმებისა** და **სერვირების ხელოვნებას** და სხვ.

კულინარია ვითარდება და ჩნდება სხვადასხვა მიმართულება, უმჯობესდება პროდუქტის დამუშავების ტექნოლოგიები, იქმნება ახალი კერძები.

თანამედროვე კულინარიის ერთ-ერთი მიმართულებაა **ფუჟენი**, რაც „შერწყმას“ ნიშნავს. ფუჟენი სხვადასხვა ქვეყნის სამზარეულოს ერთგვარი ნაზავია. მაგალითად, შეიძლება მოამზადო, შექმნა, გამოიგონო სუშისმაგვარი კერძი, სუშით გადახვეული, რულეტის ფორმის, ოღონდ სულ სხვა ინგრედიენტებით: ლორით, ყველით, პამიდვრით და ა.შ. ჩვენ შეიძლება მოვამზადოთ, მაგალითად, ნიგვზიანი მხალეული და ორიგინალური ფორმა მივცეთ, ან განსხვავებულად შევაზავოთ.

თანამედროვე კულინარიის კიდევ ერთი პოპულარული მიმდინარეობაა **მოლეკულური კულინარია**. მას **ავანგარდულ** კულინარიასაც უწოდებენ. მოლეკულური კულინარიის კერძების შესაქმნელად მხოლოდ პროდუქტის დამუშავების ტექნოლოგიის ცოდნა არ კმარა, საჭიროა გქონდეთ სხვადასხვა ინსტრუმენტი და დანადგარი. მოლეკულური კულინარიის კერძები, პირველ რიგში, შესახედაობით ხიბლავს და აოცებს ადამიანს. მაგალითად, კერძი, რომელიც, ერთი შეხედვით, წითელ ხიზილალას ჰგავს, შეიძლება სინამდვილეში იყოს საზამთროსგან მომზადებული, ფაფუკი, ნაზი ქაფით გაფორმებული დესერტი. მოლეკულური სამზარეულოს კერძების გაფორმება და სერვირება ცალკე ხელოვნებაა და, თუ დაინტერესდებით ამ მიმართულებით, გაითვალისწინეთ, წინ ბევრი ექსპერიმენტი და აღმოჩენა გელით.



### ლექსიკონი

- ხელოვნება** — აქ: რაიმე პროფესიის სრულყოფილად ცოდნა.
- დღესასწაულის აღნიშვნა** — აქ: საზეიმო სუფრის მოწყობა.
- წოდება** — სახელი, რომელიც ადამიანს ენიჭება რაიმე დამსახურებისთვის, პროფესიონალიზმისათვის.
- პაემანი** — შეყვარებული წყვილის შეხვედრა ან საქმიანი შეხვედრა.
- რეცეპტურა** — აქ: კერძების ინგრედიენტების შემადგენლობა.
- კომბინაცია** — აქ: შეერთება, შეხამება.
- თამამი** — გაბედული, უშიშარი;
- მოლეკულა** — ნივთიერების უმცირესი ნაწილაკი.
- ინსტრუმენტი** — აქ: იარაღი ხელით სამუშაოსთვის.
- ექსპერიმენტი** — ცდა.
- ორთქლი** — გათბობის შედეგად სითხის გადასვლა აირისებურ მდგომარეობაში.
- შედევრი** — ოსტატობის უმაღლესი მიღწევა.
- სერვირება** — სუფრის გაწყობის ხელოვნება.
- აქცენტი** — აქ: რაიმე აზრის, იდეის ხაზგასმა.
- მიმართულება** — რისამე გზა, გეზი.
- დანადგარი** — ადგილზე დამაგრებული რაიმე საგანი.

**ნაზავი** — ერთმანეთთან შეერთებული სხვადასხვა ნივთიერება.  
**გაფორმება** (აფორმებს ის მას) — გალამაზება, მორთვა.

შ ე ს ი ტ ყ ვ ე ბ ე ბ ი :	
<p>დღესასწაულის აღნიშვნა                      კულინარიული ხელოვნება                      საქმიანი შეხვედრა                      შეფ-მზარეულის მოვალეობა                      უმაღლესი წოდება</p>	<p>კერძების გაფორმება                      თამამი კომბინაციები                      ავანგარდული კულინარია                      სერვირების ხელოვნება</p>

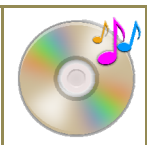
**1.2. დაიმასხვოვრეთ!**

{ ავითარებს ის მას.                      მზარეული ავითარებს კულინარიულ ხელოვნებას.  
 ვითარდება ის.                          კულინარიული ხელოვნება ვითარდება.  
 { აფორმებს ის მას.                      მზარეული აფორმებს კულინარიულ ნაწარმს.  
 ფორმდება ის.                          კულინარიული ნაწარმი ლამაზად ფორმდება.

საწყისი	ახლანდელი (რას შვრება?)	წარსული		მომავალი		თურმელობითი (რა უქნია?)
		(რას შვრებოდა?)	(რა ქნა)	(რას იზამს?)	(რა (უნდა) ქნას?)	
განვითარება	ავითარებს (ის მას)	ავითარებდა (ის მას)	განავითარა (მან ის)	განავითარებს (ის მას)	განავითაროს (მან ის)	განუვითარებია (მას ის)
	ვითარდება (ის)	ვითარდებოდა (ის)	განვითარდა (ის)	განვითარდება (ის)	განვითარდეს (ის)	განვითარებულა (ის)
გაფორმება	აფორმებს (ის მას)	აფორმებდა (ის მას)	გააფორმა (მან ის)	გააფორმებს (ის მას)	გააფორმოს (მან ის)	გაუფორმებია (მას ის)
	ფორმდება (ის)	ფორმდებოდა (ის)	გაფორმდა (ის)	გაფორმდება (ის)	გაფორმდეს (ის)	გაფორმებულა (ის)

**1.3. ტექსტის მიხედვით, უპასუხეთ კითხვებს:**

- რას ნიშნავს კულინარია?
- რა მოვალეობებს ასრულებს შეფ-მზარეული?
- რა უნარები უნდა გააჩნდეს შეფ-მზარეულს?
- რას ნიშნავს ფუჟენი?
- რას ნიშნავს მოლეკულური კულინარია?



**1.4. მოისმინეთ: და-ძმის საუბარი**

მოსმენილი ტექსტის მიხედვით, უპასუხეთ კითხვებს:



1. რატომ გადაწყვიტა ირაკლიმ მზარეულობა?

- ა) იმიტომ, რომ მშობლები მზარეულები ჰყავდა;
- ბ) იმიტომ, რომ ეს საქმე მოსწონს;
- გ) იმიტომ, რომ ადვილად დასაქმდეს.

2. ვისი ჰობია მზარეულობა?

- ა) ელენესი;
- ბ) ბებიასი და ბაბუასი;
- გ) ირაკლის.

3. რატომ ჰგონია ელენეს მზარეულობა რთული პროფესია?

- ა) იმიტომ, რომ მზარეულს ბევრი მოვალეობა აქვს და ცოტა უნარი;
- ბ) იმიტომ, რომ მზარეულს ბევრი მოვალეობა აქვს და თანდაყოლილი ნიჭი და უნარიც უნდა ჰქონდეს;
- გ) იმიტომ, რომ ბევრი ადამიანი დადის რესტორანში.

4. რა სახეობის კერძების მომზადება ეხერხება ელენეს ყველაზე მეტად?

- ა) თევზის კერძების;
- ბ) ზღვის პროდუქტების კერძების;
- გ) თევზის კერძების და საკონდიტრო ნაწარმის.

5. რა პირობა მისცა ირაკლიმ ელენეს?

- ა) ყველგან ერთად ვიმუშავებთ;
- ბ) ყოველთვის ერთად ვიმუშავებთ;
- გ) ყოველთვის ერთად ვიქნებით.

1.5.

**ყურადღებით დააკვირდით და დაიმახსოვრეთ:**

ეს → ჩემთან, ჩვენთან (I პირთან) ახლოს; • ეს მაგიდა, ჩემ გვერდით რომ დგას, თავისუფალია.

ეგ → შენთან, ჩვენთან (II პირთან) ახლოს; • ეგ ბიჭი, შენ გვერდით რომ ზის, ვინ არის?

ის → მასთან, მათთან (III პირთან) ახლოს. • ის უცნობი, ახლა რომ შემოვიდა ოთახში, სტუდენტია?

ესენი → ჩემთან, ჩვენთან ახლოს; • ესენი ჩემი ჯგუფელები არიან. ეს გოგონები ჩემი ჯგუფელები არიან.

ეგენი → შენთან, ჩვენთან ახლოს; • ეგენი ახალი სტუდენტები არიან? ეგ ბიჭები ახალი სტუდენტები არიან?

ისინი → მასთან, მათთან ახლოს. • ისინი ჩვენი მასწავლებლები არიან. ის ახალგაზრდა ქალბატონები ჩვენი მასწავლებლები არიან

**1.6. წაიკითხეთ. სერვირების კულტურის შესახებ**



კულინარიული ხელოვნებისაგან განუყოფელია სერვირების ხელოვნება.

**სერვირება** ნიშნავს სუფრის გაწყობას. სერვირების დროს მნიშვნელოვანია ინვენტარის დალაგების თანმიმდევრობა და სიმეტრია. ასევე გასათვალისწინებელია მიმტანის მოძრაობის და დგომის მანერა, ლანგრის დაჭერის და ტარების წესი.



## ვისაუბროთ.

ირაკლის და ელენეს პროფესიულ სასწავლებელში მაღალი რანგის სტუმრებს ელიან — ევროპელ პარტნიორებს. სასწავლებლის დირექციამ მათი საბეიშო მიღება მთაწმინდის ცნობილ რესტორანში დაგეგმა და გადაწყვიტა, მზარეულობა სასწავლებლის კურსდამთავრებულებისათვის, ხოლო სერვირება სტუდენტებისათვის დაევალებინა. ლექტორები სტუდენტებს შეხვდნენ და გადაწყვეტილება გააცნეს.

**ლექტორი:** ძვირფასო ახალგზრდებო, როგორც იცით, სასწავლებელში სტუმრად უცხოელი მეგობრები ჩამოდიან. გვსურს, რომ მათ ჩვენი სტუდენტების და კურსდამთავრებულების საუკეთესო უნარები და ცოდნა ვაჩვენოთ და ამიტომ სამზარეულოსა და სერვირებაზე პასუხისმგებელ ადამიანებს თქვენ შორის ავარჩევთ.

**ირაკლი:** პატივცემულო, ეს ძალიან საპასუხისმგებლო საქმეა! დარწმუნებული ხართ, რომ თავს გავართმევთ ამ დავალებას?

**ლექტორი:** დიას, მეტიც, დარწმუნებული ვარ, რომ საუკეთესო შედეგს აჩვენებთ. გადავწყვიტეთ, საუკეთესო სტუდენტს კურატორობა დავავალოთ და მივაბაროთ ორი დაბალკურსელი სტუდენტი. კურატორი ვალდებულია, თავის შეგირდებს ამ რამდენიმე დღეში კარგად აუხსნას და შეასწავლოს მაგიდის სერვირების წესები. ირაკლი, შენ, როგორც საუკეთესო სტუდენტი, კურატორი იქნები, შენი შეგირდები კი ნასიმი და არტური იქნებიან.

\* \* \*

**არტური:** რა უნდა გავაკეთოთ? მე არაფერი ვიცი სერვირების შესახებ, სულ ახლახან დავიწყე სწავლა.

**ირაკლი:** ნუ ღელავ, ყველაფერს აგიხსნი. პირველ რიგში, უნდა დავიმახსოვროთ, რომ სუფრის სერვირება ნამდვილი ხელოვნებაა. მაღალი კლასის რესტორნებსა და ოფიციალურ მიღებებზე სუფრას განსაკუთრებული წესით — ეტიკეტის დაცვით შლიან. გარდა იმისა, რომ კერძი უნდა იყოს ძალიან გემრიელი, ის ლამაზი და მიმზიდველიც უნდა ჩანდეს.

**არტური:** რა განსაკუთრებული წესები უნდა დავიცვათ სუფრის სერვირების დროს?

**ირაკლი:** წესი ბევრია, თუმცა მათი დამახსოვრება რთული არ არის. პირველ რიგში, დავიწყეთ მაგიდის სუფრით — გადასაფარებლით. ეტიკეტის მიხედვით, სუფრა უნდა იყოს თეთრი. სუფრის ფერი შეიძლება შევცვალოთ იმის მიხედვით, თუ რომელი დღესასწაულის აღსანიშნავად იმართება სადილი. მაგალითად, საშობაოდ და სააღდგომოდ ხშირად იყენებენ წითელი, მწვანე ან ოქროსფერი ელემენტებით გაფორმებულ სუფრებს. თეფშები, სასურველია, ასევე თეთრი ფერის იყოს, რომ უკეთ აღვიქვათ კერძების სილამაზე და სათანადოდ დავაფასოთ მზარეულის ოსტატობა. გარდა ამისა, მნიშვნელოვანია, რომ ეტიკეტის დაცვით იყოს დალაგებული სხვა ჭურჭელიც.

**ნასიმი:** სუფრაზე ჭურჭელი ჩვენ უნდა დავალაგოთ?

**ირაკლი:** დიას! ახლა შევეცდები, საჭირო და მნიშვნელოვანი რჩევები მოგცეთ. პირველ რიგში, სუფრა და ჭურჭელი აუცილებლად უნდა იყოს იდეალურად სუფთა. სერვირების კლასიკური ნიმუშის მიხედვით მაგიდაზე უნდა იდოს: დანა კარაქისთვის, თეფში პურისა და კარაქისთვის, კოვზი (პირველი კერძისთვის), ჩანგალი ზღვის პროდუქტ-

ტებისთვის (ცივი კერძებისთვის), დანა ზღვის პროდუქტებისთვის, ჩანგალი ხორცისა და სალათებისთვის (ძირითადი კერძისთვის), მაგიდის დანა, დეკორატიული თეფში, თეფში წვნიანისთვის, დესერტის კოვზი, დესერტის ჩანგალი, წყლის ჭიქა, შამპანურის ბოკალი, ღვინის ბოკალი.

დააკვირდით სურათს. რომელი ჭურჭლით და როგორ უნდა გავაწყოთ სადილის მაგიდა:



მინიშნება ოფიცინათს თეფშებ დანა-ჩანგლის განლაგებაზე:



ჭურჭელი იმის მიხედვით შეირჩევა, რას ვთავაზობთ სტუმარს — საუბმეს, სადილსა თუ ვახშამს.

**ნასიმი:** მგონი, რაღაც დაგავიწყდა, ჰო, ხელსახოცი არ გიხსენებია.

**ირაკლი:** მართალი ხარ ნასიმ! ხელსახოცი ორი სახის არის — ნაჭრისა და ქაღალდის. ნაჭრის ხელსახოცი, როგორც წესი, განკუთვნილია მუხლებზე დასაფენად, ქაღალდის ხელსახოცებს კი უშუალოდ ჭამის დროს იყენებენ. თუ თქვენი სუფრა პირველ კერძს არ ითვალისწინებს, შეგიძლიათ ხელსახოცი უშუალოდ თეფშზეც დადოთ და თან ლამაზად გააფორმოთ. ქაღალდის ხელსახოცები მაგიდის ცენტრში უნდა მოათავსოთ, რომ ყველა მისწვდეს.

**არტური:** შესაძლებელია სერვირება ერთჯერადი ჭურჭლით და დანა-ჩანგლებით?

**ირაკლი:** არავითარ შემთხვევაში. ერთჯერადი ჭურჭელი “ფასთ ფუდების” ჭურჭელია.

მეგობრებო, რჩევები კარგად უნდა დავიმახსოვროთ, რათა ჩვენს მასწავლებლებს იმედები არ გავუცროთ.



### ლექსიკონი

**მაღალი რანგის სტუმრები** — ცნობილი, გამოჩენილი ადამიანები (პოლიტიკოსები, კულტურის და განათლების სფეროს წარმომადგენლები).

**პასუხისმგებელი** — ხელმძღვანელი პირის მოვალეობა.

**კურატორი** — პირი, რომელსაც მინდობილი აქვს სამუშაოს მეთვალყურეობა.

**შევირდი** — მოსწავლე.

**ეტიკეტი** — აქ: სუფრის გაწყობის განსაკუთრებული წესი.

**სათანადოდ** — შესაბამისად; აქ: რაიმეს ისე გაკეთება, როგორც საჭიროა.

**იმედების გაცრუება** — ვინმეზე დამყარებული რაღაც მოლოდინის ვერ შესრულება.  
**თავის გართმევა** — რაიმეს კარგად შესრულება.  
**აღქმა (აღიქვამს ის მას)** — სინამდვილის დანახვა, სინამდვილის ასახვა.  
**გაცნობა (აცნობს ის მას მას)** — გაგებინება, შეტყობინება.  
**გათვალისწინება (ითვალისწინებს ის მას)** — წინასწარ რაიმეს მოფიქრება.

შ ე ს ი ტ ყ ვ ე ბ ე ბ ი :	
სერვირების წესები საზეიმო მიღება საპასუხისმგებლო საქმე თავის გართმევა	იმედების გაცრუება ოფიციალური მიღება მაღალი რანგის სტუმარი

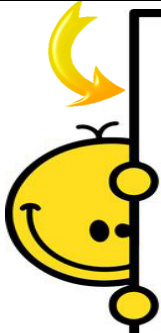
ს ი ნ თ ნ ი მ ე ბ ი	
შეგირდი	= მოსწავლე
ექსპერიმენტი	= ცდა
ავანგარდი	= მოწინავე
მრავალფეროვანი	= მრავალგვარი, მრავალი სახის
თამამი	= გაბედული
უნარი	= შესაძლებლობა

ა ნ ტ თ ნ ი მ ე ბ ი	
მოწინავე	≠ ჩამორჩენილი
მრავალფეროვანი	≠ ერთგვაროვანი
გაბედული	≠ გაუბედავი

**კიდევ ერთხელ წაიკითხეთ ტექსტი და უპასუხეთ კითხვებს:**

- **ვინ ესტუმრენ სასწავლებელს?**  
 ა) მაღალი რანგის სტუმრები;    ბ) მაღალი ევროპელი სტუმრები;    გ) ევროპელი მემობლები.
- **ლექტორების გადაწყვეტილებით ვინ უნდა მოამზადოს და მოემსახუროს სტუმრებს?**  
 ა) ცნობილი მზარეულები და ოფიციალურები;  
 ბ) პროფესიული სასწავლებლის სტუდენტები და კურსდამთავრებულები;  
 გ) რესტორან „მთაწმინდის“ მზარეულები.
- **რას ნიშნავს ფრაზა „თავს გავართმევთ“?**  
 ა) გავუმკლავდებით, შევძლებთ;    ბ) თავს წავართმევთ;    გ) თავს დავკარგავთ.
- **რა ფუნქცია დაეკისრა ირაკლის?**  
 ა) კურატორის;    ბ) შეგირდის;    გ) მასწავლებლის.
- **რას ნიშნავს გამოთქმა „იმედები არ გავუცრუოთ“?**  
 ა) იმედები გავუქარწყლოთ;    ბ) იმედები გავუმართლოთ;    გ) იმედი დავაკარგვინოთ.
- **ძირითადად როგორი ფერის უნდა იყოს სუფრა?**  
 ა) თეთრი;    ბ) ღია ფერის;    გ) ჭრელი.
- **როგორი ჭურჭლის გამოყენება არ შეიძლება სერვირების დროს?**  
 ა) ერთვერადის;    ბ) მრავალვერადის;    გ) ფაიფურის.
- **ჩამოთვლილთაგან რომელი არ უნდა იდოს ტკბილეულის სუფრაზე?**  
 ა) დესერტის ჩანგალი;    ბ) ჩანგალი ზღვის პროდუქტებისთვის;    გ) ჩანგალი ხილისთვის.


1.7. სასაბავშვო რჩევები



ძველი და ახალი კვერცხი რომ განვასხვავოთ, კვერცხი ჩავდეთ მარილწყალში. ახალი კვერცხი ჩაიძირება, ძველი — იტივტივებს. უმაცივროდ ხორცი ერთი დღე-ღამე შეინახება, თუ ძმრიან ტილოში შევახვევთ; სამზარეულოში კომბოსტოს ხარშვისას უსიამოვნო სუნს თავიდან ავირიდებთ, თუ ქვაბის ხუფს ძმარში დასველებულ ტილოს დავაფარებთ. მაცივრის თაროზე 5 აბი ნახშირი, ან 3 ნაჭერი შავი პური, ან კიდევ გაჭრილი ლიმონი დადეთ და უსიამოვნო სუნი გაქრება.

1.8. ეს საინფორმაციო

- მეცნიერებს არაქისის კარაქისგან ბრილიანტის დამზადება შეუძლიათ. გერმანელმა მეცნიერებმა დაადგინეს, რომ არაქისის კარაქში ბრილიანტის დასამზადებლად აუცილებელი რაოდენობის ნახშირბადაა. ამისათვის კი აუცილებელია, რომ პროდუქტი მთლიანად გათავისუფლდეს ჟანგბადისგან. რა თქმა უნდა, ნატურალური ბრილიანტი მაინც უფრო ღირებული იქნება, რა დროც არ უნდა გავიდეს.
- კოკა-კოლას ბოთლის დიზაინი ისეა შექმნილი, რომ ის სიბნელეშიც გამოჩნდეს.

1.9.  ინტერნეტში მოძებნეთ რომელიმე ტკბილეულის გაფორმების ნიმუში, გადაიღეთ სურათი და ჯგუფში იმსჯელეთ შერჩეული მასალის შესახებ.

წერა

1.10. როგორ გავაფორმებ სადღესასწაულო სუფრას (სერვირება).  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

სიბრძნის საგანძური

„თვალი ჭამს და თვალი სვამს“  
(ქართული ანდაზა).

1.11. დაფიქრდით და უპასუხეთ:  
რას გულისხმობს ეს გამონათქვამი?

## 2. რესტორანი და რესტორანტი



- რას ხედავთ ფოტოებზე?
- თქვენ რომელი ტიპის რესტორანში მოგწონთ სადილი?
- თავად როგორ რესტორანს გახსნიდით?

### 2.1. წაიკითხეთ



სასურსათო ტექნოლოგია კვების ინდუსტრიის შემადგენელი ნაწილია, რომელიც სარესტორნო ბიზნესსაც მოიცავს. სარესტორნო ბიზნესი ერთ-ერთი ყველაზე პოპულარული და საინტერესო ბიზნესია. ალბათ, ბევრი თქვენგანის ოცნებაა, ჰქონდეს საკუთარი რესტორანი, ბარი, კაფე ან თუნდაც საფუნთუშე.

**რესტორანი** საზოგადოებრივი კვების ობიექტია. ისეთი ადგილები, სადაც შორ გზაზე მიმავალ მოგზაურებსა თუ ვაჭრებს წახემსება და დასვენება შეეძლოთ, ოდითგანვე არსებობდა (მაგ. ტავერნა, ფუნდუკი, დუქანი, ტრაქტირი, სასადილო და სხვ.), მაგრამ კვების ობიექტს „რესტორანი“ პირველად საფრანგეთში უწოდეს. თვითონ ტერმინი „რესტორანი“ ლათინური სიტყვაა და „აღდგენას“ ნიშნავს. დაახლოებით 1765 წელს, ერთმა პარიზელმა მოქალაქემ, გვარად ბულანჟემ, რომელიც ბულიონებს ამზადებდა და ყიდდა, თავისი დაწესებულების

სარეკლამო აბრაზე ლათინურად წააწერა: მოდით ყველა, ვისაც გაწეხებთ კუჭი, და მე აღგადგენთო.

კვების ობიექტები ერთმანეთისაგან განსხვავდება მომსახურების სტილით. არსებობს ელიტური (იგივე ლუქსკლასის) რესტორანი, კაფე, ბისტრო, ფასტფუდი, პაბი, პიცერია, ტავერნა და ა. შ.

- **რესტორანი** — სხვადასხვა ტიპის არის: ეთნიკური, სადაც ნაციონალურ კერძებს ამზადებენ, შერეული (მაგ., ქართულ-ევროპული კერძების), კონკრეტული პროდუქციის (მაგ., თევზის) და სხვ;
- **ფასტ-ფუდი** — სწრაფი კვების ობიექტი, სადაც, როგორც წესი თვითმომსახურებაა. სტუმრები საჭმელს თავად იღებენ, თანხას კი იქვე, სალაროსთან იხდიან.
- **კაფეტერია** — პატარა კაფე, რომელიც სტუმრებს სთავაზობს ყავას, წვენებს, სხვადასხვა სახის მსუბუქ კერძს. კაფეში მომსახურება სწრაფად ხდება. კაფე შეიძლება იყოს განთავსებული შენობაში, ან ღია ცის ქვეშ.
- **ბისტრო** — კაფე-რესტორანი, სადაც მარტივად მოსამზადებელ კერძებს სთავაზობენ სტუმრებს.
- **პაბი** — ადგილი, სადაც სტუმრები ძირითადად სასმელს (ლუდი, ღვინო, კოქტეილები, ლიქიორები) მიირთმევენ;
- **პიცერია** — ადგილი, სადაც კლიენტები პიცის დასაგემოვნებლად დადიან. პიცერიაში, ძირითადად, იტალიური კერძებია და ხშირად ოჯახური თავშეყრის ადგილია.
- **ტავერნა** — ბერძნული წარმოშობის კვების ობიექტი, სადაც კერძებს, ძირითადად, ღვინოსთან ერთად მიირთმევენ. ტავერნები, როგორც წესი, განლაგებულია ტრასებზე.

პროფესია **რესტორატორი** რესტორნის ან რესტორნების ქსელის მფლობელს ნიშნავს. რესტორატორი, ხშირ შემთხვევაში, რესტორნის კონცეფციის შემქმნელია და რესტორნის მარკეტინგისა და მენეჯმენტის საქმეებს წარმართავს. რესტორნისთვის შეფ-მზარეულის შერჩევაც მისი უფლებაა. ზოგჯერ წარმატებული შეფ-მზარეულები ხსნიან საკუთარ რესტორანს და თავად ხდებიან რესტორატორები.



### ლექსიკონი

**ოდიტგანვე** — თავიდანვე.

**კონცეფცია** — რაიმე მოვლენის ძირითადი აზრის, შეხედულების ჩამოყალიბება.

**სასადილო** — კვებისთვის განკუთვნილი დაწესებულება.

**მენიუ** — საჭმელების სია.

**თვითმომსახურება** — საკუთარი თავის მომსახურება.

**რესტორატორი** — რესტორნის პატრონი სარესტორნო საქმის სპეციალისტი.

**მფლობელი** — რაიმეს პატრონი.

**მარკეტინგი** — გაყიდვა.

**მენეჯმენტი** — მართვა.

**ელიტური** — საუკეთესო, რჩეული.

**აღდგენა** (აღადგენს ის მას) — რაიმესთვის ძველი, წინანდელი სახის მიცემა.

**წახემსება** (წახემსებს ის) მცირე საკვების მიღება.

**წარმართვა** (წარმართავს ის მას) — საქმის ხელმძღვანელობა, საქმისთვის მიმართულების მიცემა.

### შ ე ს ი ტ ყ ვ ე ბ ე ბ ი :

საზოგადოებრივი კვების ობიექტი  
საქმეებს წარმართავს  
სწრაფი მომსახურება  
მომსახურების სტილი

### ტექსტის მიხედვით, უპასუხეთ კითხვებს:

- სად ეწოდა პირველად რესტორანი სახელად კვების ობიექტს?
- როგორი სახის კვების ობიექტია ფასტფუდი?
- რას ნიშნავს ელიტური რესტორანი?
- რა ჰქვია რესტორნის ან რესტორნების ქსელის მფლობელს?
- ვინ არჩევს რესტორნისთვის შეფ-მზარეულს?
- რას ნიშნავს „მარკეტინგი“ და „მენეჯმენტი“?

### 2.2. უპასუხეთ კითხვებს და იმსჯელეთ ჯგუფში:

- 1) როგორი ტიპის კვების ობიექტებს ვხვდებით საქართველოში ყველაზე ხშირად? თქვენი აზრით, რა არის ამის მიზეზი?
- 2) თქვენ როგორი რესტორანი მოგწონთ? რატომ?



### 2.3. ვისაუბროთ!

**ლექტორი:** დღეს ჩვენ გავეცანით რესტორნების ტიპებს და რესტორატორის პროფესიას. ვფიქრობ, ამ საკითხმა ყველანი დაგაინტერესათ, რადგან, ალბათ, ყველა თქვენგანის ოცნებაა ჰქონდეს საკუთარი კვების ობიექტი. მოდით, ვისაუბროთ, რა ტიპის რესტორანში ხართ ნამყოფი, სად ისურვებდით საღამოს გატარებას და თავად როგორ რესტორანს გახსნიდით?

**ირაკლი:** რამდენიმე საშუალო კლასის რესტორანში ვარ ნამყოფი, სადაც მენიუ არაფრით გამოირჩევა და მომსახურებაც საშუალო დონისაა. ვერ ვიტყვი, რომ რამე განსაკუთრებით მომეწონა ან დამამახსოვრდა. ჩემი ოცნებაა რომელიმე ცნობილი შეფ-მზარეულის რესტორანში სადილობა. მაინტერესებს იქაური კერძების ხარისხი და ფასები მართლაც მათი პოპულარობის შესაბამისია თუ — არა.

**ელენე:** მე ძალიან მიყვარს ფასტფუდი, ვგიჟდები ბურგერებზე! ვიცი, რომ მათი ხშირად ჭამა არ არის სასარგებლო, ამიტომ იშვიათად ვჭამ, მაგრამ როცა მშია, პირველი, რაც

მახსენდება, გემრიელი ბურგერია. სხვათა შორის, სახლშიც ვამზადებ ხოლმე ბურგერებს მეგობრებისთვის. ფუნთუშებს თვითონ ვაცხობ, ხორცს გრილზე ვწვავ და შემდეგ სხვადასხვა სოუსისა და ბოსტნეულის ნაირგვარ ბურგერს ვამზადებ. მიყვარს ახალი გემოს, ახალი შეხამებების კომბინაცია და აღმოჩენა. იმედია, ოდესმე ჩემი საკუთარი ბურგერ-ბარი მექნება.

**ლეილა:** მე უპირატესობას მაინც ეროვნულ, ნაციონალურ სამზარეულოს ვანიჭებ. ძალიან ვაფასებ ყველანაირ კერძს, მაგრამ ჩემთვის უპირველესი მაინც ბავშვობიდან ნაცნობი კერძები და მათი გემოა. დიდი სიამოვნებით გავხსნიდი აზერბაიჯანული კერძების რესტორანს.

**არტური:** მე აზიური სამზარეულო მიმიდავს, განსაკუთრებით კი — ჩინური კერძები. მომწონს, როგორ ამუშავებენ ხორცსა და ბოსტნეულს, როგორ აზავებენ ერთი შეხედვით შეუსაბამო ინგრედიენტებს და საბოლოოდ უგემრიელეს, ლამაზად გაფორმებულ კერძებს იღებენ. მომწონს ჩინური სამზარეულოსთვის დამახასიათებელი მოტკბო-მომჟავო გემოს კომბინაცია.

**ირაკლი:** აზიური კერძები მეც მიყვარს, მაგრამ ჩემი ფავორიტია იაპონური სამზარეულოს მშვენება — სუში. ვთვლი, რომ სუში შედეგია — მარტივი ინგრედიენტებისგან შექმნილი ულამაზესი კერძი, რომელიც გემრიელიცაა და მსუბუქიც. თან შეგიძლია, უამრავი სახეობის სუში მოამზადო ან თავად გამოიგონო ახალი შეხამება.

**ლევანი:** თუკი ოდესმე რესტორანს გავხსნი, ეს იტალიური რესტორანი იქნება. ჩემი აზრით, იტალიური სამზარეულო ყველაზე ახლოსაა ქართველების გემოვნებასთან. რესტორანის კონცეფციის შესაქმნელად და განსახორციელებლად აუცილებლად მოვიწვევ რესტორატორს, რომ ყველა დეტალი თავიდანვე გავითვალისწინო. მენიუში მექნება პიცისა და პასტის კერძების დიდი არჩევანი და, რაც მთავარია, უგემრიელესი იტალიური დესერტი — ტირამისუ.

**ლექტორი:** კარგი, დღეს ამით დავამთავროთ, წარმატებებს გისურვებთ!

**2.4. ტექსტში მოცემული ინფორმაციის მიხედვით, შეავსეთ ცხრილი. მიუთითეთ, რომელ პერსონაჟს როგორი რესტორანი მოსწონს და რომელი კერძები.**

№	დიალოგის პერსონაჟები:	რესტორნის ტიპები:	კერძები:
1.	<i>ნიმუში: ირაკლი</i>	<i>აზიური რესტორანი, იაპონური რესტორანი</i>	<i>სუში</i>
2.	ელენე		
3.	ლეილა		
4.	არტური		
5.	ლევანი		



## 2.5. მოისმინეთ:

## საუბარი რესტორატორთან

## უპასუხეთ კითხვებს:

1. რა პროფესიაა რესტორატორი?

---



---

2. სად და რამდენ ადგილას შეიძლება მუშაობდეს რესტორატორი?

---



---

3. ვინ მუშაობს რესტორნის წარმატებასა და პრესტიჟზე, გარდა რესტორატორისა?

---



---

4. რა ფუნქცია აქვს მარკეტოლოგს?

---



---

5. რა მოეთხოვება PR სპეციალისტს?

---



---

2.6. იცით თუ არა, რამ...  

- ციტრუსისგან წვენი მაქსიმალური რაოდენობა რომ მიიღოთ, ციტრუსი ჯერ უნდა გააცივოთ, შემდეგ კი 15–20 წამით მიკროტალღურ ღუმელში მოათავსოთ.
- მოხარშულ კვერცხს ადვილად გაფცქვნით, თუ ხარშვისას წყალში სოდას დაამატებთ.
- ახალი კარტოფილი ადვილად გაიფცქვნება, თუ მას ნახევარი საათით მარილიან წყალში ჩაყრით.
- იდეალური ცომის მოსამზადებლად დაიცავით ერთი მარტივი წესი: კარაქი გასალღობად წინა ღამით ოთახის ტემპერატურაზე დატოვეთ.
- თევზი რბილი და ხრაშუნა გამოვა, თუ გრილზე შეწვისას მას ცოტა მაიონებს წაუსვამთ და შემდეგ მოაყრით მარილს.

**პრეზენტაცია**

2.7. ინტერნეტში მოიძიეთ ინფორმაცია ცნობილი ქართველი, აზერბაიჯანელი ან სომეხი რესტორატორის შესახებ და მოამზადეთ პრეზენტაცია მისი პროფესიული საქმიანობის შესახებ.



წერა

2.8. მე რომ რესტორატორი ვიყო



Blank lines for writing

2.9.

ეს საინცერტოა

აჯიკა ცხარე, სურნელოვანი სანელებელია. ის მეგრული და აფხაზური სამზარეულოს განუყოფელი ნაწილია. აჯიკა, ძირითადად, გამოიყენება ხორციანი და ბოსტნეულის კერძების შესაკაზმად, თუმცა ზოგიერთი კარაქით პურზე გადასმულსაც გემრიელად მიირთმევს. არსებობს რამდენიმე სახის აჯიკა: წითელი, მწვანე, მშრალი, პასტისებური, პომიდვრიანი და ა.შ. აჯიკის ძირითადი ინგრედიენტებია: წითელი ცხარე წიწაკა, ნიორი და მარილი. გემოვნებისა და სახეობის მიხედვით ამ ნაზავს ემატება: ტკბილი (ე.წ. ბულგარული) წიწაკა, ზეთი, სხვადასხვა მწვანელი, პამიდორი, ტომატი, ძმარი, ნივთი, სანელებლები და ა.შ.

მწარე წიწაკა სასარგებლო ბოსტნეულია. ის აძლიერებს იმუნიტეტს, ეხმარება ანგი-ნისგან განკურნებაში, აწესრიგებს სისხლის მიმოქცევას, აუმჯობესებს ბრონქული ასთ-მით დაავადებული ადამიანის მდგომარეობას და ა.შ.

მწარე წიწაკა თავისი უნიკალური თვისებებით ხელს უშლის სისხლძარღვებში თრომბის წარმოქმნას. აქტიურად მონაწილეობს ნივთიერებათა ცვლის პროცესში და სისხლს სასარგებლო ნივთიერებებით ამარაგებს.



სიბრძნის საგანძური

„ჭიქა ღვინომ ამოღებულო ხმალი ჩააგო“  
ხალხური ანდაზა.

2.10. განმარტეთ,

რას ნიშნავს ეს ფრაზა. ეთანხმებით თუ – არა მას?

## 3. სომელიე



## 3.1. უპასუხეთ კითხვებს:



- რას ხედავთ ფოტოებზე?
- ერკვევით ღვინის საკითხებში?
- თქვენი აზრით, მნიშვნელოვანია თუ არა ღვინის სწორად შერჩევა?

## 3.2. წაიკითხეთ



წინა გაკვეთილებზე ჩვენ გავეცანით ღვინისა და სხვა ალკოჰოლური სასმელების დამზადების ტექნოლოგიას. ღვინო მსოფლიოში ერთ-ერთი ყველაზე პოპულარული სასმელია, საქართველოში კი მას განსაკუთრებული ადგილი უკავია. მიუხედავად იმისა, რომ საქართველო ღვინის სამშობლოდ არის აღიარებული და ჩვენში ღვინისა და ვაზის კულტია, **სომელიეს პროფესია** ჯერ კიდევ ახალია, თუმცა თანდათან უფრო პოპულარული ხდება.

**სომელიე ღვინის ექსპერტია**, რომელიც კარგად ერკვევა სასმლის სახეობებსა და თავისებურებებში, მისი წარმოების, შენახვის, **დეგუსტაციის**, სერვირებისა და **კერძებთან**

**შეხამების** საკითხებში. სომელიე არჩევს ღვინოებს რესტორნისთვის და **ადგენს** რესტორნის ე.წ. ღვინის ბარათს (ღვინის მენიუს). ის რესტორნის სტუმრებს ეხმარება სწორი არჩევნის გაკეთებაში.

სომელიეს პროფესიის დასაუფლებლად შესაბამისი განათლების მიღება, პრაქტიკის გავლა, დეგუსტაციებზე დასწრება და გემოთა შეხამების ცოდნა არ არის საკმარისი. სომელიეს უნდა ჰქონდეს **დახვეწილი გემოვნება**. კარგად ერკვეოდეს როგორც სასმელებში, ისე ადამიანების ხასიათსა და გემოვნებაში.

### ღვინის სერვირება

**სერვირებისთვის თეთრ ღვინოს** ზაფხულში 10-12°C-მდე, ხოლო ზამთარში 14°C-ზეც აცივებენ. **ხოლო წითელი** ღვინო ოთახის ტემპერატურის უნდა იყოს, არაუმეტეს 16°C-სა. ვარდისფერი ღვინო (როზე) 8-9°C-ზე ჩაცივებული მიაქვთ სუფრასთან.

ღვინის ბოთლი უნდა გავხსნათ ნელა და ფრთხილად, რადგან სასმელთან რეაქციაში შემავალმა **ჟანგბადის ნაკადმა** ე. წ. „ჟანგბადის შოკი“ არ გამოიწვიოს. წესების სრული დაცვით გახსნილ ღვინოს დაახლოებით ხუთი წუთის განმავლობაში აჩერებენ, რომ მისი **აერაცია** მოხდეს და მხოლოდ შემდეგ ასხამენ შესაფერის ბოკლებში.

ღვინის (ასევე სხვა სასმელების) სათანადო სასმისში ჩასხმა მხოლოდ მარჯვენა მხრიდან ხდება. **თეთრი ღვინის ბოთლი** ბოკალის კიდიდან სამი თითის სიმაღლეზე უჭირავთ და ისე ასხამენ – ამგვარად ღვინო ჟანგბადით მდიდრდება. ბოკალი 1/3-ზე უნდა შეივსოს ღვინით. შემდეგ ბოთლს ოდნავ ატრიალებენ, რომ ღვინო სუფრაზე არ **დაეწვეთოს** და **დამხმარე მაგიდაზე** (ე.წ. გერიდონზე) **ათავსებენ**. **წითელი ღვინის ბოთლი** ბოკალის კიდიდან ერთი თითის სიმაღლეზე უჭირავთ და დასხმის შემდეგ არ ატრიალებენ, რადგან შეიძლება ღვინის ნალექი **აიჭრას**. ამის გამო წითელი ღვინის ბოთლს წინასწარ შემოახვევენ სპეციალურ სახვევს, რომელსაც დასხმის შემდეგ დამხმარე მაგიდაზე მოთავსებისთანავე მოხსნიან, რომ ღვინო არ გათბეს. **ვარდისფერი ღვინის სერვირება** ისევე ხდება, როგორც თეთრი ღვინისა. ღვინის ბოთლს სტუმრების მაგიდაზე მხოლოდ იმ შემთხვევაში ტოვებენ, თუ ღვინო ძალზე ძვირფასი და იშვიათია (მისი ჩამოსხმის წლისა და სხვა მახასიათებლების გათვალისწინებით).

თეთრი ღვინის ბოკალი შედარებით ვიწრო და წაგრძელებული ფორმისაა, ხოლო წითელი ღვინისა – უფრო განიერი და დაბალი. ნახევრად ტკბილი, ტკბილი და შემავრებული ღვინის ბოკალი განსხვავებულია (მას მაღეირის ჭიქას უწოდებენ და 75 მლ. მოცულობისაა).



### ლექსიკონი

**შოკი** – რეაქცია ძლიერ გამღიზიანებელზე.

**კიდე** – რაიმეს ზედაპირის ბოლო, უკიდურესი ნაწილი.

**დახვეწილი** – გემოვნებიანი, მაღალი სტანდარტის, საუკეთესო.

**მანერა** – ქცევის წესი.

**აერაცია** – განიავება, ბუნებრივი ვენტილაცია.

**დეგუსტაცია** – რაიმე პროდუქტის გემოს გასინჯვა, დაჭაშნიკება ხარისხის გამოსარკვევად.

**მჟავიანობა** – მჟავის შემცველობა რამეში.

ტანინი – მომწარო, მწკლარტე ნივთიერება, რომელსაც შეიცავს ყურძენი.  
 დაუფლება (ეუფლება ის მას) – აქ: სწავლა, შესწავლა.  
 დაწვეთება (ეწვეთება ის მას) – წვეთის დაცემა რაიმეზე.  
 აჭრა (იჭრება ის) – აქ: ღვინის ამღვრევა, არევა.  
 დადგენა (ადგენს ის მას) – აქ: დამტკიცება.  
 მოთავსება (ათავსებს ის მას) – დაბინავება, ადგილის დაჭერა.

შ ე ს ი ტ ყ ვ ე ბ ე ბ ი :	
დახვეწილი გემოვნება ღვინის ექსპერტი ჟანგბადის შოკი	ჰარმონიული წყვილი კერძებთან შეხამება ღვინის ბარათი ჟანგბადის ნაკადი

მ ა რ ს ე მ ე მ

მე → ჩემი      ჩვენ → ჩვენი  
 შენ → შენი      თქვენ → თქვენი  
 ის → მისი      ისინი → მათი

მე მაქვს      ჩემია.  
 შენ გაქვს      შენია.  
 მას აქვს      მისია.

ჩვენ გვაქვს      ჩვენია.  
 თქვენ გაქვთ      თქვენია.  
 მათ აქვთ      მათია.

ჩემი რესტორანი დიდია.  
 ჩემმა რესტორანმა უცხოელ სტუმრებს უმასპინძლა.  
 ჩემს რესტორანს მთელ ქალაქში იცნობენ.  
 ჩემი რესტორნის მენიუში სხვა ხალხების კერძებიცაა.  
 ჩემი რესტორნით ყველა კმაყოფილია.

3.4. დაუკვირდით ზმნის ფორმებს წინადადებებში:

ნუცა საჭმელს	{	S O	ამზადებს (საერთოდ). (ამზადებს ის მას)
		S O	იმზადებს (თავისთვის). (იმზადებს ის მას)
		S O O	უმზადებს (სხვას) ძმას. (უმზადებს ის მას მას)

**წაიკითხეთ წინადადებები და უპასუხეთ: ვისთვის ამზადებს ნუცა სადილს?**

1. „ნუცა სადილს ამზადებს“:

- ა) თავისთვის;                    ბ) სხვისთვის;                    გ) საერთოდ (არ ჩანს ვისთვის).

2. „ნუცა სადილს იმზადებს“:

- ა) თავისთვის;                    ბ) სხვისთვის;                    გ) საერთოდ (არ ჩანს ვისთვის).

3. „ნუცა სადილს უმზადებს ძმას“:

- ა) თავისთვის;                    ბ) სხვისთვის;                    გ) საერთოდ (არ ჩანს ვისთვის).

**დაწერეთ:**

მე (ჩემთვის)	ვიმზადებ	ჩვენ (ჩვენთვის)	.....
შენ (შენთვის)	.....	თქვენ (თქვენთვის)	.....
ის (თავისთვის)	.....	ისინი (თავისთვის)	.....

მე (სხვას/სხვებს)	ვუმზადებ	ჩვენ (სხვას/სხვებს)	.....
შენ (სხვას/სხვებს)	.....	თქვენ (სხვას/სხვებს)	.....
ის (სხვას/სხვებს)	.....	ისინი (სხვას/სხვებს)	.....

**3.5. უპასუხეთ კითხვებს:**



- რა უნდა იცოდეს სომელიემ?
- რა თვისებები უნდა ჰქონდეს სომელიეს?
- რა განსხვავებაა სხვადასხვა ტიპის ღვინის სერვირებაში?



**3.6. მოისმინეთ:**

**როგორ შევახამოთ ღვინო და საკვები**

**მოსმენილი ტექსტის მიხედვით, უპასუხეთ კითხვებს:**

- რა უნდა იცოდეს კარგად სომელიემ?
 

ა) ხარისხიანი ღვინის გარჩევა;    ბ) სასმლისა და კერძის შეხამება;    გ) კერძების დაგემოვნება.
- რა განსაზღვრავს ღვინის გემოს?
 

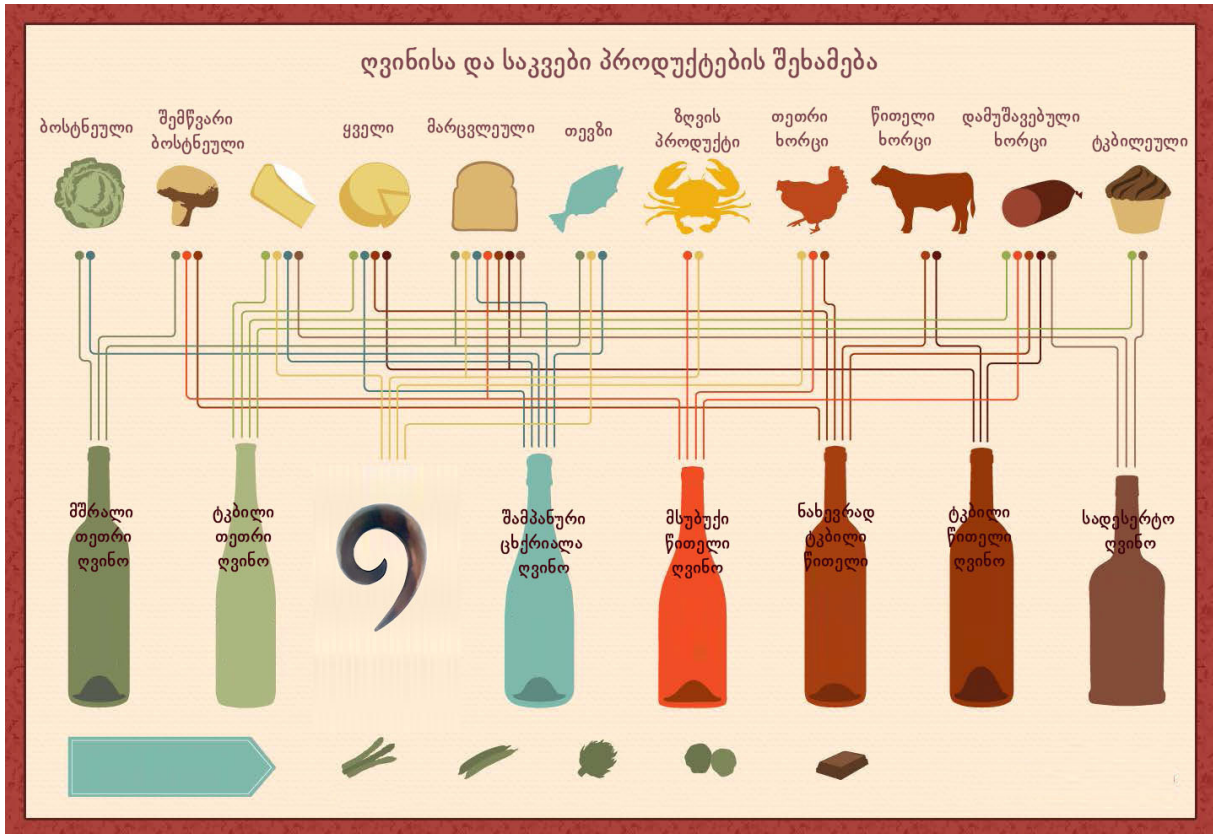
ა) მჟავიანობა, შაქრის შემცველობა და ტანინები;    ბ) შენახვის წესი;    გ) დამზადების წესი.
- რომელ პროდუქტს უხამებენ თეთრ ღვინოს?
 

ა) ხილს;    ბ) თევზს;    გ) ხორცს.

4) რომელ ღვინოებს სვამენ ტკბილეულთან?

- ა) ნახევრად მშრალსა და მშრალს;      ბ) ნახევრად მშრალსა და ნახევრად ტკბილს;      გ) ნახევრად ტკბილსა და ტკბილს.

გაეცანით ღვინისა და საკვები პროდუქტების შეხამების სქემას:



3.7.

ეს საინფორმაციო

სომელიეს პროფესია, თავისი კლასიკური გაგებით, პირველად საფრანგეთში, ნაპოლეონის ეპოქაში გაჩნდა. თუმცა უფრო ადრე მსგავსი პროფესია საქართველოშიც არსებობდა და მას ჭაშნაგირი — მეჭაშნიკე ერქვა. ჭაშნაგირს სუფრის წევრები მოწამლული საკვებისა და სასმლისგან უნდა დაეცვა. მოგვიანებით ჭაშნაგირის პროფესია ისე გავრცელდა, რომ ყველა სოფელს თავისი ჭაშნაგირი ჰყავდა. ჭაშნაგირს, ანუ მეჭაშნიკეს, დასახმარებლად ეძახდნენ, როდესაც ვინმეს ღვინის ყიდვა ან გაყიდვა უნდოდა. მეჭაშნიკემ ყველაზე კარგად იცოდა, სოფელსა თუ ქალაქში ვის ჰქონდა ხარისხიანი ღვინო.

პრეზენტაცია

3.8. მე რომ რესტორნის პატრონი ვიყო

წერა

3.9. რა უნარ-ჩვევები და თვისებები უნდა ჰქონდეს ადამიანს იმისათვის, სომელიე რომ გახდეს?



---

---

---

---

---

---

---

---

სიბრძნის საგანძური

*„ქვეყნად არც ერთი ბრძენი არ იყო,  
მასწავლებელი არა პუოლოდა“  
(იოსებ ნონეშვილი).*

3.10. დაფიქრდით და უპასუხეთ:

თქვენ როგორ ფიქრობთ?

## სოტა რამ ქართული სუფრის ისტორიიდან...

(დამატებითი საკითხავი)

### ქართული სუფრა

საქართველო უძველესი და უმდიდრესი ტრადიციების ქვეყანაა. იგი ცნობილია სტუმარ-მასპინძლობის ადამიანურ-წესებით. საქართველოში სტუმარი „ღვთის საჩუქარია“. მას განუმეორებელი და არაჩვეულებრივი სუფრით ეგებებიან. ქართულ სუფრას ამშვენებს დიდებული ღვინო, უგემრიელესი და მდიდარი სამზარეულო, ულამაზესი ცეკვები და მრავალხმიანი სიმღერები.

ღვინისადმი, ღვთაებრივი სასმელისადმი, როგორც მას უწოდებენ, მოწიწებით დამოკიდებულება ოდითგანვე გამოარჩევდა ქართველ კაცს და ეს კარგად აისახებოდა ქართულ სუფრაზე, რომელსაც ჩვენში „აკადემიას“ უწოდებენ. ამ „აკადემიის“ თავი — „უფალი სუფრისა“ — კი ენამზებობით, გონიერებით, ბრდილობითა და მოლხენის ნიჭით დაჯილდოებული სუფრის წინამძღოლი — **თამადა** გახლავთ.

მოვუსმინოთ ბულგარელ მწერალ ვასილ ცონევს: „... სუფრას მივუსხედით. როგორც მეუფე, იდგა თამადა გამართული, მაღლა აწეული სასმისით და ლაპარაკობდა სამშობლოზე, წინაპრებზე... ქართულ მიწაზე, ქართულ მშებზე, ქართულ მთებსა და ველებზე... და მე ვხედავდი, როგორ გაიზარდნენ ადამიანები არა მხოლოდ ჩემს, არამედ საკუთარ თვალშიც და ისღა დაძრწინოდა გავოცებულიყავი. შემდეგ თამადამ სიმღერა წამოიწყო... ყველა მღეროდა ჯერ წყნარი ხმით, როგორც ლოცვისას, შემდეგ უფრო ხმამაღლა და დიდებულად“.

XVII საუკუნეში საქართველოს იტალიელი ქრისტიანთა კასტელი და არქანჯელო ლამბერტი ესტუმრნენ.

კასტელი გავოცებული და აღფრთოვანებული წერდა: „მამაკაცი ყველა სვამს, ... ამის შემდეგ არც გონებას კარგავენ და არც ფეხი ეშლებათ“.

ლამბერტი მეგრული წვეულების შესახებ გვამცნობს: „ვინც ბევრს დალევს ისე, რომ გონებას არ დაკარგავს, ის ღირსეულ კაცად მიიჩნიათ“.

ფრანგმა ვაჭარმა და იუველირმა შარდენმა ევროპაში გაიტანა მეღვინეობის გასაოცარი ქვეყნის ამბავი. ქართული ღვინო საუკეთესოდ აღიარა, ხოლო ქართველთა ნადიმი საოცრებად მონათლა.

მეფე ვახტანგმა ძმისწულის ქორწილში მიიწვია ფრანგი სტუმარი, რომელიც გააოცა მდიდრულად მორთულმა სეფამ და ნადიმმა. დაიწყო საჭმლის მორთმევა. სამნაირ პურს ვერცხლის ლანგრებით მოჰყვა ხორცი. შემდეგ ერთმანეთის მოყოლებით შემოაქვთ სამი თავი საჭმელი:

პირველი — „ყველა ჯურის ფლავი, ბრინჯი — ხორცთან ერთად მოხარშული... მეორე — კუპატები, ყაურმა, მშვენიერი მომჯაოდ მოხრაკული ხორცი... მესამე თავი შემწვარია“.

იუველირის თვალს არც ოქრო-ვერცხლის, ძვირფასი თვლებით მოჭვილი სასმისების სიმრავლე გამოჰპარვია, არც ღვინისა და კერძების შეხამება და სუფრაზე კერძების თანმიმდევრული მორთმევა, როგორც დღეს ამბობენ, სერვირება. სტუმრის დაუფარავ აღტაცებას სუფრაზე მონადიმეთა „წესიერება და დიდი თავდაჭერა“ ხიბლავს. „სუფრაზე სამი ევროპელი ვიყავით და ჩვენ უფრო მეტს ვხმაურობდით“, — წერს შარდენი.

თავისი აღფრთოვანება საქართველოსა და ქართული სუფრის თავისებურებასა და სილამაზეზე დიდმა ფრანგმა მწერალმა ალექსანრე დიუმამ გამოდმოსცა წიგნში „მოგზაურობის შთაბეჭდილებანი კავკასიაში“.

**შემაჯავებელი თავი II**

**1. წაიკითხეთ დიალოგი.**

**ლექტორი:** ახალგაზრდებო, დასრულდა ჩვენი სასწავლო პროგრამის მეორე ეტაპი. ბევრ საჭირო და საინტერესო საკითხს გავეცანით. მინდა გავიგო, რომელმა თემამ დაგაინტერესათ ყველაზე მეტად?



**ირაკლი:** ყველაზე მეტად დამაინტერესა ალკოჰოლური სასმელების ტექნოლოგიამ, კერძოდ კი — ღვინის თემამ. ვაზსა და ღვინოს საქართველოში განსაკუთრებული მნიშვნელობა ენიჭება. ჩვენს ოჯახში თაობიდან თაობას გადაეცემა ღვინის დაყენების ტრადიცია, თუმცა აღმოვაჩინე, რომ ტექნოლოგიის ბევრი დეტალი თუ ნიუანსი არ მცოდნია. ვაპირებ, ამ საკითხს უფრო კარგად გავეცნო, რომ ღვინის დაყენების თუ არცის გამოხდისას შეცდომა არ დავუშვა.

**გიორგი:** მე უალკოჰოლო სასმელების ტექნოლოგიამ დამაინტერესა, რადგან ბავშვობიდან მიყვარს ჩაი, ლიმონათი და კოკა-კოლა. მახსოვს, ადრე ბაბუს ლალიძის წყლის დასალევად მივყავდით ხოლმე, ის გემო არ დამავიწყდება! ვფიქრობ, კარგი იქნება, თუ ლალიძის წყლების მაღაზიას ისევ დააბრუნებენ რუსთაველზე.

**ელენე:** ჩემთვის ნამდვილი აღმოჩენა იყო რეგიონული სამზარეულოს თემა. ქართული კერძების უმრავლესობა, რა თქმა უნდა, ვიცი, მაგრამ ზოგიერთი ისეთი კერძის შესახებ მივიღე ინფორმაცია, რომელიც მხოლოდ კონკრეტულ რეგიონში მზადდება და ყველასთვის არ არის ცნობილი. განსაკუთრებით მომხიბლა აჭარისა და სამეგრელოს სამზარეულომ. დიდი სურვილი მაქვს, იქაური კერძების მომზადების ტექნოლოგიას დავეუფლო.

**ირაკლი:** ქართული კერძები, ასე თუ ისე, ვიცი, ამიტომ მე სომხურმა და აზერბაიჯანულმა კერძებმა დამაინტერესა. ჩემი სომეხი და აზერბაიჯანელი ჯგუფელები დამპირდნენ, რომ დამეხმარებიან თავიანთი კერძების მომზადების შესწავლაში.

**ლეილა:** რა თქმა უნდა, დაგეხმარებით!

კულინარია და საჭმელების მომზადება ყოველთვის მიტაცებდა, მაგრამ ახლა გადავწყვიტე, შეფ-მზარეული გავხდე და, ტრადიციული კერძების გარდა, ექსპერიმენტული კერძებიც მოვამზადო. მომწონს სხვადასხვა პროდუქტის დამუშავება და შემდეგ შეზავება, ახალი აღმოჩენები...

**არტურ:** მე რესტორატორის პროფესია მაინტერესებს. აქამდე მეგონა, რომ რესტორნის გასახსნელად მხოლოდ ფული იყო საჭირო, მაგრამ თურმე ასე არ ყოფილა. იმისთვის, რომ რესტორანმა კარგად იმუშაოს, პროფესიონალი რესტორატორის ცოდნა და გამოცდილებაა საჭირო. სარესტორნო ბიზნესი მინდა მქონდეს, ამიტომ რესტორატორის პროფესიის დაუფლებაზე ვფიქრობ.

**მაგდა:** აი მე კი ყველაზე მეტად სომელიეს პროფესიამ მომხიბლა. აქამდე არც მიფიქრია, თუ რამდენად მნიშვნელოვანია სასმლის თემა, მისი ხარისხი, სერვირების კულტურა თუ კერძებთან შეხამების ხელოვნება. ღვინის დეგუსტაციებზე დასწრებისას ბევრი მნიშვნელოვანი დეტალი შევისწავლე. ვაპირებ, ამ საქმეს გავყვე და პროფესიონალი სომელიე გამოვიდე, თან სომელიეზე მოთხოვნაც დიდია.

**ლექტორი:** ძალიან სასიამოვნოა, რომ ჩვენი სასწავლო კურსი საბაზისო ცოდნას გაძლევთ და გეხმარებათ პროფესიის არჩევაში. წარმატებებს გისურვებთ!

**უპასუხეთ კითხვებს:**

- რომელი სასმელების ტექნოლოგიის შესწავლით დაინტერესდა ირაკლი?
- რა სურვილი აქვს უალკოჰოლო სასმელების მოყვარულ გიორგის? თქვენი აზრით, შესაძლებელია თუ არა მისი სურვილის განხორციელება?
- რომელი კერძების მომზადებით დაინტერესდა ლეილა?
- რომელი პროფესია აირჩია არტურმა?
- რომელი პროფესია მოსწონს მაგდას?

**2. გააგრძელეთ კითხვა.**

ელენემ და ირაკლიმ გადაწყვიტეს, კულინარიულ სასწავლებელში მიღებული ცოდნა მომავალ საქმიანობაში გამოიყენონ. ისინი ბავშვობიდან ოცნებობდნენ საკუთარ კაფეზე, ახლა კი დადგა დრო, ოცნება რეალობად აქციონ.

ახალგაზრდებმა ბევრი იფიქრეს და იმსჯელეს, შეხვდნენ რესტორატორს, შეფ-მზარეულებს, ესაუბრნენ ოჯახის წევრებსა და მეგობრებს.

რესტორატორი ირაკლისა და ელენეს კაფეს კონცეფციის შემუშავებაში დაეხმარა, რჩევები მისცა აგრეთვე კაფეს ადგილმდებარეობის შერჩევისა და დიზაინის საკითხებში.

ტყუპებმა შეფ-მზარეულებთან კონსულტაციის შედეგად გადაწყვიტეს, რომ კაფეს მენიუში ექნებათ მხოლოდ ჯანსაღი და მსუბუქი კერძები.

ოჯახის წევრებმა — ბებიამ და ბაბუამ — ირაკლისა და ელენეს **თავიანთი დანაზოგი** აჩუქეს. ახალგაზრდებმა პირობა დადეს, რომ ფულს **გონივრულად დახარჯავენ** და თითოეულ თეთრს გაუფრთხილდებიან.

მეგობრებმა, რომლებიც კარგად ერკვევიან მარკეტინგისა და პიარის საკითხებში, ელენესა და ირაკლის საჭირო **რჩევები მისცეს**: რა შეიძლება ერქვას კაფეს, რა ფაქტორები უნდა გაითვალისწინონ კლიენტების მოსაზიდად და, რაც მთავარია, შესანარჩუნებლად; სად ჯობია რეკლამის განთავსება: ტელევიზიაში, რადიოში, პრესასა თუ ინტერნეტში; რა ტიპის რეკლამაა საჭირო, რომ კაფემ სწრაფად მოიპოვოს პოპულარობა და სხვ. საბოლოოდ შეთანხმდნენ, რომ კაფეს რეკლამას, პირველ ეტაპზე, მხოლოდ ინტერნეტში, კერძოდ კი, სოციალურ ქსელში განათავსებენ. სოციალური ქსელი (ფეისბუკი) საშუალებას გაძლევს უფასოდ შექმნა გვერდი და რეკლამა გაუკეთო ამა თუ იმ დაწესებულებასა თუ პროდუქციას. ეს ძალიან **კარგი შანსია** დამწყები ბიზნესმენებისა თუ მეწარმეებისთვის.

ირაკლიმ და ელენემ ერთ-ერთ შენობაში ფართიც შეარჩიეს. კაფეს გახსნამდე სულ ცოტა დრო რჩება. ტყუპების მეგობარმა უკვე შექმნა ფეისბუკზე კაფეს გვერდი და სახალისო რეკლამით ცდილობს საზოგადოების ყურადღების მიქცევას: „გნებავთ გაერთოთ და ისიამოვნოთ უგემრიელესი კერძებით? ესტუმრეთ კაფეს — „არ ინანებთ“.

**3. უპასუხეთ კითხვებს:**

- თქვენი აზრით, მნიშვნელოვანია თუ არა წარმატებული ბიზნესისათვის რეკლამა?
- როგორ ფიქრობთ, რა კრიტერიუმით (ნიშნით) უნდა იქნას შერჩეული საუკეთესო კვების ობიექტი?
  - ა) ადგილმდებარეობის;
  - ბ) დელიკატური კერძების;
  - გ) გართობის;
  - დ) ჯანსაღი საკვების.

4. დააკავშირეთ ერთმანეთის შესაბამისი წინადადებების ნაწილები:

- |                                      |   |
|--------------------------------------|---|
| ① გიორგი უალკოჰოლო სასმელების        | ○ ექსპერიმენტული კერძებიც მოვამზადო.                      |
| ② მინდა, ტრადიციული კერძების გარდა,  | ○ თავიანთი დანაზოგი აჩუქეს.                               |
| ③ რესტორანმა რომ კარგად იმუშაოს,     | ○ ტექნოლოგიამ დააინტერესა.                                |
| ④ ბებიამ და ბაბუამ ირაკლის           | ○ უფასოდ შექმნა გვერდი.                                   |
| ⑤ მეგობრებმა და-ძმას საჭირო          | ○ პროფესიონალი რესტორატორის ცოდნა და გამოცდილებაა საჭირო. |
| ⑥ სოციალური ქსელი საშუალებას გაძლევს | ○ საზოგადოების ყურადღების მიქცევას.                       |
| ⑦ რეკლამით ცდილობენ                  | ○ რჩევები მისცეს.   |



5. მოისმინეთ დიალოგი:

ოცნებას ფრთებს შევასხამთ

მოისმინეთ ტექსტი და შემოხაზეთ სწორი პასუხები:

- რატომ თქვეს უარი ტყუპებმა კაფეს დიზაინის ვინტაჟურ სტილზე?
  - ა) ძველმოდურია; ბ) მოდაშია; გ) ქალაქში ბევრი ვინტაჟური კაფეა; დ) არ მოსწონთ.
- ვისი დახმარების იმედი აქვს ირაკლის კაფეს დიზაინის შერჩევაში?
  - ა) არქიტექტორის; ბ) მხატვრის; გ) მეგობრების; დ) მეზობლების.
- კაფეს მენიუში რა სიახლის შეტანის სურვილი აქვს ელენეს?
  - ა) სხვადასხვა სახის იტალიური მაკარონის; ბ) მექსიკური ცხარე კერძების; გ) ფრანგული დესერტის; დ) სომხური და აზერბაიჯანული ტკბილეულის.
- რომელი სტილის დიზაინი შეიძლება აირჩიოს ირაკლიმ?
  - ა) ავანგარდული; ბ) ძველმოდური; გ) კლასიკური; დ) ეთნო სტილის.

6. შეადგინეთ გეგმა, რა არის აუცილებელი საკუთარი კაფეს გახსნისთვის.

---



---



---



---

7. თანმიმდევრულად დაალაგეთ ტექსტის მონაკვეთები:

- მოლექულური კულინარიის კერძები, პირველ რიგში, შესახედაობით ხიბლავს და აოცებს ადამიანს.
- ფუჟენი თანამედროვე კულინარიის ერთ-ერთი მიმართულებაა.
- კულინარია კერძების მომზადების ხელოვნებაა, რომელსაც პროფესიონალური მზარეული ქმნის.
- შეფ-მზარეულს ბევრი საპასუხისმგებლო მოვალეობა აკისრია.
- მზარეულის უმაღლესი წოდებაა შეფ-მზარეული.
- კულინარიული ხელოვნება სულ უფრო მეტად ვითარდება.

8. შესაბამის ადგილას ჩასვით *ეს, ეგ, ის* ნაცვალსახელები:

- ა) .... რესტორანი ერთი თვის წინ გავხსენით, შემობრძანდით!
- ბ) გიორგი .... კერძი, შენ რომ მოამზადე, არ გამისინჯავს.
- გ) ელენე, ... ქალი, ჩვენკენ რომ მოდის, ჩვენი ჯგუფის ახალი მასწავლებელია?
- დ) ლეილა, .... გოგოები, შენთან ერთად რომ მოვიდნენ, შენი კურსელები არიან?
- ე) .... კერძები ძალიან გემრიელია, გთხოვთ, მიირთვათ!
- ვ) ბოდიში, მითხარით, ვინ არიან, .... ახალგაზრდები, ახლა რომ მოვიდნენ?

9. ჩასვით შეაბამისი კავშირები სათანადო ადგილას:



- ზომიერებას .... დაიცავ, ღვინო არ გავნებს.
- ძალიან მინდა საკუთარი კაფე მქონდეს, .... ჯერ ვერ მოვახერხე.
- ჩვენს რესტორანში .... ქართულს, ... სომხურ და აზერბაიჯანულ დესერტსაც ამზადებენ.
- ქარხანას, .... წვენებს ასხამენ, წვენების ჩამოსასხმელი ქარხანა ჰქვია.
- ელენე ბებიას დაბადების დღისთვის იმ ნამცხვარს გამოუცხობს, ... ბებიას მოსწონს.
- ის, ... წარმატებული მზარეულია, შეფ-მზარეულის კონკურსში მიიღებს მონაწილეობას.
- სომეხმა და აზერბაიჯანელმა სტუდენტებმა სასწავლებელში .... სასურსათო ტექნოლოგია, .... ქართული ენაც ისწავლეს.

10. **სასაბუღალტრო რჩევები**

- შესაწავად გამზადებული კარტოფილი რამდენიმე წუთით ცხელ წყალში გააჩერეთ და შემდეგ გაცხელებულ ზეთმოსხმულ ტაფაზე გადაიტანეთ. კარტოფილი მალე შეიწვება.
- მოხარშული კარტოფილი ჯერ ცხელ ტაფაზე გამოაშრეთ და შემდეგ დაჭყლიტეთ. პიურე უფრო გემრიელი იქნება.
- სანელებლები არომატს შეინარჩუნებენ, თუ მათ კერძის დამატებამდე ტაფაზე შეაცხელებთ.



11. რომელ კერძებს შეიტანთ თქვენს მენიუში? (დაწერეთ ერთ-ერთის რეცეპტი)




---



---



---



---



---



4. შეავსეთ ცხრილი:

(თითოეული სწორი პასუხი - 0.5 ქ., სულ - 4 ქ.)

ახლანდელი დრო	წარსული დრო			
	უსრული რას შვრებოდა(-ნენ)?	სრული რა ქნა(-ეს)?	I თურმელობითი (შედგობითი)	
			რას უქნია?	რა უქნიათ?
ვსინჯავ(თ)	ვსინჯავდი(თ)	.....	.....	გავვისინჯავს
სინჯავ(თ)	.....	გავსინჯე(თ)	.....	.....
სინჯავს(-ენ)	.....	.....	გავსინჯავს	.....

5. შეადგინეთ წინადადებები მოცემული ზმნების გამოყენებით:

(6 ქულა)

1. (ვერ გამოვაცხვეთ) \_\_\_\_\_.
2. (არასოდეს არ მომიშადა) \_\_\_\_\_.
3. (გავისინჯავთ?) \_\_\_\_\_.
4. (შეწვეს) \_\_\_\_\_.
5. (ვერ გავფიცქენი) \_\_\_\_\_.
6. (სვამდი?) \_\_\_\_\_.

6. ა. დააკავშირეთ ერთმანეთთან სინონიმები:

(5 ქულა)

რეგიონი ●	● მოწინავე, საუკეთესო
ნოციერი ●	● ხშირად, უფრო მეტად
წარჩინებული ●	● ნაყოფიერი, ყუათიანი
უმეტესად ●	● მხარე
გადასტურებ ●	● ვამტკიცებ, ვასაბუთებ

ბ. დააკავშირეთ ერთმანეთთან ანტონიმები:

(5 ქულა)

ნოციერი ●	● იშვიათად, ზოგჯერ
გამორჩეული ●	● აუღუღებელი
ხშირად ●	● ჩვეულებრივი
ვადასტურებ ●	● მწირი
აღუღებული ●	● უარვეყოფი

7. ჩასვით წინადადებებში -მეთქი, -თქო, -ო ნაწილაკები:

(თითოეული სწორი პასუხი - 0.5 ქ., სულ - 5 ქ.)

1. მწვადთან შავი ღვინო ჯობია-....., - ვუმტკიცებდი მეგობრებს.
2. ლიმონათი არ იყიდო-...., გადაეცი ნიკას, - ჩვენ მიგვაქვს-....
3. დღეს ლექციაზე ვერ მოვალ ...., - დამირეკა ლეილამ, - სოფელში მივდივარ....
4. კარგი მზარეული ყოფილხარ...., - შეაქო თამაზმა მეგობარი.
5. შენმა გამომცხვარმა ტორტმა ყველას აჯობა-....., - გადაეცით ნინოს.
6. ქვევრის ღვინოს გავსინჯავთ ....., - ვუთხარით ბაბუას.
7. სტუმრებს თავაზიანად შეხვდით..., არ დაივიწყოთ მასპინძლის მოვალეობა..., - დაარიგა დედამ ელენე და ირაკლი.

8. გადაიყვანეთ წინადადებები მომავალ დროში.

(5 ქულა)

1. გემრიელი აჯაფსანდალი მოვამზადე და ნინო სადილად ჩემთან მოვიდა.  
\_\_\_\_\_
2. ნუცა გემრიელ ნამცხვრებს აცხობს.  
\_\_\_\_\_
3. კახური ქვევრის ღვინოს ტექნოლოგია ყველას აინტერესებს.  
\_\_\_\_\_
4. ჩვენი რესტორნის შეფ-მზარეული სხვა ქვეყნის კერძების გემოს დაკვირვებით სინჯავდა.  
\_\_\_\_\_
5. სომელიემ კარგად იცის კერძებისა და ღვინოს შეხამება.  
\_\_\_\_\_

## 9. დაბოლოვებთ სიტყვები სწორად:

(5 ქულა)

სუფრა... სერვირება ნამდვილი ხელოვნება... ; მაღალი კლას... რესტორნებსა და ოფიციალურ მიღებებ... სუფრა... განსაკუთრებულ... წეს... შლიან, გარდა იმისა, რომ კერძი უნდა იყოს... ძალიან გემრიელ..., ის ლამაზ... და მიმზიდველად უნდა გამოიყურებოდეს.

## 10. რას ნიშნავს ფრაზები (დაწერეთ სწორი განმარტება):

(5 ქულა)

1. „საქმეს თავს გავართმევთ“ (თავს წავართმევთ; ადვილად შევასრულებთ) \_\_\_\_\_.
2. „რა გაეწყობა“ (არაფერი ეშველება; სხვა გზა არ არის) \_\_\_\_\_.
3. „ცდა ბედის მონახევრეა“ (მცდელობამ შეიძლება წარმატება მოიტანოს; ცდა ბედს გაცოფს) – \_\_\_\_\_.
4. „კოვზი ნაცარში ჩამივარდა“ (კოვზი ნაცარში გადამივარდა; დავმარცხდი, არ გამომივიდა) \_\_\_\_\_.
5. „ფარ-ხმალს ნუ დაყრი“ (ნუ დანებდები, ნუ დაემორჩილები; ფარ-ხმალს არ გადაყარო) \_\_\_\_\_.

## 11. დაწერეთ, რომელ კერძს რომელი სახეობის ღვინო უნდა შეეუხამოთ?

(5 ქულა)

- ა. წითელი ხორცის კერძებს: \_\_\_\_\_.
- ბ. თევზის კერძებს: \_\_\_\_\_.
- გ. ტკბილეს: \_\_\_\_\_.
- დ. ბოსტნეს: \_\_\_\_\_.
- ე. თეთრი ხორცის კერძებს: \_\_\_\_\_.

## 12. ზმნები – შეწვა, მოდუღება – ჩასვით შესაფერის ადგილას სათანადო ფორმით:

(5 ქულა)

1. ბიჭები (თავიანთთვის) \_\_\_\_\_ მწვადს.
2. ბიჭებმა სტუმრებს (სხვებს) \_\_\_\_\_ მწვადი.
3. ბიჭებმა (საერთოდ) \_\_\_\_\_ მწვადი.
4. გოგოებმა (თავიანთთვის) \_\_\_\_\_ ყავა.
5. გოგოები ბიჭებს (სხვებს) \_\_\_\_\_ ყავას.

## 13. მოცემული თემებიდან შეარჩიეთ ერთ-ერთი და დაწერეთ ტექსტი (ტექსტი უნდა შედგებოდეს არანაკლებ 50 სიტყვისგან):

(10 ქულა)

1. რომელი კერძის მომზადება მიყვარს ყველაზე მეტად (ჩამოწერეთ ინგრედიენტები, დაწერეთ მომზადების წესი).
2. რომელ პროფესიას დაუკავშირებ ჩემს მომავალ საქმიანობას და რატომ.
3. რა ვისწავლე კულინარიულ სასწავლებელში.

**მოსასმენი ტექსტები**



**I ტაქი.**

**1.8. გასაუბრება ელენესთან**

- მასწავლებელი:** ელენე, რისთვის არის აუცილებელი კვება?
- ელენე:** კვება აუცილებელია ადამიანის სიცოცხლისათვის, ზრდისა და განვითარებისათვის.
- მასწავლებელი:** რა არის საკვები?
- ელენე:** საკვები იგივე საჭმელია.
- მასწავლებელი:** რომელი საკვები იცი?
- ელენე:** ხილი, ბოსტნეული, ხორცი, თევზი, რძე და რძის პროდუქტები, მარცვლეული...
- მასწავლებელი:** ადამიანის ჯანმრთელობისთვის როგორი კვებაა საჭირო?
- ელენე:** ჯანმრთელობისთვის საჭიროა სწორი, ჯანსაღი კვება.
- მასწავლებელი:** რას ნიშნავს ჯანსაღი კვება?
- ელენე:** საღი, სასარგებლო საკვების შესაბამის დროს მიღებას, კვების რეჟიმის დაცვას.
- მასწავლებელი:** რას უწყობს ხელს კვების რეჟიმის დაცვა?
- ელენე:** კვების რეჟიმის დაცვა ხელს უწყობს ჯანმრთელობას, იმუნიტეტის ამაღლებას.
- მასწავლებელი:** ელენე, რომელი საკვები გიყვარს?
- ელენე:** განსაკუთრებით მიყვარს ხილი და ბოსტნეული. ახლა შემოდგომის თვეა, სექტემბერი, და ბაზარი სავსეა გემრიელი ხილით და ბოსტნეულით. ხვალ დილით ახალი ხილისა და ბოსტნეულისთვის ბაზარში ადრე წავალ.

**2.11. გემრიელი კერძი**

ელენემ ერთი კვირის წინ გერმანიიდან წერილი მიიღო. გვანცა აჯაფსანდლის დამზადების რეცეპტს სთხოვდა: ჩემს გერმანელ მეგობრებს ძალიან მოსწონთ ქართული კერძები, მინდა დავპატიჟო და გაუმასპინძლო.

ელენემ მეგობრის თხოვნა შეასრულა.

**ინგრედიენტები:**

• 1 თავი ხახვი	• 1 კონა ქინძი
• 1 დიდი ბადრიჯანი	• 1 კონა რეჰანი
• 2 ტკბილი წიწაკა	• 50 მლ. მზესუმზირის ზეთი
• 2-3 ცალი კარტოფილი	• 100 მლ. წყალი
• 2 მწიფე პომიდორი	• მარილი
• 2-3 კბილი ნიორი	

**მომზადება:**

ბადრიჯანს მოვაშორეთ ყუნწი და ბოლო. კარტოფილი გავთალოთ. ორივე ინგრედიენტი დავჭრათ საშუალო ზომაზე. ხახვი და ნიორი გავფუჭენათ და დავჭრათ წვრილად. წიწაკას მოვაშორეთ ყუნწი და თესლი და ისიც დავჭრათ. ბოლოს ყველა ინგრედიენტი მოვათავსოთ ქვაბში.

პომიდორს დავასხათ მდუღარე წყალი და რამდენიმე წუთით გავაჩეროთ, ასე პომიდორს კანი ადვილად მოშორდება. შემდეგ დავჭრათ და დავამატოთ ქვაბში მოთავსებულ ბოსტნეულს.

აჯაფსანდალი ვხარშოთ თავდასურულ ქვაბში კარტოფილის მოხარშვამდე, 30-40 წუთში კერძი მზად იქნება. ელენემ წერილს ბოლოში მიაწერა: გაითვალისწინე, მომზადებული საჭმელი 2 ადამიანის ულუფაა.

**3.8. ინტერვიუ შეფ-მზარეულთან**

- ჟურნალისტი:** გამარჯობა, გთხოვთ, გვითხრათ, რა არის საჭირო, რომ საკვები უსაფრთხო და უვნებელი იყოს ადამიანისთვის?
- შეფ-მზარეული:** ამისათვის საჭიროა მარტივი წესების დაცვა საჭმლის მომზადებისა და შენახვის დროს.
- ჟურნალისტი:** როგორია ეს წესები?

- შეფ-მზარეული:** პირველ რიგში, სამზარეულოს ჭურჭელსა და ინსტრუმენტებს ვრეცხავთ, ვუტარებთ დეზინფექციას.
- ჟურნალისტი:** დეზინფექციისათვის სპეციალურ ხსნარს იყენებთ?
- შეფ-მზარეული:** არ არის აუცილებელი. საკმარისია მდუღარე წყლის გადავლება. მდუღარე წყალი კლავს მავნე მიკრობებს და ბაქტერიებს. გარეცხილ ჭურჭელსა და ინსტრუმენტებს შენახვის წინ ვამშრალავთ. მშრალ გარემოში მიკრობები სწრაფად არ მრავლდებიან.
- ჟურნალისტი:** მომზადებულ საჭმელს როგორ ინახავთ?
- შეფ-მზარეული:** არ შეიძლება მომზადებული საჭმლის დიდხანს ოთახის ტემპერატურაზე დატოვება. გაგრილებული საჭმელი მაცივარში შეინახეთ თავდახურული ჭურჭლით უმი პროდუქტების ქვედა თაროზე, რომ არ მოხდეს ჯვარედინი დაბინძურება.
- ჟურნალისტი:** რას ნიშნავს ჯვარედინი დაბინძურება?
- შეფ-მზარეული:** ჯვარედინი დაბინძურების დროს ბაქტერიები და მიკრობები ერთი პროდუქტის ზედაპირიდან მეორე პროდუქტის ზედაპირზე გადადიან.
- ჟურნალისტი:** კიდევ რას გვიჩვენებ?
- შეფ-მზარეული:** ნუ გამოიყენებთ ვადაგასულ პროდუქტს. დაიბანეთ ხელები სურსათთან შეხებამდე და სურსათის მომზადების დროს.
- ჟურნალისტი:** გმადლობთ ინტერვიუსთვის. ნახვამდის.
- შეფ-მზარეული:** კარგად ბრძანდებოდეთ.



II თაზი.

1.8. ინტერვიუ მზარეულთან

- ჟურნალისტი:** მოგეხალმეობთ. შეიძლება რამდენიმე კითხვა დაგისვას?
- მზარეული:** რა თქმა უნდა.
- ჟურნალისტი:** ღორის ხორცი საქართველოში ძალიან პოპულარულია. რა კერძებს ამზადებთ მისგან?
- მზარეული:** ქართველებს, მართლაც, ძალიან უყვართ ღორის ხორცი. მისგან მზადდება მწვადი, ხინკალი, აფხაზურა, ქაბაბი... ჩვენს რესტორანში ამ კერძებზე დიდი მოთხოვნაა და ყოველ დღე ვამზადებ.
- ჟურნალისტი:** ღორის ხორცის მოხმარება მავნებელი არ არის?
- მზარეული:** ღორის ხორცს დადებითი თვისებებიც აქვს და უარყოფითიც. მაგალითად, ის შეიცავს ისეთ სასარგებლო ნივთიერებებს, როგორცაა: სელენი, თუთია, ფოსფორი, რკინა, მაგნიუმი და სხვა. ღორის ხორცი ცილების წყაროა. ის დიეტური საჭმელიც არის. ღორის ხორცს მოვაჭრათ ქონი (ცხიმი) და ის დიეტური იქნება. ასე მომზადებული ღორის ხორცი ადამიანს აძლევს ენერჯიას, არ ასუქებს.
- ჟურნალისტი:** რომელია დიეტურად მომზადებული ღორის ხორცის კერძი?
- მზარეული:** მწვადი და ქაბაბი. მწვადი, შამფურზე შემწვარი, ნაკლებციხიმიანი, დიეტური საჭმელია. ასეთივეა ქაბაბიც.
- ჟურნალისტი:** რას გვეტყვით ღორის ხორცის უარყოფით თვისებებზე?
- მზარეული:** ღორის ხორცი შეიცავს დიდი რაოდენობით ჰისტამინს. ის ადამიანში ბევრ დაავადებას იწვევს. სასურველია, ღორის ხორცი ვჭამოთ ზომიერად. ასეთ შემთხვევაში ავად არ გავხდებით.
- ჟურნალისტი:** საინტერესო იყო თქვენთან საუბარი. გმადლობთ. კარგად ბრძანდებოდეთ.
- მზარეული:** კარგად ბრძანდებოდეთ.

2.6. როგორ მოვამზადოთ იაპონური კერძი — სუში

- ქეთევანი:** ელენე, რას ვამზადებთ დღეს?
- ელენე:** დღეს მოვამზადებთ იაპონურ კერძს — სუშის.
- ქეთევანი:** რომელი ინგრედიენტებით მზადდება სუში?
- ელენე:** სუში მზადდება მოხარშული ბრინჯით, ორაგულის ფილეით, ავოკადოთი, კიტრით, კრემ-ყველით და ნორის ფურცლებით.
- ქეთევანი:** ყველა სახეობის ბრინჯით შეიძლება სუშის მომზადება?
- ელენე:** არა, მხოლოდ ისეთი ბრინჯი გვჭირდება, რომლის მარცვლები ერთმანეთს კარგად ეწყება და არ იშლება.
- ქეთევანი:** კეთილი, დაიწყე. იმედია, შესანიშნავ სუშის მოამზადებ.
- ელენე:** ...იფ, იფ, მართლაც გემრიელი სუშია. ისეთია, თითებს ჩაიკვნეტ.
- ქეთევანი:** ჩემო ელენე, სუშის მომზადების რეცეპტი ყველა სტუდენტს აინტერესებს. დაიწყე, გისმენთ.
- ელენე:** სიამოვნებით.

**ს უ შ ი**


**ინგრედიენტები:**

- ◆ ნორის 2 ფურცელი
- ◆ 200 გრ. მოხარშული ბრინჯი
- ◆ 100 გრ. გამოყვანილი ორაგულის ფილე
- ◆ 1 ცალი კიტრი
- ◆ 1/2 ავოკადო
- ◆ 100 გრ. კრემ-ყველი (ანუ გამდნარი ყველი)
- ◆ 1 სუფრის კოვზი ბრინჯის ძმარი (ან თეთრი ღვინის ძმარი)

**მომზადება:**

მოხარშულ ბრინჯს დაამატეთ ძმარი და კარგად მოურიეთ. კიტრი, ავოკადო და თევზის ფილე გრძლად და წვრილად დაჭერით. ნორის ფურცლები დააფინეთ (ქვემოთ პრილა მხარე უნდა იყოს). მასზე თხლად გაანაწილეთ ბრინჯი, შუაში კი მოათავსეთ კიტრი, ავოკადო ორაგული და კრემ-ყველი.

ნორის ფურცელი ფრთხილად და მჭიდროდ გადაახვიეთ. (შეგიძლიათ ტილოს ან ცელოფნის გამოყენება). დაჭერით სუში თანაბრად. გემრიელად მიირთვიეთ!



### 3.7. მზადება სტუმრებთან დასახვედრად

- ქეთევანი:** ახალგაზრდებო, ხვალ სასწავლებელში ინდოელი ვეგეტარიანელი სტუმრები მოვლენ. ვიცით, რომ ისინი არ ჭამენ ხორცს და ცხოველურ საკვებს, ამიტომ უნდა მოვიფიქროთ, რით გავუმასპინძლდეთ მათ და ერთად შევადგინოთ მენიუ.
- ირაკლი:** ბოსტნეულის რაგუ და ოსპის სუპი მოვამზადოთ.
- ქეთევანი:** კარგი აზრია, მაგრამ კიდევ უნდა დავამატოთ კერძები!
- ელენე:** ნიგვზიან ისპანახსა და მჭადზე რას იტყვით? თან ქართული კერძია. იმედია, მოეწონებათ.
- ქეთევანი:** შესანიშნავია! ისპანახის გარდა, ბადრიჯნისა და პრასის მხალიც მოვამზადოთ!
- ირაკლი:** დესერტისთვის რა შევარჩიოთ? უკვე რცხო დესერტი გვჭირდება, თან რძის პროდუქტების გარეშე.
- ელენე:** მოდით ქართული დესერტი — წანდილი მოვამზადოთ! ნიგვზით და ქიშმიშით შეზავებული მოხარშული ხორბალი გემრიელი, სასარგებლო და, ამასთანავე, ვეგეტარიანული კერძია. მისი მომზადება ჩვენ უკვე ვიცით.
- ქეთევანი:** ძალიან კარგი! შევთანხმდით! იმედია, ჩვენი სტუმრები კმაყოფილები დარჩებიან.



## III თაპი.

### 1.8. სემინარზე

- სემინარი ყველის შესახებ სტუდენტების შეკითხვით დაიწყო.**
- არმინე:** რამდენი სახეობის ყველი არსებობს?
- მასწავლებელი:** მსოფლიოში დაახლოებით 2000 სახეობის ყველს ამზადებენ.
- მელსიდა:** რომელია ყველაზე პოპულარული?
- მასწავლებელი:** ამის თქმა ძნელია. ზოგს მაგარი ყველი მოსწონს, დავარგებული. მის მომწიფებას რამდენიმე თვე სჭირდება. ასეთია, მაგალითად, **იტალიური პარმეზანი**. ზოგს **ობიანი**, ე. წ. ლურჯი (ციფერი) ყველი ურჩევნია, მაგალითად, **ფრანგული როკფორი**.
- ლიკა:** ობიანი ყველი უცნაური სახელია. ობიანი ძველი, ცუდი არ არის?
- მასწავლებელი:** არა, ასე არ არის! ობიან ყველში ბევრი სასარგებლო ბაქტერიაა. ყველი ობის თხელი თეთრი ფენით არის დაფარული.
- როზა:** საქართველოშიც მზადდება ობიანი ყველი?
- მასწავლებელი:** დიახ. **დამბალხაჭო** ობიანი ყველის სახეობაა.
- ლიკა:** როგორ მზადდება დამბალხაჭო?
- მასწავლებელი:** ის **დოს** ხაჭოსგან გაკეთებული ყველია. ხაჭოს გუნდებს ჯერ ჰაერზე აშრობენ და შემდეგ თიხის ქოთანში ინახავენ. მზა დამბალხაჭოს თხლად ჭრიან და ერბოში ადნობენ. ამ კერძს **ხაჭოერბო** ჰქვია.
- ლიკა:** დამბალ ხაჭოს აუცილებლად გავსინჯავ.
- მასწავლებელი:** იყიდე, არ ინანებ, მოგეწონება.

2.5. ინტერვიუ კვების ტექნოლოგთან

**ჟურნალისტი:** გამარჯობა, ბატონო გიორგი, გვითხარით, რომელი მარცვლეულის ფქვილია ყველაზე კარგი გემრიელი პურის გამოსაცხობად?

**გიორგი:** პურის გამოსაცხობად იყენებენ ხორბლის, ჭვავის ან ხორბლისა და ჭვავის შერეულ ფქვილს. ჭვავის ფქვილი უფრო მდიდარია ცილებითა და ნახშირწყლებით, ვიდრე ხორბლის ფქვილი.

**ჟურნალისტი:** რამდენი სახის ხორბლის ფქვილი არსებობს? შეგიძლიათ ჩამოთვალოთ?

**გიორგი:** დიას, ხორბლის ფქვილი, დაფქვის ხარისხის მიხედვით, ექვსი სახისაა: ექსტრა, უმაღლესი ხარისხის, გამტკიცული, პირველი ხარისხის, მეორე ხარისხისა და ცეხვილი.

**ჟურნალისტი:** ფქვილის გარდა, კიდევ რომელი ინგრედიენტია საჭირო პურის გამოსაცხობად?

**გიორგი:** ფქვილს ამატებენ მიკროელემენტებს და ვიტამინებს. ამ პროცესს ფორტიფიკაცია ანუ გამდიდრება ეწოდება. ასევე ამატებენ — მარილს, შაქარსა და ცხიმს.

**ჟურნალისტი:** კიდევ რით ამდიდრებენ ფქვილს?

**გიორგი:** საფუვრით. შეიძლება პურის საფუვრის გარეშეც მომზადება.

**ჟურნალისტი:** საქართველოში რამდენი სახეობის პური ცხვება?

**გიორგი:** ჩვენთან უფრო მეტად ორი სახის პურს აცხობენ: ქარხნულს და ტრადიციული წესით გამომცხვარ თონის პურს.

**ჟურნალისტი:** რატომ ჰქვია ამ სახის პურს თონის პური?

**გიორგი:** თონე თიხისგან დამზადებული მრგვალი ფორმის საცხობია. მასში აცხობენ ლავაშსა თუ შოთის პურს, რომელსაც განსაკუთრებული ფორმა, გემო და სურნელი აქვს.

**ჟურნალისტი:** დამუშავების რა ეტაპებისგან შედგება პურის გამოსაცხობა?

**გიორგი:** პირველ რიგში, ფქვილს გაცრიან. გაცრილ ფქვილს ამატებენ წყალს, დანამატებს და საფუარს. ამის მერე ყველაფერს ერთმანეთში ურევენ და ხელით ან სპეციალური აპარატით ზელენ. მომზადებულ ცომს ცოტა ხანს ასაფუებლად დადებენ, შემდეგ დააგუნდავენ, ისევ გააჩერებენ და ბოლოს ყალიბში ჩადებენ. ცოტა ხნის დაყოვნების შემდეგ კი ღუმელში აცხობენ.

**ჟურნალისტი:** მეც უნდა ვცადო თონეში პურის გამოსაცხობა.

**გიორგი:** ოო... საინტერესოა.

**ჟურნალისტი:** გმადლობთ ინტერვიუსთვის, ბატონო გიორგი.

3.4. „ცდა ბედის მონახვერეა“

**ელენე:** ირაკლი, გაზეთში კონდიტერის ვაკანსიას აცხადებენ. არ გაინტერესებს?

**ირაკლი:** რა თქმა უნდა, მაინტერესებს! მე ხომ კონდიტერობას ვაპირებ. რომელი საკონდიტრო საწარმოს განცხადებაა?

**ელენე:** ვაკანსიას სასტუმროებისა და რესტორნების ქსელი Xgroup-ი აცხადებს.

**ირაკლი:** ოჰო, საინტერესოა!

**ელენე:** აქ წერია, რომ სამუშაო ადგილი ორხევშია, გარეუბანში. სამუშაო გრაფიკი კი ასეთია: კვირაში 6 დღე, დილის 07.30-დან 15.30-მდე. დასვენების დღე — შაბათი.

**ირაკლი:** არ არის რთული გრაფიკი. ანაზღაურებას (ხელფასს) რამდენს სთავაზობენ?

**ელენე:** 500-600 ლარს.

**ირაკლი:** ჩემთვის, როგორც დამწყები კონდიტერისთვის, საკმარისია. ძირითადი მოვალეობები რა არის?

**ელენე:** საკონდიტრო ნაწარმის მომზადება, ხარისხზე ორიენტირება, სამზარეულოში წესრიგის დაცვა.

**ირაკლი:** მაგას ადვილად გავართმევ თავს! სხვა რა მოთხოვნები აქვთ?

**ელენე:** დამოუკიდებლად მუშაობის უნარი; გუნდური მუშაობის უნარი; სანიტარული და ჰიგიენური ნორმების ცოდნა და დაცვა; ორგანიზებულობა, დროის ეფექტურად მართვის უნარი; კონდიტერად მუშაობის სულ მცირე ორწლიანი გამოცდილება;

**ირაკლი:** ეჰ, კოვზი ნაცარში ჩამივარდა! მათ მე-5 და მე-6 თანრიგის კონდიტერი სჭირდებათ, მე კი სასწავლებლის დასრულების შემდეგ მხოლოდ მე-3 ან მე-4 თანრიგი მექნება.

**ელენე:** ირაკლი, ფარ-ხმალს ნუ დაყრი! მაინც გაგზავნე CV. იქნებ სამსახურში სტუდენტიც მიგიღონ.

**ირაკლი:** მართალი ხარ, „ცდა ბედის მონახვერეა“.





IV ტაკვი.

1.7. ფრთხილად ალკოჰოლთან!

- ირაკლი:** ელენე, იცოდი, თუ არა, რომ 18 წლამდე ასაკის ადამიანებისათვის ალკოჰოლური სასმლის დალევა არ შეიძლება?
- ელენე:** კი, მეტიც! 18 წლამდე ადამიანებს, სასმლის ყიდვის უფლებაც კი არ აქვთ.
- ირაკლი:** რატომ არის ასეთი მკაცრი კანონი? რა მოხდება, თუ 1 ან 2 ჭიქას დალევს მოზარდი?
- ელენე:** ალკოჰოლი ცენტრალურ ნერვულ სისტემას აზიანებს. კანონით კი სახელმწიფო იცავს ახალგაზრდების ჯანმრთელობას.
- ირაკლი:** თუ ბავშვებისთვის მავნებელია ალკოჰოლი, ზრდასრულისთვის არ არის მავნებელი? მათ რატომ არ ეკრძალებათ სპირტიანი სასმლის ყიდვა და დალევა?
- ელენე:** 18 წელს გადაცილებულ ადამიანებს შეუძლიათ ცუდა და კარგს შორის არჩენის გაკეთება და ზომიერების დაცვა, ბავშვებს კი — არა. ამიტომ სრულწლოვან ადამიანებს კანონი არ უკრძალავს, მხოლოდ ურჩევს ზომიერების დაცვას.
- ირაკლი:** შენ ამბობ, რომ სასმელი არ არის მავნებელი, თუ ზომიერად მიიღებ, ასეა?
- ელენე:** კი, ასეა! თუ სასმელს ზომიერად დალევ, არ დათვრები, არ გექნება თავის ტკივილი, თავბრუსხვევა, სისუსტე და სხვ. ზოგ ადამიანზე სასმელი ისე ცუდად მოქმედებს, რომ ისინი ადვილად დიზიანდებიან, ხდებიან აგრესიულები. დიდი რაოდენობით ალკოჰოლის მიღებამ შეიძლება გამოიწვიოს კომა, სუნთქვის პრობლემა და სხვ. ალკოჰოლის ხშირი მიღება, ანუ ლოთობა, კი აზიანებს ადამიანის ტვინს და ღვიძლს.
- ირაკლი:** საკუთარ რესტორანს რომ გავხსნით, დაბალალკოჰოლურ სასმელსაც გავყიდით. რესტორანში საკუთარი წარმოების ჯანსაღი და მაღალი ხარისხის ღვინო გვექნება!
- ელენე:** და... თავიდან ავიცილებთ უსიამოვნებას.

2.8. რა ვიცი ყავის შესახებ

- ირაკლი:** ელენე, შენი აზრით, ყველაზე პოპულარული უალკოჰოლო სასმელი რომელია?
- ელენე:** რა თქმა უნდა, ყავა!
- ირაკლი:** მართალი ხარ! საიდან მიხვდი?
- ელენე:** მაგას რა მიხვდრდა უნდა, ყავა ხომ ყველაზე მატონიზირებელი სასმელია. ის ადამიანს ენერჯის მატებს, აფხიზლებს, ხსნის დაღლილობას. ამ თვისებების გამო მას ყველაზე ხშირად მოიხმარენ.
- ირაკლი:** ის თუ იცი, როგორი მცენარეა ყავა?
- ელენე:** ეგ ნამდვილად არ ვიცი. როგორც ვხვდები, შენ გაქვს მაგაზე ინფორმაცია.
- ირაკლი:** კი, მასწავლებელმა ყავის წარმოებაზე რეფერატის მომზადება დამავალა. იმდენი რამე გავიგე ყავის შესახებ, ერთი სული მაქვს, ვინმეს მოვუყვე.
- ელენე:** აბა, გისმენ!
- ირაკლი:** ყავის ხე მრავალწლოვანი მცენარეა. ის წითელ ნაყოფს იხსამს. ყავის ნაყოფს ორი კურკა აქვს. სწორედ ამ კურკებისგან მზადდება ეს არომატული სასმელი. ყავის ორი ძირითადი ჯიში არსებობს: არაბიკა და რობუსტა. ისინი ერთმანეთისგან განსხვავდებიან ფორმით, შემადგენლობით, გემოთი და სხვა თვისებებით. არაბიკას უფრო დახვეწილი და ნაზი არომატი აქვს. რობუსტა შედარებით მწარეა და მისგან მაგარი ყავა მზადდება.
- ელენე:** რატომ არის რობუსტა უფრო მწარე და მაგარი?
- ირაკლი:** მიზეზი ის არის, რომ რობუსტა თითქმის ორჯერ მეტ კოფეინს შეიცავს, ვიდრე არაბიკა. კოფეინი ბუნებრივი მატონიზირებელი საშუალებაა. იგი ასტიმულირებს ტვინის ნერვულ უჯრედებს და აუმჯობესებს ადამიანის ფიზიკურ ძალებს.
- ელენე:** უკოფეინო ყავაც არსებობს, ხომ იცი?!
- ირაკლი:** კი, მაღაზიებში უკოფეინო ყავაც იყიდება, თუმცა ცოტა რაოდენობის კოფეინს ისიც შეიცავს.
- ელენე:** ეგ როგორ?
- ირაკლი:** ეს ინფორმაცია მე კი არ მოვიგონე, მეცნიერების კვლევებმა დაადასტურეს.
- ელენე:** ჩვენი ორსული ბიძაშვილი უკოფეინო ყავას რომ ყიდულობს და სვამს, იმაშიც კოფეინია? ფეხმძიმებისთვის ხომ კოფეინი არ შეიძლება.
- ირაკლი:** არ იდარდო! ორსულისთვის კოფეინი შეიძლება, მაგრამ მცირე რაოდენობით. ორსულმა ქალმა დღეში 1 ფინჯან ყავაზე მეტი არ უნდა დალიოს.
- ელენე:** ყავის დამზადების ტექნოლოგიაზე რას იტყვი?
- ირაკლი:** ყავის დამზადების ტექნოლოგია მარტივია: მას კრეფენ, ამრობენ, ხალავენ და ფქვავენ.

**ელენე:** ასე, ალბათ, ნალექიანი ყავა მზადდება. უნალექო ყავის ტექნოლოგია როგორია?

**ირაკლი:** მართალი ხარ! მასწავლებელმა უნალექო ყავის მომზადების ტექნოლოგიის შესწავლა ჩვენს კურსელს, ელმანს, დაავალა და ხვალ მოვისმენთ პრეზენტაციამზე.

**ელენე:** რა კარგია! ყველაფერს გავიგებთ ყავის შესახებ.



**V თავი.**

**1.9. ინტერვიუ კვების ექსპერტთან**  
(ქართული სადღესასწაულო კერძები)

**ჟურნალისტი:** ქალბატონო ირმა, რა შეგიძლიათ გვითხრათ ქართულ სადღესასწაულო კერძებზე?

**ექსპერტი:** საქართველოში ერთ-ერთ მნიშვნელოვანი დღესასწაული არის შობა-ახალი წელი. მის აღსანიშნავად განსაკუთრებით ემზადებიან: როდენ ნაძვის ხეს, ამზადებენ ტრადიციულ კერძებს. თითქმის ყველა ოჯახის საახალწლო სუფრაზე ნახავთ საცივს, რომლის მთავარი ინგრედიენტებია ნიგოზი და ინდაური. თუმცა ქათმისგანაც შესანიშნავი საცივი მზადდება. მთავარია, როგორ შეაზავებთ.

**ჟურნალისტი:** კიდევ რომელი კერძებია ტრადიციული?

**ექსპერტი:** ტრადიციულია შემწვარი გოჭი, განსაკუთრებით — თონეში შემწვარი, რომელსაც სამეგრელოში აჯიკას უსვამენ, შემწვარი ქათამი, ბაჟე (ნიგოზიანი სოუსი), ტოლმა, კომბოსტოს ან ვაზის ფოთოლოში გახვეული, ნიგოზიანი მხალეულობა (ბადრიჯანი, პრასი, ისპანახი და სხვ.), ხაჭაპური, კუჭმაჭი და სხვ.

**ჟურნალისტი:** ტკბილეულზე რას გვეტყვი?

**ექსპერტი:** ტკბილეულიდან ყველაზე ტრადიციული გოზინაყია, რომელიც თაფლისა და ნიგოზისგან მზადდება. განსხვავებული რეცეპტით ამზადებენ გოზინაყს სამხრეთ საქართველოში. იქ თაფლის ნაცვლად ბაქმამს იყენებენ, თუთის დადუღებულ, სქელ, არომატულ წვეს.

**ჟურნალისტი:** სასმელზე რას გვეტყვი?

**ექსპერტი:** სუფრაზე აუცილებლად არის ღვინო — წითელიც და თეთრიც. ევროპული ტრადიციებიდან ჩვენშიც შემოვიდა და დამკვიდრდა შამპანურის გასხნის ხალისიანი ტრადიცია.

**ჟურნალისტი:** სხვა თავისებურებებზეც გვესაუბრეთ.

**ექსპერტი:** საახალწლო ტრადიციებზე საუბრისას აუცილებლად უნდა გავიხსენოთ მეკვლე და მეკვლეობა. მეკვლე ის ადამიანია, ვინც ახალი წლის დადგომის შემდეგ პირველად შემოდის ოჯახში, მოაქვს ტკბილეული, ყველას ლოცავს და უსურვებს ბედნიერ ახალ წელს.

**ჟურნალისტი:** გმადლობთ, ქალბატონო ირმა, ინტერვიუსთვის. მრავალ ბედნიერ ახალ წელს დაესწართ.

**ექსპერტი:** ასევე — თქვენც. წარმატებებს, სიხარულს გისურვებთ.

**2.7. ინტერვიუ კვების ექსპერტთან**  
(ეთნიკური სომხების სამზარეულო)

**ჟურნალისტი:** ქალბატონო ირმა, რას გვეტყვი სომხური სამზარეულოს კერძების შესახებ?

**ექსპერტი:** სომხური სამზარეულოს მთავარი მახასიათებელია ხორცის კერძების მრავალფეროვნება და კერძების დამუშავების ტექნოლოგია. ზოგიერთი სომხური კერძის მოსამზადებლად ხანგრძლივი პროცედურებია საჭირო: ინგრედიენტებს ჭრიან, კეპავენ, ხეხავენ, შუშავენ, წვავენ, ხარშავენ, ადუღებენ, აზავენ, ახვევენ და ა.შ.

**ჟურნალისტი:** კიდევ რით გამოირჩევა მათი კერძების მომზადების ტექნოლოგია?

**ექსპერტი:** სანელებლების მრავალფეროვნებით. ცნობილია, რომ სომხურ სამზარეულოში 300-ზე მეტ ველურ ბალახსა თუ მცენარეს იყენებენ. ეთერზეთებითა და სპეციფიკური არომატებით მდიდარი მცენარეები კერძებს განსაკუთრებულ გემოს აძლევს. აქვე აუცილებლად უნდა აღვნიშნო ტრადიციული თიხის ჭურჭელი, რომელშიც სხვადასხვა კერძს ამზადებენ და დიდი, მრგვალი ფორმის საცხობი (ღუმელი) — ტონირი. თიხის ჭურჭელში მომზადებული კერძები უფრო გემრიელია, ვიდრე ჩვეულებრივ ჭურჭელში. ერთი სიტყვით, კულინარიაში ყველა დეტალსა თუ ნიუანსს დიდი მნიშვნელობა აქვს და ეს ძალიან კარგად ჩანს სომხური სამზარეულოს მაგალითზე.

**ჟურნალისტი:** ტკბილეულზე რას გვეტყვი?

**ექსპერტი:** აღსანიშნავია მათი ტრადიციული ტკბილეული — მთლიანი ხილის ჩირი, რომელსაც სხვადასხვა სახის გულსართით ავსებენ. ასეთი დესერტი ჯანსაღიცაა და ძალიან გემრიელიც.

**ჟურნალისტი:** ქალბატონო ირმა, მაინტერესებს საქართველოში მცხოვრები ეთნიკური სომხების სამზარეულოზე ახდენს თუ — არა გავლენას ქართული (რეგიონალური) სამზარეულო და პირიქით.

**ექსპერტი:** რასაკვირველია, სადაც სომხები და ქართველები ერთად, მეზობლად ცხოვრობენ, მათს სამზარეულოში შეხვედებით ორივე ერის ტრადიციულ კერძებს.

**ჟურნალისტი:** გამდლობთ, ქალბატონო ირმა, საინტერესო საუბრისათვის.

**3.9. ინტერვიუ კვების ექსპერტთან**  
(ეთნიკური აზერბაიჯანელების სამზარეულო)

**ჟურნალისტი:** ქალბატონო ირმა, როგორ დაახასიათებდით აზერბაიჯანულ სამზარეულოს?

**ექსპერტი:** აზერბაიჯანული სამზარეულო აღმოსავლური სამზარეულოს საუკეთესო ტრადიციებს აგრძელებს. აზერბაიჯანულ სამზარეულოში განსაკუთრებული ადგილი უჭირავს ცხვრის ხორცს და მისგან მომზადებულ კერძებს. გარდა ხორცისა, კერძებში წვრილად დაკეპილ ცხვრის დუმასაც იყენებენ.

**ჟურნალისტი:** ესე იგი, მათი კერძები ცხიმოვანია?

**ექსპერტი:** ზომიერად ცხიმოვანია, თუმცა ისეა შეზავებული, რომ ეს ნაკლებად იგრძნობა. ხორცი, ძირითადად, სხვადასხვა ბოსტნეულთან ან ბრინჯთან ერთად მზადდება, რაც კერძების გემოს აბალანსებს.

**ჟურნალისტი:** კიდევ რა თავისებურებებს გამოყოფდით?

**ექსპერტი:** აუცილებლად უნდა აღვნიშნო ჩაის მომზადებისა და ამ არომატული სასმლით სტუმრის გამასპინძლების ტრადიცია, რაც ძალიან მომწონს. აზერბაიჯანულ კულინარიაში ტკბილეულის დიდი არჩევანია, მაგრამ ბაქლავა, თაფლივით ტკბილი, ნიგვზის გულსართიანი ნამცხვარი, არაჩვეულებრივია. აქვე უნდა ვთქვა, რომ აზერბაიჯანელების სამზარეულოს ტკბილეულს ამდიდრებს გამაგრილებელი სასმელი შერბეთი — მომჟავო ხილისგან დამზადებული ნატურალური წვენი. სხვადასხვა სახეობის ფლავი კი, მართლაც, გვირგინია აზერბაიჯანული სუფრისა.

**ჟურნალისტი:** ქალბატონო ირმა, თქვენთან საუბარმა დამარწმუნა, რომ საქართველოში პატივს სცემენ სხვა ეროვნების კულტურას, გამონაკლისი არც მისი ნაწილი — სამზარეულოა.

**ექსპერტი:** გეთანხმებით, ამის დასტურია მათი კერძების პოპულარობაც.



**VI ტაკი.**

**1.4. და-ძმის საუბარი**

**ელენე:** ირაკლი, მზარეულობა რატომ გადაწყვიტე?

**ირაკლი:** მზარეულობა ბავშვობიდან მაინტერესებდა. არ გახსოვს, ზაფხულობით ბებიას და ბაბუას საჭმელებს რომ ვუმზადებდი? შენც მეხმარებოდი ხოლმე. ეს საქმე მომწონს. მომწონს, ჩემ მიერ მომზადებული კერძი სხვა ადამიანებს რომ სიამოვნებს. თავიდან ეს საქმე უბრალოდ ჰობი იყო, ახლა კი პროფესიაა.

**ელენე:** გეგონა, რომ ასეთი რთული პროფესია იქნებოდა?

**ირაკლი:** რატომ არის რთული?

**ელენე:** იმიტომ არის რთული, რომ შეფ-მზარეულს ბევრი მოვალეობა აქვს, ამასთანავე, დიდი ნიჭი და უნარი უნდა ჰქონდეს.

**ირაკლი:** შენ ფიქრობ, რომ სახლში როცა საჭმელს ამზადებ, მაშინ არ იყენებ ფანტაზიას, არ არჩევ საჭირო პროდუქტებს, არ აკონტროლებ პროდუქტის და კერძის ხარისხს? პროფესიონალი მზარეული მხოლოდ იმით განსხვავდება, რომ ბევრ ადამიანთან ერთად და ბევრი ადამიანისთვის მუშაობს.

**ელენე:** ბევრი ადამიანისთვის და ბევრ ადამიანთან ერთად რომ მუშაობ, სწორედ ეგ არის რთული და საპასუხისმგებლო. დღეს ლექციაზე მოსმენილმა ინფორმაციამ ცოტა ამაღელვა. მგონია, რომ მზარეულობას **თავს ვერ გავართმევ**.

**ირაკლი:** უმიზეზოდ ღელავ! მე მინახავს, როგორ გემრიელ საჭმელს ამზადებ. შენ ძალიან კარგი შეფ-მზარეული იქნები.

**ელენე:** ყველა სახის კერძის ცოდნა და მომზადება ძალიან რთულია. მგონი ჯობია, ერთი სახეობა ავირჩიო. მაგალითად, ძალიან მიყვარს თევზი და მეხერხება თევზის მომზადება, ამიტომ მირჩევენია თევზის კერძები მოვამზადო. შენ რას იტყვი?

**ირაკლი:** კარგი აზრია, თუმცა ნუ იჩქარებ. შენ არა მხოლოდ თევზს, არამედ საკონდიტრო ნაწარმსაც საუკეთესოდ ამზადებ. ამიტომ უმჯობესია, კარგად დაფიქრდე და მერე გადაწყვიტო! როდიდან გახდი ასეთი მშვიდარა? კონკურსებშიც ბევრჯერ მიგიღია მონაწილეობა და უცხოელი სტუმრებისა და დელეგაციებისთვისაც გაგიწევია მასპინძლობა!

**ელენე:** მაშინ იმიტომ არ მეშინოდა, რომ შენ სულ ჩემ გვერდით იყავი. სხვადასხვა რესტორნებში რომ დავიწყოთ მუშაობა, რა მეშველება?

**ირაკლი:** ჩემო დაიკო, მე და შენ ყოველთვის ერთად ვიქნებით.

## 2.5. საუბარი რესტორატორთან

- ლექტორი:** ახალგაზრდებო, მსურს წარმოვიდგინოთ ქალბატონი ირინე, რომელიც პროფესიით რესტორატორი გახლავთ და არაერთი საინტერესო პროექტის ავტორია. შეგიძლიათ გაესაუბროთ მას და დაუსვათ კითხვები.
- რესტორატორი:** მოხარული ვარ, რომ თქვენთან შეხვედრის საშუალება მომეცა, დიდი მადლობა მოწვევისათვის.
- ირაკლი:** თუ შეიძლება, უფრო დაწვრილებით გვესაუბროთ რესტორატორის პროფესიაზე.
- რესტორატორი:** მოგახსენებთ. ეს მეტად რთული, მრავალმხრივი და საინტერესო პროფესიაა. რესტორატორი არის სარესტორნო საქმის სპეციალისტი. ის შეიძლება ერთ ან რამდენიმე რესტორანში ერთდროულად მუშაობდეს. რესტორატორის მოვალეობაში შედის ყველაფერი, რაც რესტორნის გამართულ მუშაობას და სტუმრების სათანადო მომსახურებას ეხება.
- ელენე:** საკმაოდ რთული, თუმცა, მართლაც, საინტერესო პროფესიაა. ერთგვარი გამოწვევაა, რომ შექმნა რაღაც ახალი, ღირებული და ხარისხიანი.
- რესტორატორი:** დიახ, რთულია, რადგან რესტორატორი უნდა ერკვეოდეს როგორც სარესტორნო ბიზნესის ზოგად ტენდენციებში, ისე კულინარიასა და ფსიქოლოგიაში, რადგან მას ყოველდღიურად უამრავ ადამიანთან უწევს შეხვედრა — მომსახურე პერსონალთან, დაწესებულების სტუმრებთან, კომპანიონებთან და ა.შ.
- რესტორნის წარმატება და პრესტიჟი დიდწილად რესტორატორის უნარებსა და მუშაობაზე დამოკიდებულია. საქართველოში ეს პროფესია ჯერ ახალია, თუმცა დანტერესება დიდია, რადგან სარესტორნო ბიზნესი სწრაფად ვითარდება. თუ რომელიმე თქვენგანი გადაწყვეტს კვების ობიექტის გახსნას, იქნება ეს კაფე, საკონდიტრო, ბარი თუ რესტორანი, სიამოვნებით ვითანამშრომლებ თქვენთან და გავიწევთ კონსულტაციას ყველა საჭირო საკითხში.
- ელენე:** როგორც მიხვდით, რესტორნის წარმატება და პრესტიჟი ძირითადად რესტორატორზე დამოკიდებულია, ასეა?
- რესტორატორი:** დიახ, თუმცა რესტორატორთან ერთად მუშაობს გუნდი, რომელიც შედგება მარკეტოლოგისგან და PR სპეციალისტისგანაც.
- ირაკლი:** რას ფუნქციები აქვს მარკეტოლოგს და PR სპეციალისტს?
- რესტორატორი:** მარკეტოლოგი — ბაზრის კვლევის სპეციალისტია, რომელიც ატარებს კვლევებს რესტორნის ადგილიმდებარეობაზე, კონკურენტებზე და განსაზღვრავს, რამდენად მომგებიანი იქნება რესტორნის სწორედ იმ არჩეულ ადგილზე შექმნა ან აშენება. რაც შეეხება PR სპეციალისტს, ის უზრუნველყოფს რესტორნის რეკლამას და ცნობადობის ამაღლებას.

## 3.6. როგორ შევხამოთ ღვინო და საკვები

- ლექტორი:** გამარჯობა, ახალგაზრდებო, დღეს მინდა ღვინისა და კერძის შეხამებაზე, ასევე სომელიეს პროფესიაზე გესაუბროთ. სომელიე — ეს არის პროფესიონალი, რომელიც ძალიან კარგად უნდა ერკვეოდეს ღვინისა და კერძების შეხამების საკითხებში. სწორად შერჩეული ღვინო კერძის გემოს გამოკვეთს და ჰარმონიულ წყვილს ქმნის, ხოლო არასწორად შერჩეულმა ღვინომ შეიძლება გემო დაუკარგოს ყველაზე გემრიელ კერძსაც კი.
- ელენე:** პატივცემულო, მაინც რა განსაზღვრავს ღვინის გემოს?
- ლექტორი:** ღვინის გემოს სამი კომპონენტი განსაზღვრავს: **მჟავიანობა, შაქრის შემცველობა და ტანინები.** **მაღალმჟავიანი ღვინო** უხდება ცხიმოვანი კერძებს, ხოლო ტანინიანი ღვინო საუკეთესოა ცილებით მდიდარ კერძებთან. ტანინიან, ძლიერ წითელ ღვინოებს ხორცის, ლობოსა და სოკოს კერძებთან ერთად მიირთმევენ.
- ირაკლი:** კიდევ უფრო კონკრეტულად დავგისახელოთ, რომელ კერძთან რა ღვინო უნდა დავლიოთ.
- ლექტორი:** ცხიმოვანი, ნოყიერ კერძებს არომატული და **მაგარი ღვინო** უნდა მიაცილოთ, საშუალო სიმძიმის საკვებს **საშუალო სიმძიმის ღვინო** შეურჩიეთ, მსუბუქ კერძებს კი მსუბუქი ღვინო შეუხამეთ.
- თევზს, როგორც წესი, თეთრ ღვინოს** უხამებენ, რადგან წითელ მშრალ ღვინოსთან ერთად თევზი ლითონის გემოს იძენს, რაც არასასიამოვნო შეგრძნებას ტოვებს. მაღალმჟავიანი თეთრი ან მშრალი ცქრიალა ღვინოები შესანიშნავ წყვილს ქმნის **ზღვის პროდუქტებთან. წითელი ღვინო** უმჯობესია **წითელი ფერის ხორცეულს** (მაგალითად, სტეიკებს, მწვადს, ნანადირევს), ასევე ლობოს მივაცოლოთ, **თეთრი ღვინო კი — თევზისა და ხორცის თეთრ სახეობებს** (მაგალითად, ქათმის ხორცს), **ასევე კვერცხის კერძებს.**
- ელენე:** ტკბილეულთან ერთად თუ შეიძლება ღვინის დაღვევა?
- ლექტორი:** რა თქმა უნდა, ოღონდ შესაბამისი ღვინოები უნდა შევურჩიოთ. **ნამცხვარს** თუ **ხილს** უმჯობესია **ნახევრადტკბილი, ტკბილი ან შემაგრებული ღვინო** შეუხამოთ. ქართული ღვინოებიდან კი დესერტს ყველაზე მეტად ნახევრადტკბილი თეთრი „ტვიში“, „ხვანჭკარა“ და „უსახელაური“ უხდება.
- ირაკლი:** ქართული ღვინოებიდან ყველაზე საუკეთესო შეხამების მაგალითს ხომ ვერ დავგისახელებდით?
- ლექტორი:** რატომაც არა. მაგალითად, კახური ქვევრის ღვინო შესანიშნავია **ცხიმოვანი, ნოყიერ კერძებთან: ჩაქაფულთან, ხაშლამასთან, შილაფლავთან, დამბალხაჭოსთან, გუდის ყველთან, შემწვარ კალმასსა და ქათამთან.** ევროპული წესით დაყენებული „რქაწითელი“ უხდება სხვადასხვანაირ **ყველს, სალათებს, კარტოფილისა და ბოსტნეულის კერძებს, ხაჭაპურსა და სხვა გულსართიან ღვებლებს.** „საფერავი“ კარგ წყვილს ქმნის ნანადირევთან, მწვადთან, ყაურმასთან, ჩანახთან, ჩაშუშულთან და სხვა ხორციან კერძებთან. „საფერავი“ ასევე

ძალიან უხდება ამოღესილ ლობიოს და ლორს. „ქისი“ და „ხიხვი“ კარგად ეხამება თევზისა და ზღვის პროდუქტების კერძებს, ასევე თხის ყველს. ცოლიკაური უხდება მხალეულს, მჭადს, ყველს და დასავლეთ საქართველოსთვის დამახასიათებელ მსუბუქ კერძებს.

**ელენე:** კიდევ რა რჩევას მოგცემით?

**ლექტორი:** ღვინისა და კერძის შეხამებასთან ერთად, აუცილებლად გაითვალისწინეთ ღვინის სერვირების წესები და სასმელი შესაბამის ტემპერატურაზე გაგრილებული მიართვით სტუმარს.

**ირაკლი:** საინტერესო გავვეთილი გვექონდა, გმადლობთ.



**II შიშაჯამეპელი თაჰი.**

**5. ოცნებას ფრთებს შევასხამთ**

**ირაკლი:** ელენე, ჩვენი კაფესთვის სახელი უკვე შერჩეული გვაქვს, ძალიან მომწონს, მიმზიდველი და ორიგინალურია. ახლა დიზაინზე უნდა ვიფიქროთ. მართალია, თავიდან ვინტაჟურ სტილზე ვფიქრობდით, რადგან ბოლო დროს ვინტაჟი მოდაშია, მაგრამ რესტორატორმა გვირჩია, ქალაქში უკვე ძალიან ბევრი ვინტაჟური კაფეა და ეს სიახლე აღარ არის, რამე ახალი უნდა მოვიფიქროთო. მენიუს შედგენაშიც დაგვჭირდება კონსულტაცია.

**ელენე:** მენიუს შესახებ ჩვენს ლექტორებსაც გავესაუბროთ, მათი რჩევებიც გავითვალისწინოთ.

**ირაკლი:** ვფიქრობ, მენიუში მრავალგვარი ტკბილეული და სასმელი უნდა გვექონდეს. მაგალითად, ჩაი, ყავა, გაზიანი და მინერალური სასმელები, ლიქიორი, კონიაკი, ვისკი, ღვინო... სომელიე ჯერ, ალბათ, არ გვეყოლება. აი, როცა რესტორანს გავხსნით, მაშინ კი პროფესიონალი სომელიეც დაგვჭირდება.

**ელენე:** დიდი სურვილი მაქვს, ქართულ დესერტებთან ერთად მენიუში სომხური და აზერბაიჯანული ტკბილეულიც შევიტანოთ, ეს სიახლე იქნება. მაგალითად, ბაქოური ბაქლავა და შეკერბურა, სომხური ქადა და ნიგეზიანი ჩირი...

**ირაკლი:** მგონი უკვე ვიცი, როგორი დიზაინი გვექნება — ეთნო სტილის! რეკლამაც ჩვენი მეგობრების დახმარებით მზად გვაქვს, ერთი სული მაქვს, საქმეს როდის შევუდგებით!

**ელენე:** ირაკლი, ჩვენს ოცნებას აუცილებლად ავისრულებთ, ფრთებს შევასხამთ!

**ირაკლი:** ღმერთმა ქნას!



**II შიშაჯამეპელი საგამოცდო ტესტი.**

**1. და-ძმა ახალ ბიზნესს იწყებს**

ელენემ და ირაკლიმ კაფეში მუშაობით დიდი გამოცდილება მიიღეს. მათი კაფე კვების ერთ-ერთ საუკეთესო ობიექტად აღიარეს. და-ძმამ განიზრახა, საკუთარი რესტორანი გახსნან და ახლა ისინი ვადრების შერჩევაზე ფიქრობენ. მეგობარ რესტორატორთან ერთად ცნობილ შეფ-მზარეულს შეხვდნენ, რომელმაც კვალიფიციურ სომელიესთან მისვლა ურჩია, სომელიეს მეორე დღესვე ეწვივნენ ელენე და ირაკლი.

— გამარჯობა, ბატონო ნიკა, თქვენთან თანამშრომლობა გვსურს, — დაიწყო ირაკლიმ. — მე და ჩემმა დამ კულინარიული სასწავლებელი წარმატებით დავამთავრეთ. შემდეგ ახლობლების დახმარებით ახალგაზრდული კაფე გავხსენით და პროფესიაში კიდევ უფრო დავოსტადით. ინტერესით ვადევნებდით თვალს თანამედროვე კულინარიულ მიღწევებს, სიახლეებს. დიდი გამოცდილება დავაგროვეთ და ახლა რესტორნის გახსნას ვაპირებთ. თქვენი დახმარება გვჭირდება და ჩვენს გუნდთან ერთად გვინდა შემოგთავაზოთ მუშაობა.

- სად მდებარეობს თქვენი რესტორანი? — დაინტერესდა სომელიე.
- ქალაქის ცენტრში, მტკვრის მარჯვენა სანაპიროზე, — აუხსნა ირაკლიმ.
- მოხარული ვიქნებით თქვენთან თანამშრომლობის, უარს ნუ გვეტყვით, — ხვეწნა გაურია ლაპარაკში ელენემ.
- ვიფიქრებ თქვენს შემოთავაზებაზე. პასუხს ხვალ შეგატყობინებთ, — უპასუხა სომელიემ და სტუმრებს დაემშვიდობა.

**ლექსიკონი**



**I ტავი.**

**საკვები** — საჭმელი, საზრდო.  
**რეჟიმი** — აქ: კვების დადგენილი წესი.  
**ენერგია** — შრომის უნარი.  
**დესერტი** — ხილი ან ტკბილეული, მიირთმევენ სადილის შემდეგ.  
**კერძი** — რაიმე საჭმელი.  
**სურსათი** — საკვების, საჭმლის ერთობლიობა.  
**გაძლიერება** (აძლიერებს ის მას) — ძალის შემატება.  
**დაცვა** (იცავს ის მას) — აქ: საფრთხის აცილება.  
**ავსება** (ავსებს ის მას) — აქ: ენერჯის აღდგენა.  
**განვითარება** (ავითარებს ის მას) — ვითარების, ანუ არსებული მდგომარეობის უკეთესობისკენ ცვლა.  
**რჩევა** (ურჩევს ის მას) — საკუთარი აზრის (შეხედულების) გაზიარება.  
**გათვალისწინება** (ითვალისწინებს ის მას) — რაიმეს წინასწარ მოფიქრება.  
**გამოცხობა** (გამოცხობა ის მას) — ცხელ ღუმელში ცომის გამოშრობა.  
**სალი/ჯანსაღი** — აქ: უვნებელი, ჯანმრთელობისათვის სასარგებლო.  
**აუცილებელი** — ძალიან საჭირო.  
**ხარისხიანი** — ძალიან კარგი, მაღალი ხარისხის მქონე.  
**სტიმული** — ბიძგი, წახალისება.  
**კულინარია** — საჭმლის მომზადების საქმე.  
**ტექნოლოგია** — გარკვეული წესებითა და თანამიმდევრობით მასალის დამუშავების პროცესი.  
**პობი** — გატაცება, საყვარელი საქმე.  
**შეძლება** — აქ: უნარის გამოჩენა.  
**შეძენილი** — რაც შეიძინა.  
**შეძენა** (იძენს ის მას) — შოვნა, შემატება, მოპოვება.  
**ტექნოლოგი** — წარმოების ტექნოლოგიის სპეციალისტი.

**ნედლეული** — ნედლი მასალა რაიმე პროდუქციის დასამზადებლად.  
**მოყვანა** (მოჰყავს მას ის) — აქ: ნედლეულის მიღება.  
**შეგროვება** (აგროვებს ის მას) — აქ: ნედლეულის ერთად თავმოყრა.  
**განცალკევება** (აცალკევებს ის მას) — დაყოფა.  
**გაფცქვნა** (ფცქვნი ის მას) — კანის, ქერქის მოცილება.  
**გათლა** (თლის ის მას) — რაიმესთვის (მაგ. კარტოფილი) ზედა ფენის მოშორება.  
**დაჭრა** (ჭრის ის მას) — რაიმეს ნაწილებად დანაწევრება.  
**მოხარშვა** (ხარშავს ის მას) — საჭმლის მომზადება ადუღებით.  
**შეწვა** (წვავს ის მას) — აქ: ცეცხლზე საჭმლის მომზადება.  
**მოშუშვა** (შუშავს ის მას) — პროდუქტის მცირე ხნით მომზადება ცხელ ცხიმში.  
**გათუთქვა** (თუთქავს ის მას) — ადუღებულ წყალში რამდენიმე წუთით გაჩერება.  
**შეფუთვა** (ფუთავს ის მას) — შეხვევა, ჩაწყობა.  
**დაზიანებული** — რაც გაფუჭდა.  
**ვარგისი** — კარგი.  
**საწარმო** — ადგილი, სადაც ამზადებენ რაიმე პროდუქტს.  
**საამქრო** — ქარხნის ან ფაბრიკის ერთ-ერთი განყოფილება.  
**ნორმები** (ნორმა) — წესები (წესი).  
**ნაბრალი** — ღარი, გამსკდარი, გახეთქილი ადგილი.  
**მღრღნელი** — ის, რაც ღრღნის, მაგ.: თავვი, ვირთხა.  
**მწერი** — მაგ., ბუზი, ჭიანჭველა და სხვ.  
**გამაგრებელი** — ის, რაც აგრილებს.  
**გამდინარე** — მუდმივი წყალი.  
**ერთჯერადი** — ის, რაც ერთხელ გამოიყენება.  
**გლუვი** — სწორზედაპირიანი.



**II ტავი.**

**დაკეპვა** (კეპავს ის მას) — დანის ხშირი მოძრაობით წვრილ და მოგრძო ნაჭრებად დაჭრა.  
**ფილირება** — ხორცის ძვლიანი და ხრტილიანი ნაწილებისაგან გასუფთავება.  
**ფარში** — ხორცსაკეპში გატარებული ხორცი.  
**ფარშირება** — ფარშის მომზადება.  
**დაბეგვა** (ბეგვავს ის მას) — ხორცის სამზარეულოს ჩაქუჩით დამუშავება, დარბილება.  
**შერჩევა** (არჩევს ის მას) — უკეთესის, უმჯობესის გამოყოფა.  
**გადაწყვეტა** (წყვეტს ის მას) — აქ: რამეს მოფიქრება, მოაზრება.  
**შეძენა** (იძენს ის მას) — რამის შოვნა, მომატება, მოპოვება.

**დამახსოვრება** (იმახსოვრებს ის მას) — ცნობიერებაში რაიმეს შენახვა.  
**ჩ/კ.** — ჩაის კოვზი.  
**ს/კ.** — სადილის კოვზი.  
**ჩ/ჭ.** — ჩაის ჭიქა.  
**ყასაბი** — ვინც ხორცს ამუშავებს.  
**ბუმბული** — რაც ფრინველის კანს ფარავს.  
**შიგნეული, შიგნეულობა** — ცხოველის ან ფრინველის გულ-ღვიძლი და კუჭ-ნაწლავი.  
**ღრმული** — ამოღრმავებული ადგილი.  
**გამოშიგვნა** (შიგნავს ის მას) — შიგნეულის გამოცლა, შიგნეულისაგან გასუფთავება.  
**გაპუტვა** (პუტავს ის მას) — კანისაგან ბუმბულის მოშორება.

**შეტრუსვა** (ტრუსავს ის მას) — ბეწვის, ბუმბულის ცეცხლზე მოწვა.

**ბზინვა** (ბზინავს ის) — პრიალი.

**ათვისება** (ითვისებს ის მას) — აქ: ორგანიზმის მიერ რაიმეს შეწოვა.

**მიითი** — ზღაპრული ამბავი.

**მშვილდი** — საბრძოლო და სანადირო იარაღი ძველად.

**გვირგვინი** — აქ: ყვავილებით ან ფოთლებით დაწნული (დამზადებული) რგოლი.

**ნიმფა** — ფერია.

**მარადმწვანე** — ყოველ დროს მწვანე.

**სახის შეცვლა** — აქ: სხვა რამედ გადაქცევა.

**დამტკიცება** (ამტკიცებს ის მას) — აქ: სიტყვით ან ქმედებით რაიმეს ჩვენება.

**შევედრება** (ევედრება ის მას) — ხვეწნა, თხოვნა, მუდარა.

**ტრაბახი** (ტრაბახობს ის) — თავის მოწონება, საკუთარ უპირატესობაზე ხაზგასმა.

**ამბორი** (ეამბორება ის მას) — კონცა.

**თავზე მორგება** (ორგებს ის მას) — თავზე დახურვა.

**ქვირითი** — თევზის კვერცხები.

**შიგნული** — მუცლის ღრუს ორგანოები.

**ფარფლი** — თევზის ხრტილი.

**ფილე** — ხორცის რბილი ნაწილი.

**ფხა** — თევზის წვრილი ძვალი.

**ბოლი** — კვამლი.

**ეტაპი** — რაიმეს განვითარების საფეხური.

**ქერცლი** — თევზის რქოვანი ფირფიტები.

**ხელოვნური** — არანამდვილი.

**გაციხული** — ძალიან გაცივებული.

**პოპულარული** — ყველასათვის ცნობილი.

**უმი** — დაუმუშავებელი, ნედლი.

**დამარილებული** — ძალიან მარილიანი პროდუქტი.

**გემოვნება** — სილამაზის, მშვენიერების განცდა.

**მოთხოვნილება** — საჭიროება, ნდომა, სურვილი.

**სფერო** — აქ: რაიმეს მოქმედების, გავრცელების არე.

**მოვლენა** — შემთხვევა.

**საფუძველი** — რასაც ეყრდნობა, ემყარება რამე.

**შეხედულება** — თვალსაზრისი, აზრი.



### III თავი.

**საწარმო** — დაწესებულება, სადაც რაიმე იწარმოება, მზადდება.

**პასტერიზება** — საკვები პროდუქტების გაცხელება მკაფიო ბაქტერიების დასახოცად.

**სტერილიზაცია** (ასტერილეს ის მას) — რაიმეს მიკროორგანიზმებისგან გაწმენდა.

**სეპარაცია** — განცალკევება.

**წათხი** — მარილიანი წყალი // მარილწყალი.

**მაჭიკი** — საქონლის კუჭისგან მიღებული რძის შესადეღებელი მასალა.

**კვეთი** — რითაც რძეს ადედებენ.

**მიზანი** — რაც უნდა განახორციელონ, შეასრულონ.

**წარმოება** (აწარმოებს ის მას) — რაიმეს დამზადება.

**გადამუშავება** (ამუშავებს ის მას) — რაიმეს ხელახლა გადაკეთება.

**ადღეება** (დღეებს ის მას) — ნაღებისგან კარაქის მისაღებად ხელებით (ან სადღეებით) ნაღებიანი ჭურჭლის აქეთ-იქით ხშირი და სწრაფი მოძრაობა.

**დაფასოება** (აფასოებს ის მას) — ნაწილ-ნაწილ აწონილი და შეფუთული მასალა.

**დადნობა** (დნება ის) — მყარი ნივთიერების თხევადად გადაქცევა.

**გადადნობა** (ადნობს ის მას) — ხელახლა დადნობა.

**მოგროვება** (აგროვებს ის მას) — თავის მოყრა, შეკრება (აქ: ნაწილების).

**დაწრეტა** (იწრეტება ის) — რაიმეს (მაგალითად ყველის) სითხისგან დაცლა.

**დაპრესვა** (პრესავს ის მას) — მძიმე საგნით რაიმეს დაწოლით გასწორება.

**ფქვილი** — დაფქული მარცვლეულისგან მიღებული პროდუქტი.

**ნედლეული** — ნედლი (დაუმუშავებელი) მასალა, რაიმე პროდუქციის დასამზადებლად.

**მოთხოვნილება** — საჭიროება, ნდომა.

**საფუარი** — მიკროსკოპული სოკოებისგან მიღებული ნივთიერება, რომელიც იწვევს აფუებას. ცომის ზემოთ ამოსვლა.

**ხაში** — იგივე საფუარი, მჟავა ცომი.

**ჯიში** — გვარი, მოდგმა.

**ფუნთუშა** — ტკბილი პური.

**საკონდიტრო ნაწარმი** — ტკბილეული.

**ყალიბი** — რაიმეს ფორმა, მაგ., პურის, რაშიც ცხებება პური.

**ღუმელი** — მოწყობილობა, რომელშიც აცხობენ რამეს.

**ცეხვილი, დაცეხილი** — მსხვილად დაფქული მარცვლეული.

**გამტკიცული** — წვრილად გაცრილი ფქვილი.

**შერეული** — აქ: სხვადასხვა სახეობის ერთმანეთში არეული ფქვილი.

**ნაზავი** — ერთმანეთთან შერეული სხვადასხვა ნივთიერება.

**დამატება** (ამატებს ის მას) — შევსება.

**აფუება** (აფუებს ის მას) — ცომის გაღვივება, რბილი ცომის ზემოთ ამოწევა.

**მოზელა** (ზელს ის მას) — აქ: სითხეში (წყალში) ფქვილის შერევით ცომის მიღება.

**დაგუნდავება** (აგუნდავებს ის მას) — ბურთივით დამრგვალება.

**დაყოვნება** (აყოვნებს ის მას) — დროის გახანგრძლივება, შეჩერება.

**ჭყლეთა** (ჭყლეთს ის მას) — რამის ძლიერი დაჭერით სრება.

**დადასტურება** (ადასტურებს ის მას) — დამტკიცება.

**გულსართი** — ნამცხვრის, ღვეზლის შიგნით მოთავსებული რაიმე პროდუქტი (მაგ., ხაჭაპურში მოთავსებული ყველი).

**მხლოვანი** — მხლიანი ღვეზელი.

**საბიზგინა** — ღვეზელი ყველიანი და კარტოფილიანი გულსართით.

**არმატიზატორი** — საკვებდანამატი, ის დიდხანს უნარჩუნებს საკვებს სასიამოვნო სუნს.  
**საღებავი** — აქ: საკვებდანამატი, ის დიდ ხანს უნარჩუნებს მკვეთრ ფერს საკვებს.  
**კონსერვანტი** — საკვებდანამატი, ის უზრუნველყოფს ხანგრძლივ ვარგისიანობის ვადას.  
**საკვებდანამატი** — საკვების დანამატი, საკვების თვისებების გასაუმჯობესებლად და გასაძლიერებლად დამატებული ნივთიერებების საერთო სახელწოდება.  
**შაქარყინული** — შაქრის და ხილის წვენიტ დამზადებული პროდუქტი.  
**ლიცენზია** — სახელმწიფოს მიერ გაცემული ნებართვა.  
**კონდიტერი** — ტკბილეულის მომზადების ოსტატი.

**თანრივი** — ვატეგორია, საფეხური.  
**კალორიულობა** — საკვების ენერგეტიკული ღირებულება.  
**სინთეზური** — ხელოვნური, ადამიანის მიერ შექმნილი.  
**ბუნებრივი** — ბუნების მიერ შექმნილი; ის, რაც ბუნებაში მოიპოვება.  
**რაფინირებული** — მინარეგებისაგან გაწმენდილი პროდუქტი.  
**შაქრის ლერწამი** — მცენარე.  
**შენარჩუნება** — აქ: რაიმე თვისების არდაკარგვა, შენახვა.  
**საზიანო** — მავნებელი, ზიანის მომტანი.  
**ანაზღაურება** — აქ: ხელფასი, გაწეული შრომისთვის გარკვეული გადასახადი.  
**დაუმეგბელი** — შეუძლებელი, აკრძალული.  
**მალფუჭებადი** — პროდუქტი, რომელიც მალე ფუჭდება.



## IV თავი.

**ალკოჰოლური სასმელი** — ეთილის სპირტის შემცველი სასმელი.  
**შემცველობა** — ერთი ან სხვადასხვა სახის ნივთიერების რაიმეში თავმოყრა. იზომება პროცენტებში.  
**მოცულობა** — იგივეა, რაც რაოდენობა, გამოიყენება უთვლადი ნივთიერებების დროს. მაგ., წყლის მოცულობა, ჰაერის მოცულობა და ა.შ.  
**ფერმენტაცია** — ქიმიური რეაქციის პროცესი.  
**მადა** — ჭამის სურვილი.  
**სისხლის მიმოქცევა** — ორგანიზმში სისხლის მოძრაობა.  
**ნივთიერებათა ცვლა** — პროცესთა ერთობლიობა, რომლებიც მიმდინარეობს ორგანიზმში.  
**მარანი** — ღვინის დასაყენებელი და შესანახი ადგილი.  
**რთველი** — ყურძნის კრეფის პროცესი.  
**ჭაჭა** — ყურძნის დაწურვის (დაჭყლეტვის) შედეგად დარჩენილი მასა.  
**ფილტრაცია** — გაფილტვრის პროცესი.  
**ეტიკეტირება** — ეტიკეტის დაწებების პროცესი.  
**ეტიკეტი** — აქ: პროდუქტზე დაწებებული ფურცელი, რომელზეც წერია ინფორმაცია პროდუქტის შესახებ.  
**რეალიზება** — აქ: გაყიდვა.  
**დაგაზვა** — აქ: სასმელში გაზის (აირის) დამატება.  
**შუშუნა** — სითხისგან აირის გამოყოფისას გამოცემული ხმა.  
**დაქვეითება** (აქვეითებს ის მას) — აქ: მადის დაწევა.  
**სრულწლოვანი** — 18 წელს გადაცილებული ადამიანი, ზრდასრული.  
**არჩევანი** — უპირატესობის მიცემა, უკეთესად მიჩნევა.  
**რჩევა** — დარიგება, ჭკუის სწავლება.  
**თავბრუსდახვევა** — წონასწორობის დაკარგვა.  
**კოშა** — უგონო მდგომარეობა.  
**ზომიერება** — საკმარისი, ნორმალური.  
**გალიზიანება** (ლიზიანდება ის) — გაბრაზება, გაჯავრება.  
**დათრობა** (თვრება ის) — სიფხიზლის დაკარგვა, გაბრუება.  
**ლოთობა** (ლოთობს ის) — მაგარი სასმელების ხშირად მიღება.  
**ნაყენი** — ხილის, კენკრის ან სხვა მცენარის ხსნარი, გამონაწერი.  
**კვირტი** — გაუშლელი ყვავილი ან ფოთოლი.  
**ხანგრძლივი** — დიდი ხნის.  
**გაუშლელი** — რაც არ გაშლილა.  
**ელიტური** — რჩეული, საუკეთესო.

**დადებითი** — აქ: კარგი, სასარგებლო თვისებების მქონე.  
**მოკრეფა** (კრეფს ის მას) // **მოწყვეტა** (წყვეტს ის მას) — რაიმესთვის ნაწილის მოცილება.  
**ექსტრაქტი** — რაიმე ნაყოფისგან გამოწურული, გამონაწერი ნივთიერება.  
**სუბლიმაცია** — მყარი ნივთიერების აირისებურ მდგომარეობაში გადასვლა.  
**გრანულა** — რაიმე ნივთიერების წვრილი, მკვრივი გუნდა, მარცვლის მსგავსი.  
**ორთქლი** — სითხის აირისებური მდგომარეობა გათბობის შემდეგ.  
**თხევადი** — დინების უნარის მქონე სითხე.  
**ხსნადი** — რაც სითხეში ადვილად იხსნება.  
**მოხალვა** (ხალავს ის მას) — ოდნავ მოწევა.  
**რბილობი** — ხილის კანქვეშა ნაწილი.  
**სიროფი** — შაქრიან წყალში მოდუღებული ხილის სქელი წვენი; აგრეთვე წყალში გაჯერებული და მოდუღებული შაქარი.  
**სკვოში** — ხილის წვენისგან, შაქრისა და წყლისგან დამზადებული სასმელი.  
**ნაყენი** — ხილის (ან სხვა მცენარის, ვარდის...) გამოწურული სითხე.  
**ფალსიფიკაცია** — გაყალბება (აყალბებს ის მას).  
**მწიფე** — საჭმელად ვარგისი ნაყოფი.  
**გამჭვირვალე** — რასაც სინათლე გადის, ძალიან წმინდა.  
**მღვრიე** — გაუმჭვირვალე, უსუფთაო, დაუწმენდელი.  
**დამატკბობელი** — ის, რითაც რაიმეს ატკბობენ.  
**მწარმოებელი** — ვინც რაიმეს აწარმოებს.  
**შენზავება** (აზავებს ის მას) — ორი ან მეტი სითხის ერთმანეთში არევა, შერევა.  
**ვაზი** — მცენარე, რომლის ნაყოფი არის ყურძენი.  
**წიპწები** — ყურძნის კურკები, თესლი.  
**ქვევრი** — ღვინის შესანახი თიხის ჭურჭელი, რომელიც მიწაშია ჩამარხული.  
**ფსკერი** — ძირი.  
**ყურძნის მოყვანა** — ყურძნის მოპოვება.  
**ველური** — აქ: გარეული (ვაზი).  
**წითელი წიგნი** — წიგნი, რომელშიც შეტანილია გადაშენების გზაზე მდგარი მცენარე ან ცხოველი.  
**დაბლარი** — აქ: დაბალი ვაზი.  
**ტალავერი** — ვაზის გადახურული ფანჩატური.

**დალექილი** — სითხეში შერეული გაუსხნელი ნივთიერება.  
**დანოქილი** — მუხლისთავებზე მდგარი, მუხლმოყრილი ადამიანი.  
**ხელაპყრობილი** — მაღლა ხელაწეული.  
**ადმოჩენილი** — ნაპოვნი, გამოვლენილი.  
**ნაპოვნი** — რაც იპოვეს, აღმოაჩინეს.  
**გაოცება** — მეტისმეტი გაკვირვება უცნაური, მოულოდნელი მოვლენით.

**აღტაცება** — უდიდესი სიამოვნების და მოწონების გრძნობა.  
**ღირსება** — აქ: ხარისხი, ავკარგიანობა.  
**დალოცვა** (ლოცავს ის მას) — ღვთისადმი ვინმესთვის (რაიმესთვის) სიკეთის თხოვნა.  
**აღიარება** (აღიარებს ის მას) — საჯაროდ რაიმეს ცნობად მიღება.



V თავი.

**რეგიონი** — ქვეყნის ერთ-ერთი მხარე, კუთხე.  
**მესაქონლეობა** — საქონლის მოვლა-მოშენება.  
**გზაგასაყარი** — გზაჯვარედინი, გზების გადაკვეთის ადგილი.  
**დამპყრობელი** — ძალით, ომით, ვინმეს დამპყრობილებელი, მტერი.  
**ფაქტორი** — რამე მოვლენის ან პროცესის მიზეზი.  
**გასტრონომია** — საკვები პროდუქტები.  
**ლომი** — მსხვილად დაფქული სიმინდის ფაფა.  
**ლორი** — შაში.  
**მიწათმოქმედება** — მიწის დამუშავება.  
**ნოყიერი** — აქ ცხიმიანი, ყუათიანი საკვები.  
**მარგალიტი** — ძვირფასი ქვა.  
**უპირატესობა** — უკეთესი მდგომარეობა.  
**წალამი** — ვაზის მოჭრილი ტოტები, ლერწი.  
**თუთა** — თუთის ხის ტკბილი ნაყოფი.  
**კვანარახი** — ტყემლის დუღილით მიღებული წვენი.  
**ტყლაპი** — მოდუღებული ხილის მზებზე გამშრალი თხელი ფენა.  
**გამორჩეული** — განსხვავებული, არამსგავსი, საუკეთესო.  
**გუდა** — ცხვრის ტყავისგან შეკერილი პარკი.  
**ჩამოყალიბება** (აყალიბებს ის მას) — აქ: რამესთვის საბოლოო სახის მიცემა, რაიმეს დაარსება.  
**ნაირგვარი** — მრავალფეროვანი, მრავალი სახის.  
**განსაკუთრებით** — უპირატესად, საგანგებოდ.  
**შამფური** — ხორცის შესაწვავი ხის ან რკინის წვეტიანი ღერო.  
**ნაკვერცხალი** — ცეცხლმოკიდებული შეშის ნაწილები.  
**წააგავს** (ის მას) — ცოტათი ჰგავს.  
**ჭარბობს** (ის) — ზომამე მეტია.  
**შენელება** (ანელებს ის მას) — შეკაზმვა, შეზავება.  
**მოხმარება** (მოიხმარს ის მას) — გამოყენება.  
**ძარღვი** — აქ: მცენარის ფოთოლზე მსხვილი ხაზი.

**ნიუანსი** — ოდნავი განსხვავება.  
**შტრიხი** — წვრილმანი თვისება.  
**შიგადაშიგ** — აქა-იქ, ადგილ-ადგილ, ზოგან.  
**თავისებურება** — ვინმეს, რაიმეს განმასხვავებელი თვისება.  
**დანიტერესება** (ანიტერესებს ის მას) — ინტერესის გაჩენა.  
**შექლება** (შექლებს ის მას) — უნარის გამოჩენა.  
**გასინჯვა** (სინჯავს ის მას) — რამის ხარისხის გარკვევა, გემოს გაგება.  
**შეთავაზება** (სთავაზობს ის მას მას) — აქ: რამის შესახებ ინფორმაციის მიწოდება.  
**შესახედაობა** — გარეგნობა, იერი.  
**კონსისტენცია** — ნივთიერების სიმკვრივის ხარისხი.  
**მაყალი** — ცეცხლის დასანთები თავლია ღუმელი.  
**ღუმა** — ცხვრის ქონიანი კუდი.  
**წარჩინებული** — მოწინავე, საუკეთესო, აქ: სახელგანთქმული.  
**წაბლი** — მცენარე.  
**სამოთხის ვაშლი** — ვაშლის სახეობა (პატარა ზომის).  
**შინდი** — მცენარე.  
**წარმომადგენლები** — აქ: გვარის ერთ-ერთი წევრი.  
**უმეტესად** — უფრო ხშირად.  
**დადასტურება** (დადასტურებს ის მას) — დამტკიცდება, დამოწმება.  
**გამოყენება** (იყენებს ის მას) — მოხმარება, სარგებლობა.  
**გამოყოფა** (ყოფს ის მას) — გამორჩევა.  
**შემჩნევა** (შეიმჩნევა ის) — აქ: შეინიშნება.  
**დამაგრება** (ამაგრებს ის მას) — რაიმეს მყარად მოთავსება.  
**დამუშავება** (ამუშავებს ის მას) — რაიმესთვის გარკვეული ფორმის მიცემა.  
**ტრიალი** (ატრიალებს ის მას) — წრიული ბრუნვა.



VI თავი.

**ხელოვნება** — რაიმე პროფესიის სრულყოფილად ცოდნა.  
**დღესასწაულის აღნიშვნა** — აქ: საზეიმო სუფრის მოწყობა.  
**წოდება** — სახელი, რომელიც ადამიანს ენიჭება რაიმე დამსახურებისთვის, პროფესიონალიზმისათვის.  
**პაემანი** — შეყვარებული წყვილის შეხვედრა.  
**რეცეპტურა** — აქ: კერძების ინგრედიენტების შემადგენლობა.  
**კომბინაცია** — აქ: შეერთება, შეხამება.  
**თამამი** — გაბედული, უშიშარი;  
**მოლეკულა** — ნივთიერების უმცირესი ნაწილაკი.

**ინსტრუმენტი** — აქ: იარაღი ხელით სამუშაოსთვის.  
**ექსპერიმენტი** — ცდა.  
**ორთქლი** — გათბობის შედეგად სითხის გადასვლა აირისებურ მდგომარეობაში.  
**შედევრი** — ოსტატობის უმაღლესი მიღწევა.  
**სერვირება** — სუფრის გაწყობის ხელოვნება.  
**აქცენტი** — აქ: რაიმე აზრის, იდეის ხაზგასმა.  
**მიმართულება** — რისამე გზა, გეზი.  
**დანადგარი** — ადგილზე დამაგრებული რაიმე საგანი.

**ნაზავი** — ერთმანეთთან შეერთებული სხვადასხვა ნივთიერება.

**გაფორმება** (აფორმებს ის მას) — გალამაზება, მორთვა.

**განვითარება** (ავითარებს ის მას) — ერთი მდგომარეობიდან უფრო მაღალ მდგომარეობაში გადასვლა.

**მაღალი რანგის სტუმრები** — ცნობილი, გამოჩენილი ადამიანები (პოლიტიკოსები, კულტურის და განათლების სფეროს წარმომადგენლები).

**პასუხისმგებელი** — ხელმძღვანელი პირის მოვალეობა.

**კურატორი** — პირი, რომელსაც მინდობილი აქვს სამუშაოს მეთვალყურეობა.

**შეგირდი** — მოსწავლე.

**ეტიკეტი** — აქ: სუფრის გაწყობის განსაკუთრებული წესი.

**სათანადოდ** — შესაბამისად; აქ: რაიმეს ისე გაკეთება, როგორც საჭიროა.

**იმედების გაცრუება** — ვინმეზე დამყარებული რაღაც მოლოდინის ვერ შესრულება.

**თავის გართმევა** — რაიმეს კარგად შესრულება.

**აღქმა (აღიქვამს ის მას)** — სინამდვილის დანახვა, სინამდვილის ასახვა.

**გაცნობა (აცნობს ის მას მას)** — გაგებინება, შეტყობინება.

**გათვალისწინება (ითვალისწინებს ის მას)** — წინასწარ რაიმეს მოფიქრება.

**ოდიტგანვე** — თავიდანვე.

**კონცეფცია** — რაიმე მოვლენის ძირითადი აზრის, შეხედულების ჩამოყალიბება.

**სასადილო** — კვებისთვის განკუთვნილი დაწესებულება.

**მენიუ** — საჭმელების სია.

**თვითმომსახურება** — საკუთარი თავის მომსახურება.

**რესტორატორი** — რესტორნის პატრონი.

**მფლობელი** — რაიმეს პატრონი.

**მარკეტინგი** — გაყიდვა.

**მენეჯმენტი** — მართვა.

**ელიტური** — საუკეთესო, რჩეული.

**აღდგენა** (აღადგენს ის მას) — რაიმესთვის ძველი, წინანდელი სახის მიცემა.

**წახემსება** (წახემსებს ის) მცირე საკვების მიღება.

**წარმართვა** (წარმართავს ის მას) — საქმის ხელმძღვანელობა, საქმისთვის მიმართულების მიცემა.

**შოკი** — რეაქცია ძლიერ გამღიზიანებელზე.

**კიდე** — რაიმეს ზედაპირის ბოლო, უკიდურესი ნაწილი.

**დახვეწილი** — გემოვნებიანი, მაღალი სტანდარტის, საუკეთესო.

**მანერა** — ქცევის წესი.

**აერაცია** — განიავება, ბუნებრივი ვენტილაცია.

**დეგუსტაცია** — რაიმე პროდუქტის გემოს გასინჯვა, დაჭაშნიკება ხარისხის გამოსარკვევად.

**მჟავიანობა** — მჟავის შემცველობა რამეში.

**ტანინი** — მომწარო ნივთიერება, რომელსაც შეიცავს ყურძენი.

**დაუფლება** (დაუფლა ის მას) — აქ: სწავლა, შესწავლა.

**დაწვეთება** (დაწვეთა ის მას) — წვეთის დაცემა რაიმეზე.

**აჭრა** (აიჭრა ის) — აქ: ღვინის ამღვრევა, არევა.

**აღდგენა** (აღდგენს ის მას) — აქ: დამტკიცება.

**მოთავსება** (ათავსებს ის მას) — დაბინავება, ადგილის დაჭერა.

**შენიშვნები**

**I თავი.**

საკვები აუცილებელია საკვები აძლიერებს აძლიერებს გონებრივად ჯანსაღი კვება ხარისხიანი საკვები კვების რეჟიმი რეჟიმის დაცვა ავსებს ენერჯით გამომშრალი ჩირი გამომცხვარი პური დაჭრილი ბოსტნეული მოუხარშავი ხორცი

კულინარიული ხელოვნება კულინარიული სასწავლებელი სურსათის დამუშავების ტექნოლოგია კულინარიით გატაცებული შექმნილი ცოდნა ოცნების ასრულება სურსათის წარმოება ნედლეულის მოპოვება ტექნოლოგიური პროცესები

უვნებელი სურსათი სიცოცხლის დაცვა მავნებელი სურსათი თერმული დამუშავება გენური ინჟინერია/ გენმოდიფიცირება ჯვარედინი დაბინძურება ძირითადი ამოცანა ხელის შეწყობა საკვების წარმოება გლობალური შიმშილი ფართო მასშტაბი სურსათის უვნებლობის ნორმები

**II თავი.**

ფიზიკური განვითარება ხორცის დამუშავების პროცესი ხორცის დახარისხება სათანადო ტემპერატურა

ვეტერინარის მიერ შემოწმებული უპირატესობას ანიჭებს

მიმდინარე მოვლენები ეკოლოგიური ეკონომიკური რელიგიური } შეხედულება

**III თავი.**

გადამამუშავებელი საწარმო სტერილური რძე გადამდნარი კარაქი შედგენილი რძე მაჭიკის წვენი პასტერიზებული რძე დაფასოებული სურსათი

დაწრეტილი ყველი აჭრილი რძე რძის პასტერიზება გამომცხვარი პური გამოიყენება ასაფუებლად კონდიტერობას ვაპირებ სამუშაო ადგილი

სამუშაო გრაფიკი ხარისხზე ორიენტირებული შრომის ანაზღაურება საკონდიტრო ნაწარმი ტრადიციული წესით

**IV თავი.**

ალკოჰოლური სასმელი ნივთიერებათა ცვლა სისხლის მიმოქცევა დუღილის პროცესი არჩენის გაკეთება ზომიერების დაცვა ზომიერი გამოყენება ჩაის ნაყენი გაუმწელებელი კვირტი

ელიტური ჩაი დადებითად მოქმედებს ხანგრძლივი პროცესი დაფქული ყავა მოხალული ყავა ხსნადი ყავა ხილის დაქუცმაცება-გამოწურვა ხილისგან დამზადებული წვენები ფერისა და გემოს მიცემა

სინთეზური დამატკბობლები ველური ვაზი მნიშვნელოვანი ფაქტი ღვინის ჭურჭელი საამო სასმელი ქვევრის ღვინო კულტურული მემკვიდრეობა არამატერიალური კულტურის ძეგლები

**V თავი.**

რეგიონალური სამზარეულო  
გავლენა იქონიეს  
სამზარეულოს მარგალიტი  
ნოყიერი კერძი  
წამყვანი ადგილი  
კერძების შესაზავებლად  
გამორჩეული კერძები  
განსხვავებული საჭმელი  
შამფურზე აგებენ

ნაკვერცხალზე წვავენ  
ყველასათვის ცნობილი  
ფოთოლში გახვეული  
ფართოდ გამოიყენება  
დამახასიათებელი შტრიხი  
ყველაზე მეტად დამაინტერესა  
გაგიზიარებ ყველა ნიუანსს  
შიგადაშიგ ჩავდოთ

შევეცდები მოვამზადო  
ერთად გავსინჯოთ  
შევძლებთ გაკეთებას  
მინდა შემოგთავაზოთ  
შესახედაობით გამოირჩევა  
მომჟავო გემო  
შამფურზე შემწვარი  
გამორჩეული კერძები

**VI თავი.**

დღესასწაულის აღნიშვნა  
კულინარიული ხელოვნება  
საქმიანი შეხვედრა  
შეფ-მზარეულის მოვალეობა  
უმაღლესი წოდება  
კერძების გაფორმება  
თამამი კომბინაციები  
ავანგარდული კულინარია  
სერვირების ხელოვნება

სერვირების წესები  
საზეიმო მიღება  
საპასუხისმგებლო საქმე  
თავის გართმევა  
იმედების გაცრუება  
ოფიციალური მიღება  
მაღალი რანგის სტუმარი  
საზოგადოებრივი კვების ობიექტი  
საქმეებს წარმართავს

სწრაფი მომსახურება  
მომსახურების სტილი  
დახვეწილი გემოვნება  
ჰარმონიული წყვილი  
ღვინის ექსპერტი  
კერძებთან შეხამება  
ჟანგბადის შოკი  
ღვინის ბარათი  
ჟანგბადის ნაკადი

პირველი თავი						
საწყისი (რა?)	ახლანდელი დრო (რას შვრება?)	წარსული დრო		მომავალი დრო		წარსული დრო   თურმეობითი (რა უქნია?)
		(რას შვრებოდა?)	(რა ქნა?)	(რას იზამს?)	(რა (უნდა) ქნას?)	
გაძლიერება	აძლიერებს (ის მას) ძლიერდება (ის)	აძლიერებდა (ის მას) ძლიერდებოდა (ის)	გააძლიერა (მან ის) გაძლიერდა (ის)	გააძლიერებს (ის მას) გაძლიერდება (ის)	გააძლიეროს (მან ის) გაძლიერდეს (ის)	გაუძლიერებია (მას ის) გაძლიერებულა (ის)
დაცვა	იცავს (ის მას)	იცავდა (ის მას)	დაიცვა (მან ის)	დაიცავს (ის მას)	დაიცვას (მან ის)	დაუცავს (მას ის)
განვითარება	ავითარებს (ის მას) ვითარდება (ის)	ავითარებდა (ის მას) ვითარდებოდა (ის)	განავითარა (მან ის) განვითარდა (ის)	განავითარებს (ის მას) განვითარდება (ის)	განავითაროს (მან ის) განვითარდეს (ის)	განუვითარებია (მას ის) განვითარებულა (ის)
ავსება	ავსებს (ის მას) ივსება (ის)	ავსებდა (ის მას) ივსებოდა (ის)	აავსო (მან ის) აივსო (ის)	აავსებს (ის მას) აივსება (ის)	აავსოს (მან ის) აივსოს (ის)	აუვსია (მას ის) ავსებულა (ის)
გათვალისწინება	ითვალისწინებს (ის მას)	ითვალისწინებდა (ის მას)	გათვალისწინა (მან ის)	გათვალისწინებს (ის მას)	გათვალისწინოს (მან ის)	გათვალისწინებია (მას ის)
გამოცხობა	აცხობს (ის მას) ცხვება (ის)	აცხობდა (ის მას) ცხვებოდა (ის)	გამოაცხო (მან ის) გამოცხვა (ის)	გამოაცხობს (ის მას) გამოცხვება (ის)	გამოაცხოს (მან ის) გამოცხვდეს (ის)	გამოუცხვია (მას ის) გამოცხვარა (ის)
მომზადება	ამზადებს (ის მას) მზადდება (ის)	ამზადებდა (ის მას) მზადდებოდა (ის)	მოამზადა (მან ის) მომზადდა (ის)	მოამზადებს (ის მას) მომზადდება (ის)	მოამზადოს (მან ის) მომზადდეს (ის)	მოუმზადებია (მას ის) მომზადებულა (ის)
შექება	აქებს (ის მას)	აქებდა (ის მას)	შეაქო (მან ის)	შეაქებს (ის მას)	შეაქოს (მან ის)	შეუქია (მას ის)
შეძენა	იძენს (ის მას)	იძენდა (ის მას)	შეიძინა (მან ის)	შეიძენს (ის მას)	შეიძინოს (მან ის)	შეუძენია (მას ის)
განცალკევება	აცალკევებს (ის მას) ცალკევდება (ის)	აცალკევებდა (ის მას) ცალკევდებოდა (ის)	განაცალკევა (მან ის) განცალკევდა (ის)	განაცალკევებს (ის მას) განცალკევდება (ის)	განაცალკევოს (მან ის) განცალკევდეს (ის)	განუცალკევებია (მას ის) განცალკევებულა (ის)
მოყვანა	მოჰყავს (მას ის)	მოჰყავდა (მას ის)	მოიყვანა (მას ის)	მოიყვანს (ის მას)	მოიყვანოს (მან ის)	მოუყვანია (მას ის)
შეგროვება	აგროვებს (ის მას) გროვდება (ის)	აგროვებდა (ის მას) გროვდებოდა (ის)	შეაგროვა (მან ის) შეგროვდა (ის)	შეაგროვებს (ის მას) შეგროვდება (ის)	შეაგროვოს (მან ის) შეგროვდეს (ის)	შეუგროვებია (მას ის) შეგროვებულა (ის)
გაფცქვნა	ფცქვნის (ის მას) იფცქვნება (ის)	ფცქვნიდა (ის მას) იფცქვნებოდა (ის)	გაფცქვნა (მან ის) გაიფცქვნა (ის)	გაფცქვნის (ის მას) გაიფცქვნება (ის)	გაფცქვნას (მან ის) გაიფცქვნას (ის)	გაუფცქვნია (მას ის) გაფცქვნილა (ის)
გათლა	თლის (ის მას) ითლება (ის)	თლიდა (ის მას) ითლებოდა (ის)	გათალა (მან ის) გაითალა (ის)	გათლის (ის მას) გაითლება (ის)	გათალოს (მან ის) გაითალოს (ის)	გათულია (მას ის) გაითლილა (ის)
დაჭრა	ჭრის (ის მას) იჭრება (ის)	ჭრიდა (ის მას) იჭრებოდა (ის)	დაჭრა (მან ის) დაიჭრა (ის)	დაჭრის (ის მას) დაიჭრება (ის)	დაჭრას (მან ის) დაიჭრას (ის)	დაუჭრია (მას ის) დაჭრილა (ის)
მოხარშვა	ხარშავს (ის მას) იხარშება (ის)	ხარშავდა (ის მას) იხარშებოდა (ის)	მოხარშა (მან ის) მოიხარშა (ის)	მოხარშავს (ის მას) მოიხარშება (ის)	მოხარშოს (მან ის) მოიხარშოს (ის)	მოუხარშავს (მას ის) მოხარშულა (ის)
შეწვა	წვავს (ის მას) იწვება (ის)	წვავდა (ის მას) იწვებოდა (ის)	შეწვა (მან ის) შეიწვა (ის)	შეწვავს (ის მას) შეიწვება (ის)	შეწვას (მან ის) შეიწვას (ის)	შეუწვავს (მას ის) შემწვარა (ის)
მოშუშვა	შუშავს (ის მას) იშუშება (ის)	შუშავდა (ის მას) იშუშებოდა (ის)	მოშუშა (მან ის) მოიშუშა (ის)	მოშუშავს (ის მას) მოიშუშება (ის)	მოშუშოს (მან ის) მოიშუშოს (ის)	მოუშუშავს (მას ის) მოშუშულა (ის)
გათუთქვა	თუთქავს (ის მას) ითუთქება (ის)	თუთქავდა (ის მას) ითუთქებოდა (ის)	გათუთქა (მან ის) გაითუთქა (ის)	გათუთქავს (ის მას) გაითუთქება (ის)	გათუთქოს (მან ის) გაითუთქოს (ის)	გათუთქავს (მას ის) გაითუთქულა (ის)

საწყისი (რა?)	ახლანდელი დრო (რას შვრება?)	წარსული დრო		მომავალი დრო		წარსული დრო I თურმეობითი (რა უქნია?)
		(რას შვრებოდა?)	(რა ქნა?)	(რას იზამს?)	(რა უნდა ქნას?)	
შეფუთვა	ფუთავს (ის მას) იფუთება (ის)	ფუთავდა (ის მას) იფუთებოდა (ის)	შეფუთა (მან ის) შეიფუთა (ის)	შეფუთავს (ის მას) შეიფუთება (ის)	შეფუთოს (მან ის) შეიფუთოს (ის)	შეფუთავს (მას ის) შეფუთულა (ის)
გადარჩევა	არჩევს (ის მას) ირჩევა (ის)	არჩევდა (ის მას) ირჩეოდა (ის)	გადარჩია (მან ის) გადარჩა (ის)	გადარჩევს (ის მას) გადარჩევა (ის)	გადარჩიოს (მან ის) გადარჩიოს (ის)	გადარჩევი (მას ის) გადარჩეულა (ის)
დახარისხება	ახარისხებს (ის მას) ხარისხდება (ის)	ახარისხებდა (ის მას) ხარისხდებოდა (ის)	დახარისხა (მან ის) დახარისხდა (ის)	დახარისხებს (ის მას) დახარისხდება (ის)	დახარისხოს (მან ის) დახარისხდეს (ის)	დაუხარისხებია (მას ის) დახარისხებულა (ის)
დამუშავება	ამუშავებს (ის მას) მუშავდება (ის)	ამუშავებდა (ის მას) მუშავდებოდა (ის)	დამუშავა (მან ის) დამუშავდა (ის)	დამუშავებს (ის მას) დამუშავდება (ის)	დამუშავოს (მან ის) დამუშავდეს (ის)	დამუშავებია (მას ის) დამუშავებულა (ის)
დამზადება	ამზადებს (ის მას) მზადდება (ის)	ამზადებდა (ის მას) მზადდებოდა (ის)	დამზადა (მან ის) დამზადდა (ის)	დამზადებს (ის მას) დამზადდება (ის)	დამზადლოს (მან ის) დამზადდეს (ის)	დამზადებია (მას ის) დამზადებულა (ის)
შენახვა	ინახავს (ის მას) ინახება (ის)	ინახავდა (ის მას) ინახებოდა (ის)	შენახა (მან ის) შეინახა (ის)	შენახავს (ის მას) შეინახება (ის)	შენახოს (მან ის) შეინახოს (ის)	შენახავს (მას ის) შენახულა (ის)
გარეცხვა	რეცხავს (ის მას) ირეცხება (ის)	რეცხავდა (ის მას) ირეცხებოდა (ის)	გარეცხა (მან ის) გაირეცხა (ის)	გარეცხავს (ის მას) გაირეცხება (ის)	გარეცხოს (მან ის) გაირეცხოს (ის)	გაურეცხავს (მას ის) გაურეცხავს (ის)
შეხვევა	ახვევს (ის მას) იხვევა (ის)	ახვევდა (ის მას) იხვეოდა (ის)	გახვია (მან ის) გაიხვა (ის)	გახვევს (ის მას) გაიხვევა (ის)	გახვიოს (მან ის) გაიხვეს (ის)	გაუხვევია (მას ის) გახვეულა (ის)
მოტანა	მოაქვს (მას ის)	მოჰქონდა (მას ის)	მოიტანა (მან ის)	მოიტანს (ის მას)	მოიტანოს (მან ის)	მოუტანია (მას ის)
<b>მეორე თავი</b>						
დაკეპვა	კეპავს (ის მას) იკეპება (ის)	კეპავდა (ის მას) იკეპებოდა (ის)	დაკეპა (მან ის) დაიკეპა (ის)	დაკეპავს (ის მას) დაიკეპება (ის)	დაკეპოს (მან ის) დაიკეპოს (ის)	დაუკეპია (მას ის) დაკეპილა (ის)
დაბეგვა	ბეგავს (ის მას) იბეგვება (ის)	ბეგავდა (ის მას) იბეგვებოდა (ის)	დაბეგვა (მან ის) დაიბეგვა (ის)	დაბეგავს (ის მას) დაიბეგვება (ის)	დაბეგვოს (მან ის) დაიბეგვოს (ის)	დაუბეგვია (მას ის) დაბეგვილა (ის)
შერჩევა	არჩევს (ის მას) ირჩევა (ის)	არჩევდა (ის მას) ირჩეოდა (ის)	შეარჩია (მან ის) შეირჩა (ის)	შეარჩევს (ის მას) შეირჩევა (ის)	შეარჩიოს (მან ის) შეირჩეს (ის)	შეურჩევია (მას ის) შერჩეულა (ის)
გადაწყვეტა	წყვეტს (ის მას) წყდება (ის)	წყვეტდა (ის მას) წყდებოდა (ის)	გადაწყვიტა (მან ის) გადაწყდა (ის)	გადაწყვეტს (ის მას) გადაწყდება (ის)	გადაწყვიტოს (მან ის) გადაწყდეს (ის)	გადაუწყვეტია (მას ის) გადაწყვეტილა (ის)
დამახსოვრება	იმახსოვრებს (ის მას)	იმახსოვრებდა (ის მას)	დამახსოვრა (მან ის)	დამახსოვრებს (ის მას)	დამახსოვროს (მან ის)	დაუმახსოვრებია (მას ის)
გამოშიგვნა	შიგნავს (ის მას) იშიგნება (ის)	შიგნავდა (ის მას) იშიგნებოდა (ის)	გამოშიგნა (მან ის) გამოშიგნა (ის)	გამოშიგნავს (ის მას) გამოშიგნება (ის)	გამოშიგნოს (მან ის) გამოშიგნოს (ის)	გამოუშიგნავს (მას ის) გამოშიგნულა (ის)
გაპუტვა	პუტავს (ის მას) იპუტება (ის)	პუტავდა (ის მას) იპუტებოდა (ის)	გაპუტა (მან ის) გაიპუტა (ის)	გაპუტავს (ის მას) გაიპუტება (ის)	გაპუტოს (მან ის) გაიპუტოს (ის)	გაუპუტავს (მას ის) გაპუტულა (ის)
შეტრუსვა	ტრუსავს (ის მას) იტრუსება (ის)	ტრუსავდა (ის მას) იტრუსებოდა (ის)	შეტრუსა (მან ის) შეიტრუსა (ის)	შეტრუსავს (ის მას) შეიტრუსება (ის)	შეტრუსოს (მან ის) შეიტრუსოს (ის)	შეუტრუსავს (მას ის) შეტრუსულა (ის)
ათვისება	ითვისებს (ის მას)	ითვისებდა (ის მას)	ათვისა (მან ის)	ათვისებს (ის მას)	ათვისოს (მან ის)	აუთვისებია (მას ის)
ტრაბახი	ტრაბახობს (ის)	ტრაბახობდა (ის)	იტრაბახა (მან ის)	იტრაბახებს (ის)	იტრაბახოს (მან ის)	უტრაბახია (მას ის)
დამტკიცება	ამტკიცებს (ის მას) მტკიცდება (ის)	ამტკიცებდა (ის მას) მტკიცდებოდა (ის)	დამტკიცა (მან ის) დამტკიცდა (ის)	დამტკიცებს (ის მას) დამტკიცდება (ის)	დამტკიცოს (მან ის) დამტკიცდეს (ის)	დაუმტკიცებია (მას ის) დამტკიცებულა (ის)

სასურსათო ტექნოლოგია

საწყისი (რა?)	ახლანდელი დრო (რას შვრება?)	წარსული დრო		მომავალი დრო		წარსული დრო   თურმეობითი (რა უქნია?)
		(რას შვრებოდა?)	(რა ქნა?)	(რას იზამს?)	(რა უნდა ქნას?)	
გაცლა	აცლის (ის მას მას) ეცლება (ის მას)	აცილიდა (ის მას მას) ეცლებოდა (ის მას)	გააცალა (მან მას ის) გაეცალა (ის მას)	გააცლის (ის მას მას) გაეცლება (ის მას)	გააცალოს (მან მას ის) გაეცალოს (ის მას)	გაუცლია (მას ის) გაცლია (ის მას)
გასუფთავება	ასუფთავებს (ის მას) სუფთავდება (ის)	ასუფთავებდა (ის მას) სუფთავდებოდა (ის)	გაასუფთავა (მან ის) გასუფთავდა (ის)	გაასუფთავებს (ის მას) გასუფთავდება (ის)	გაასუფთავოს (მან ის) გასუფთავდეს (ის)	გაუსუფთავებია (მას ის) გასუფთავებულა (ის)
აჭრა	აჭრის (ის მას მას) ეჭრება (ის მას)	აჭრიდა (ის მას მას) ეჭრებოდა (ის მას)	ააჭრა (მან მას ის) აეჭრა (ის მას)	ააჭრის (ის მას მას) აეჭრება (ის მას)	ააჭრას (მან მას ის) აეჭრას (ის მას)	აუჭრია (მას ის) ასჭრია (ის მას)
მოშორება	აშორებს (ის მას მას) შორდება (ის მას)	აშორებდა (ის მას მას) შორდებოდა (ის მას)	მოაშორა (მან მას ის) მოშორდა (ის მას)	მოაშორებს (ის მას მას) მოშორდება (ის მას)	მოაშოროს (მან მას ის) მოშორდეს (ის მას)	მოუშორებია (მას ის) მოშორებულა (ის მას)
გარეცხვა	რეცხავს (ის მას) ირეცხება (ის)	რეცხავდა (ის მას) ირეცხებოდა (ის)	გარეცხა (მან ის) გაირეცხა (ის)	გარეცხავს (ის მას) გაირეცხება (ის)	გარეცხოს (მან ის) გაირეცხოს (ის)	გაურეცხავს (მას ის) გარეცხილა (ის)
ჩაყრა	ყრის (ის მას) იყრება (ის)	ყრიდა (ის მას) იყრებოდა (ის)	ჩაყარა (მან ის) ჩაიყარა (ის)	ჩაყრის (ის მას) ჩაიყრება (ის)	ჩაყაროს (მან ის) ჩაიყაროს (ის)	ჩაუყრია (მას ის) ჩაყრილა (ის)
დასხმა	ასხამს (ის მას მას) ესხმება (ის მას)	ასხამდა (ის მას მას) ესხმებოდა (ის მას)	დაასხა (მან მას ის) დაესხა (ის მას)	დაასხამს (ის მას მას) დაესხმება (ის მას)	დაასხას (მან მას ის) დაესხას (ის მას)	დაუსხამს (მას ის) დასხმია (ის მას)
ადუღება	ადუღებს (ის მას) დუღდება (ის)	ადუღებდა (ის მას) დუღდებოდა (ის)	აადუღა (მან ის) ადუღდა (ის)	აადუღებს (ის მას) ადუღდება (ის)	აადუღოს (მან ის) ადუღდეს (ის)	აუდუღებია (მას ის) ადუღებულა (ის)
გათუქვა	თუთქავს (ის მას) ითუთქება (ის)	თუთქავდა (ის მას) ითუთქებოდა (ის)	გათუქა (მან ის) გათუთქა (ის)	გათუთქავს (ის მას) გათუთქება (ის)	გათუთქოს (მან ის) გათუთქოს (ის)	გათუთქავს (მას ის) გათუთქულა (ის)
გაცივება	აცივებს (ის მას) ცივდება (ის)	აცივებდა (ის მას) ცივდებოდა (ის)	გაცივა (მან ის) გაცივდა (ის)	გაცივებს (ის მას) გაცივდება (ის)	გაცივოს (მან ის) გაცივდეს (ის)	გაუცივებია (მას ის) გაცივებულა (ის)
გაწურვა	წურავს (ის მას) იწურება (ის)	წურავდა (ის მას) იწურებოდა (ის)	გაწურა (მან ის) გაიწურა (ის)	გაწურავს (ის მას) გაიწურება (ის)	გაწუროს (მან ის) გაიწუროს (ის)	გაუწურავს (მას ის) გაწურულა (ის)
გატარება	ატარებს (ის მას) ტარდება (ის)	ატარებდა (ის მას) ტარდებოდა (ის)	გატარა (მან ის) გატარდა (ის)	გატარებს (ის მას) გატარდება (ის)	გატაროს (მან ის) გატარდეს (ის)	გაუტარებია (მას ის) გატარებულა (ის)
დამატება	ამატებს (ის მას მას) ემატება (ის მას)	ამატებდა (ის მას მას) ემატებოდა (ის მას)	დაამატა (მან მას ის) დაემატა (ის მას)	დაამატებს (ის მას მას) დაემატება (ის მას)	დაამატოს (მან მას ის) დაემატოს (ის მას)	დაუმატებია (მას ის) დამატებია (ის მას)
შერევა	ურევს (ის მას მას) ერევა (ის მას)	ურევდა (ის მას მას) ერეოდა (ის მას)	შეურია (მან მას ის) შეერია (ის მას)	შეურევს (ის მას მას) შეერევა (ის მას)	შეურეოს (მან მას ის) შეერეოს (ის მას)	შეურევია (მას ის) შერევია (ის მას)
აზღელა	ზღელს (ის მას) იზღილება (ის)	ზღელდა (ის მას) იზღილებოდა (ის)	აზღილა (მან ის) აიზღილა (ის)	აზღელს (ის მას) აიზღილება (ის)	აზღილოს (მან ის) აიზღილოს (ის)	აუზღელია (მას ის) აზღილია (ის)
მორთვა	რთავს (ის მას) ირთვება (ის)	რთავდა (ის მას) ირთვებოდა (ის)	მორთო (მან ის) მოირთო (ის)	მორთავს (ის მას) მოირთვება (ის)	მორთოს (მან ის) მოირთოს (ის)	მორთავს (მას ის) მორთულა (ის)

საწყისი (რა?)	ახლანდელი დრო (რას შვრება?)	წარსული დრო		მომავალი დრო		წარსული დრო   თურმეობითი (რა უქნია?)
		(რას შვრებოდა?)	(რა ქნა?)	(რას იზამს?)	(რა (უნდა) ქნას?)	
<b>მესამე თავი</b>						
<b>წარმოება</b>	აწარმოებს (ის მას) იწარმოება (ის)	აწარმოებდა (ის მას) იწარმოებოდა (ის)	აწარმოა (მან ის) იწარმოა (ის)	აწარმოებს (ის მას) იწარმოება (ის)	აწარმოოს (მან ის) იწარმოოს (ის)	უწარმოებია (მას ის) წარმოებულა (ის)
<b>გადაამუშავება</b>	ამუშავებს (ის მას) მუშავდება (ის)	ამუშავებდა (ის მას) მუშავდებოდა (ის)	გადაამუშავა (მან ის) გადაამუშავა (ის)	გადაამუშავებს (ის მას) გადაამუშავდება (ის)	გადაამუშავოს (მან ის) გადაამუშავდეს (ის)	გადაამუშავებია (მას ის) გადაამუშავებულა (ის)
<b>აღვებს</b>	აღვებს (ის მას) იღვებიება (ის)	აღვებდა (ის მას) იღვებიებოდა (ის)	აღვება (მან ის) აიღვება (ის)	აღვებს (ის მას) აიღვებიება (ის)	აღვებოს (მან ის) აიღვებოს (ის)	აუღვებია (მას ის) აღვებილა (ის)
<b>დაფასობება</b>	აფასობს (ის მას) ფასოვდება (ის)	აფასობდა (ის მას) ფასოვდებოდა (ის)	დააფასოვა (მან ის) დააფასოვდა (ის)	დააფასობს (ის მას) დააფასობება (ის)	დააფასოვოს (მან ის) დააფასოვდეს (ის)	დაუფასობია (მას ის) დააფასობულა (ის)
<b>დადნობა</b>	ადნობს (ის მას) დნება (ის)	ადნობდა (ის მას) დნებოდა (ის)	დაადნო (მან ის) დაადა (ის)	დაადნობს (ის მას) დაადა (ის)	დაადნოს (მან ის) დაადა (ის)	დაუდნია (მას ის) დაამდა (ის)
<b>გადადნობა</b>	ადნობს (ის მას) დნება (ის)	ადნობდა (ის მას) დნებოდა (ის)	გადაადნო (მან ის) გადაადა (ის)	გადაადნობს (ის მას) გადაადა (ის)	გადაადნოს (მან ის) გადაადა (ის)	გადაუდნია (მას ის) გადაამდა (ის)
<b>მოგროვება</b>	აგროვებს (ის მას) გროვდება (ის)	აგროვებდა (ის მას) გროვდებოდა (ის)	მოაგროვა (მან ის) მოგროვდა (ის)	მოაგროვებს (ის მას) მოგროვდება (ის)	მოაგროვოს (მან ის) მოგროვდეს (ის)	მოუგროვებია (მას ის) მოგროვებულა (ის)
<b>გახვრეტა</b>	ხვრეტს (ის მას) იხვრიტება (ის)	ხვრეტდა (ის მას) იხვრიტებოდა (ის)	გახვრიტა (მან ის) გაიხვრიტა (ის)	გახვრეტს (ის მას) გაიხვრიტება (ის)	გახვრიტოს (მან ის) გაიხვრიტოს (ის)	გაუხვრეტია (მას ის) გახვრეტილა (ის)
<b>დაპრესვა</b>	პრესავს (ის მას) იპრესება (ის)	პრესავდა (ის მას) იპრესებოდა (ის)	დაპრესა (მან ის) დაიპრესა (ის)	დაპრესავს (ის მას) დაიპრესება (ის)	დაპრესოს (მან ის) დაიპრესოს (ის)	დაუპრესავს (მას ის) დაპრესილა (ის)
<b>შედება</b>	აღედებს (ის მას) დედება (ის)	აღედებდა (ის მას) დედებოდა (ის)	შეაღედა (მან ის) შეაღედა (ის)	შეაღედებს (ის მას) შეაღედება (ის)	შეაღედოს (მან ის) შეაღედდეს (ის)	შეუღედებია (მას ის) შეაღედებულა (ის)
<b>გაშრობა</b>	აშრობს (ის მას) შრება (ის)	აშრობდა (ის მას) შრებოდა (ის)	გააშრო (მან ის) გააშრა (ის)	გააშრობს (ის მას) გააშრება (ის)	გააშროს (მან ის) გააშრეს (ის)	გაუშროა (მას ის) გააშრა (ის)
<b>გაყინვა</b>	ყინავს (ის მას) იყინება (ის)	ყინავდა (ის მას) იყინებოდა (ის)	გაყინა (მან ის) გაიყინა (ის)	გაყინავს (ის მას) გაიყინება (ის)	გაყინოს (მან ის) გაიყინოს (ის)	გაუყინავს (მას ის) გაყინულა (ის)
<b>აფუება</b>	აფუებს (ის მას) ფუდება (ის)	აფუებდა (ის მას) ფუდებოდა (ის)	ააფუა (მან ის) ააფუა (ის)	ააფუებს (ის მას) ააფუდება (ის)	ააფუოს (მან ის) ააფუდეს (ის)	აუფუებია (მას ის) ააფუებულა (ის)
<b>დაყოვნება</b>	აყოვნებს (ის მას) ყოვნდება (ის)	აყოვნებდა (ის მას) ყოვნდებოდა (ის)	დააყოვნა (მან ის) დააყოვნა (ის)	დააყოვნებს (ის მას) დააყოვნდება (ის)	დააყოვნოს (მან ის) დააყოვნდეს (ის)	დაუყოვნებია (მას ის) დააყოვნებულა (ის)
<b>დაჭყლეტა</b>	ჭყლეტს (ის მას) იჭყლიტება (ის)	ჭყლეტდა (ის მას) იჭყლიტებოდა (ის)	დაჭყლიტა (მან ის) დაიჭყლიტა (ის)	დაჭყლეტს (ის მას) დაიჭყლიტება (ის)	დაჭყლიტოს (მან ის) დაიჭყლიტოს (ის)	დაუჭყლეტია (მას ის) დაჭყლეთილა (ის)

სასურსათო ტექნოლოგია

საწყისი (რა?)	ახლანდელი დრო (რას შვრება?)	წარსული დრო		მომავალი დრო		წარსული დრო   თურმეობითი (რა უქნია?)
		(რას შვრებოდა?)	(რა ქნა?)	(რას იზამს?)	(რა უნდა ქნას?)	
დადასტურება	ადასტურებს (ის მას) დასტურდება (ის)	ადასტურებდა (ის მას) დასტურდებოდა (ის)	დაადასტურა (მან ის) დადასტურდა (ის)	დაადასტურებს (ის მას) დადასტურდება (ის)	დაადასტუროს (მან ის) დადასტურდეს (ის)	დაუდასტურებია (მას ის) დადასტურებულა (ის)
შენარჩუნება	ინარჩუნებს (ის მას) -	ინარჩუნებდა (ის მას) -	შეინარჩუნა (მან ის) შენარჩუნდა (ის)	შეინარჩუნებს (ის მას) შენარჩუნდება (ის)	შეინარჩუნოს (მან ის) შენარჩუნდეს (ის)	შეუნარჩუნებია (მას ის) შენარჩუნებულა (ის)
შეთავაზება	სთავაზობს (ის მას მას)	სთავაზობდა (ის მას მას)	შესთავაზა (მან მას ის)	შესთავაზებს (ის მას მას)	შესთავაზოს (მან მას ის)	შეუთავაზებია (მას ის)
<b>მეოთხე ტაბი</b>						
დაქვეითება	აქვეითებს (ის მას) ქვეითდება (ის)	აქვეითებდა (ის მას) ქვეითდებოდა (ის)	დააქვეითა (მან ის) დაქვეითდა (ის)	დააქვეითებს (ის მას) დაქვეითდება (ის)	დააქვეითოს (მან ის) დაქვეითდეს (ის)	დაუქვეითებია (მას ის) დაქვეითებულა (ის)
გალიზიანება	აღიზიანებს (ის მას) ღიზიანდება (ის)	აღიზიანებდა (ის მას) ღიზიანდებოდა (ის)	გააღიზიანა (მან ის) გაღიზიანდა (ის)	გააღიზიანებს (ის მას) გაღიზიანდება (ის)	გააღიზიანოს (მან ის) გაღიზიანდეს (ის)	გაუღიზიანებია (მას ის) გაღიზიანებულა (ის)
დათრობა	ათრობს (ის მას) თვრება (ის)	ათრობდა (ის მას) თვრებოდა (ის)	დაათრო (მან ის) დათვრა (ის)	დაათრობს (ის მას) დათვრება (ის)	დაათროს (მან ის) დათვრეს (ის)	დაუთვრია (მას ის) დამთვრალა (ის)
ლოთობა	ლოთობს (ის მას) ლოთდება (ის)	ლოთობდა (ის მას) ლოთდებოდა (ის)	გაალოთა (მან ის) გალოთდა (ის)	გაალოთებს (ის მას) გალოთდება (ის)	გაალოთოს (მან ის) გალოთდეს (ის)	გაულოთებია (მას ის) გალოთებულა (ის)
მოკრეფა	კრეფს (ის მას) იკრეფება (ის)	კრეფდა (ის მას) იკრეფებოდა (ის)	მოკრეფა (მან ის) მოიკრეფა (ის)	მოკრეფს (ის მას) მოიკრეფება (ის)	მოკრეფოს (მან ის) მოიკრეფოს (ის)	მოუკრეფია (მას ის) მოკრეფილა (ის)
მოხალვა	ხალავს (ის მას) იხალება (ის)	ხალავდა (ის მას) იხალებოდა (ის)	მოხალა (მან ის) მოიხალა (ის)	მოხალავს (ის მას) მოიხალება (ის)	მოხალოს (მან ის) მოიხალოს (ის)	მოუხალავს (მას ის) მოხალულა (ის)
შეზავება	აზავებს (ის მას) ზავდება (ის)	აზავებდა (ის მას) ზავდებოდა (ის)	შეაზავა (მან ის) შეზავდა (ის)	შეაზავებს (ის მას) შეზავდება (ის)	შეაზავოს (მან ის) შეზავდეს (ის)	შეუზავებია (მას ის) შეზავებულა (ის)
დალოცვა	ლოცავს (ის მას) ილოცება (ის)	ლოცავდა (ის მას)	დალოცა (მან ის)	დალოცავს (ის მას)	დალოცოს (მან ის)	დაულოცავს (მას ის)
<b>მეხუთე ტაბი</b>						
ჩამოყალიბება	აყალიბებს (ის მას) ყალიბდება (ის)	აყალიბებდა (ის მას) ყალიბდებოდა (ის)	ჩამოყალიბა (მან ის) ჩამოყალიბდა (ის)	ჩამოყალიბებს (ის მას) ჩამოყალიბდება (ის)	ჩამოყალიბოს (მან ის) ჩამოყალიბდეს (ის)	ჩამოყალიბებია (მას ის) ჩამოყალიბებულა (ის)
შენელება	ანელებს (ის მას) ნელდება (ის)	ანელებდა (ის მას) ნელდებოდა (ის)	შენელა (მან ის) შენელდა (ის)	შენელებს (ის მას) შენელდება (ის)	შენელოს (მან ის) შენელდეს (ის)	შეუნელებია (მას ის) შენელებულა (ის)
შეკმაზვა	კმაზავს (ის მას) იკმაზება (ის)	კმაზავდა (ის მას) იკმაზებოდა (ის)	შეკმაზა (მან ის) შეიკმაზა (ის)	შეკმაზავს (ის მას) შეიკმაზება (ის)	შეკმაზოს (მან ის) შეიკმაზოს (ის)	შეუკმაზია (მას ის) შეკმაზულა (ის)
მოხმარება	ხმარობს (ის მას) იხმარება (ის)	ხმარობდა (ის მას) იხმარებოდა (ის)	მოიხმარა (მან ის)	მოიხმარს (ის მას)	მოიხმაროს (მან ის)	მოუხმარია (მას ის)

საწყისი (რა?)	ახლანდელი დრო (რას შვრება?)	წარსული დრო		მომავალი დრო		წარსული დრო   თურმეობითი (რა უქნია?)
		(რას შვრებოდა?)	(რა ქნა?)	(რას იზამს?)	(რა უნდა ქნას?)	
<b>გამოყენება</b>	იყენებს (ის მას) გამოიყენება (ის)	იყენებდა (ის მას) გამოიყენებოდა (ის)	გამოიყენა (მან ის)	გამოიყენებს (ის მას)	გამოიყენოს (მან ის)	გამოიყენებია (მას ის) გამოიყენებულა (ის)
<b>გასინჯვა</b>	სინჯავს (ის მას) ისინჯება (ის)	სინჯავდა (ის მას) ისინჯებოდა (ის)	გასინჯა (მან ის) გაისინჯა (ის)	გასინჯავს (ის მას) გაისინჯება (ის)	გასინჯოს (მან ის) გაისინჯოს (ის)	გაუსინჯავს (მას ის) გაისინჯულა (ის)
<b>დამაგრება</b>	ამაგრებს (ის მას) მაგრდება (ის)	ამაგრებდა (ის მას) მაგრდებოდა (ის)	დამაგრა (მან ის) დამაგრდა (ის)	დამაგრებს (ის მას) დამაგრდება (ის)	დამაგროს (მან ის) დამაგრდეს (ის)	დაუმაგრებია (მას ის) დამაგრებულა (ის)
<b>დატრიალება</b>	ატრიალებს (ის მას) ტრიალდება (ის)	ატრიალებდა (ის მას) ტრიალდებოდა (ის)	დაატრიალა (მან ის) დატრიალდა (ის)	დაატრიალებს (ის მას) დატრიალდება (ის)	დაატრიალოს (მან ის) დატრიალდეს (ის)	დაუტრიალებია (მას ის) დატრიალებულა (ის)
<b>შექმნა თავი</b>						
<b>გაფორმება</b>	აფორმებს (ის მას) ფორმდება (ის)	აფორმებდა (ის მას) ფორმდებოდა (ის)	გააფორმა (მან ის) გაფორმდა (ის)	გააფორმებს (ის მას) გაფორმდება (ის)	გააფორმოს (მან ის) გაფორმდეს (ის)	გაუფორმებია (მას ის) გაფორმებულა (ის)
<b>აღქმა</b>	აღიქვამს (ის მას) აღიქმება (ის)	აღიქვამდა (ის მას) აღიქმებოდა (ის)	აღიქვა (მან ის) აღიქვა (ის)	აღიქვამს (ის მას) აღიქმება (ის)	აღიქვას (მან ის) აღიქმეს (ის)	აღუქვამს (მას ის) აღქმულა (ის)
<b>გათვალისწინება</b>	ითვალისწინებს (ის მას)	ითვალისწინებდა (ის მას)	გაითვალისწინა (მან ის)	გაითვალისწინებს (ის მას)	გაითვალისწინოს (მან ის)	გაუთვალისწინებია (მას ის)
<b>წარმართვა</b>	მართავს (ის მას) იმართება (ის)	მართავდა (ის მას) იმართებოდა (ის)	წარმართა (მან ის) წარიმართა (ის)	წარმართავს (ის მას) წარიმართება (ის)	წარმართოს (მან ის) წარიმართოს (ის)	წარუმართავს (მას ის) წარმართულა (ის)
<b>დაუფლება</b>	აუფლებს (ის მას მას) ეუფლება (ის მას)	აუფლებდა (ის მას მას) ეუფლებოდა (ის მას)	დააუფლა (მან მას ის) დაეუფლა (ის მას)	დააუფლებს (ის მას მას) დაეუფლება (ის მას)	დააუფლოს (მან მას ის) დაეუფლოს (ის მას)	დაუუფლებია (მას ის) დაუუფლებია (ის მას)
<b>დადგენა</b>	ადგენს (ის მას) დგინდება (ის)	ადგენდა (ის მას) დგინდებოდა (ის)	დაადგინა (მან ის) დადგინდა (ის)	დაადგენს (ის მას) დადგინდება (ის)	დაადგინოს (მან ის) დადგინდეს (ის)	დაუდგენია (მას ის) დადგინილა (ის)
<b>მოთავსება</b>	ათავსებს (ის მას) თავსდება (ის)	ათავსებდა (ის მას) თავსდებოდა (ის)	მოათავსა (მან ის) მოთავსდა (ის)	მოათავსებს (ის მას) მოთავსდება (ის)	მოათავსოს (მან ის) მოთავსდეს (ის)	მოუთავსებია (მას ის) მოთავსებულა (ის)

## გრამატიკა

### I ტავი.

1. წარმომავლობის აღმნიშვნელი ზედსართავი სახელები და მათი მაწარმოებელი აფიქსები: -ელ, -ეულ, -ურ/-ულ
2. ქონებისა და უქონლობის აღმნიშვნელი ზედსართავი სახელები და მათი მაწარმოებელი აფიქსები: -იან, იერ/-იელ, უ-ო, ...უ-ურ/უ-ულ
3. მოქმედებითი ბრუნვა (გამეორება)
4. ნათესაობითი ბრუნვის თანდებულები: -გან, -თვის, -მიერ
5. მოქმედებითი გვარის ზმნების უღლება აწმყოს, უწყვეტლისა და მყოფადის მწკრივებში
6. წარსული დროის ვნებითი გვარის მიმღეობა და მისი მაწარმოებელი აფიქსები: უ-ელ, უ-, ნა-, მ-არ/მ-ალ, -ულ, -ილ
7. რთული ქვეწყობილი წინადადებების კავშირები: რომ, თუ

### II ტავი.

1. ვნებითი გვარი
2. „უნდა“, როგორც ზმნა და როგორც დამხმარე სიტყვა (ნაწილაკი)
3. ვითარებითი ბრუნვის ფორმა ვითარების ზმნიზებად
4. მოქმედებითი ბრუნვის ფორმა ვითარების ზმნიზებად

### III ტავი.

1. მომავალი დროის მიმღეობა და მისი მაწარმოებელი აფიქსები: სა-, სა-ელ
2. მომავალი დროის მიმღეობის ვითარებითი ბრუნვის ფორმა მიზნის ზმნიზებად
3. ნათესაობითი ბრუნვის თანდებულები: -კენ, გამო, შესახებ, მიხედვით, მიმართ, გარდა
4. მართებული კავშირები: უფრო-ვიდრე, არა მარტო-არამედ
5. მაქვემდებარებელი კავშირები: ვინც, რაც, რომელიც, როგორიც

### IV ტავი.

1. მართებული კავშირები: თუმცა, არა მხოლოდ.... არამედ
2. მაქვემდებარებელი კავშირი როდესაც/როცა
3. მოქმედებითი გვარის მიმღეობა და მისი მაწარმოებელი აფიქსი მ-ელ
4. ზმნების უღლება I თურმეობითის მწკრივში
5. უარყოფითი ნაწილაკების: არ, ვერ, ჯერ არ, ჯერ ვერ და უარყოფითი ზმნიზების — არასდროს — ხმარება I თურმეობითის მწკრივში
6. მაქვემდებარებელი კავშირები: რადგან (აც)... ამიტომ, იმიტომ... რომ, იმიტომ რომ, იმის გამო.... რომ, სადაც
7. განკერძოებული სიტყვა-გამოთქმები (ჩართული)

**V თავი.**

1. სხვათა სიტყვის ნაწილაკები: -მეთქი, -თქო, ო
2. მოქმედებითი გვარის ზმნების უღლება აწმყოში, უწყვეტელში, მყოფადში, წყვეტილში, II კავშირებითა და I თურმეობითში (გამეორება)

**VI თავი.**

1. ვნებითი გვარის ზმნების უღლება აწმყოში, უწყვეტელში, მყოფადში, წყვეტილში, II კავშირებითა და I თურმეობითში
2. პირისა და ჩვენებითი ნაცვალსახელები: ეს, ეგ, ის, ესენი, ეგენი, ისინი
3. კუთვნილების გამოსატვა „ქონა“, „ყოლა“ ზმნებითა და „ყოფნა“ ზმნით კუთვნილებით ნაცვალსახელებთან ერთად
4. ქცევა (საარვისო, სათავისო, სასხვისო)