

სალათები – სარჩევი

ანანასის სალათა.....	3
ახალი კარტოფილი კვერცხით	4
ბადრიჯანი ნივრით.....	5
ბადრიჯნის სალათა ბროწეულით	6
ბადრიჯანი ყველით	7
ბავარიული სალათა.....	8
ბეროლუსიური სალათა	9
ბოლოკის სალათა ყველით	10
ბოლოკის ცხარე სალათა.....	11
ბოსტნეულის სალათა	12
ბოსტნეულის სალათა ბროწეულით.....	13
ბოსტნეულის სალათა სიმინდის მარცვლებით.....	14
ბოსტნეული სალათა ბრინჯით.....	15
ბოსტნეულის სალათა ქამა სოკოთი	16
ღვიძლის სალათა ჭარხლით	17
სალათა “წითელი”	18
უნგრული “ცხელი” სალათა	19
ბოსტნეულისა და შაშხის სალათა.....	20
ბოსტნეულის სალათა შპროტით	21
ბოსტნეულის სალათა ცხარე საკაზმით	22
ბოსტნეულის ვინეგრეტი	23
ბრაზილიური სალათა	24
ბრინჯის სალათა.....	25
ბრინჯისა და ბულგარული წიწაკის სალათა.....	26
ბრინჯის სალათა იაპონურად	27
ბრინჯის სალათა თევზის კონსერვით.....	28
ბულგარული წიწაკის სალათა ინდურად	29
ბულგარული წიწაკის მარინადი.....	30
გახეხილი ბოლოკი კვერცხით	31
გერმანული სალათა.....	32

“დანიური” სალათა	33
ვაშლისა და ყველის სალათა	34
ვინეგრეტი არაჟნით.....	35
სალათა “ციპოჩკა”	36
სალათა “ლალისფერი”	37
სალათა “მარლოტკა”	38
ვინეგრეტი ბოსტნეულისაგან	39
ვინეგრეტი თევზითა და პამიდვრით.....	40
ვინეგრეტი “საზაფხულო”	41
ვინეგრეტი კარტოფილითა და თევზით.....	42
ვინეგრეტი ლობიოთი და სოკოთი	43
ვინეგრეტი სკუმბრიით.....	44
ვინეგრეტი სიმინდით	45
ვინეგრეტი რუმინულად	46
ვინეგრეტი ფრანგულად	47
ვინეგრეტი სოკოთი	48
ვინეგრეტი ქაშა სოკოთი	49

ანანასის სალათა

*ქათმის ფილე (1 ქათმის თეთრი ხორცი)

* 1 კილა დაკონსერვებული ანანასი

* მაიონეზი გემოვნებით

მოვხარშოთ ქათმის ფილე და დავჭრათ კუბიკებად. დაკონსერვებული ანანასი დავჭრათ პატარა ოთხკუთხედ ნაჭრებად. ყველაფერი ერთმანეთში ავურიოთ და შევაზაოთ მაიონეზით.

kveba.ge

ახალი კარტოფილი კვერცხით

(ქართული სამზარეულო)

- * 1 კგ კარტოფილი
- * 2-3 თავი ხახვი
- * 100 გრ კარაქი
- * 100 გრ რძე
- * 5 კვერცხი
- * 1-1 კონა მწვანელი
- * პილპილი
- * მარილი გემოვნებით

მოხარშული ახალი კარტოფილი გავფცქვენათ, დავჭრათ პატარა ნაჭრებად და მოვხრაკოთ წვრილად დაჭრილ, კარაქში მოშუშულ ხახვთან ერთად. შევაზაოთ კამით, ოხრახუმით, ტარხუნით. შემდეგ მოვათავსოთ ტაფაზე, მოვასხათ რძეში გათქვეფილი კვერცხი და შევდგათ აირლუმელში.

გამზადების შემდეგ მოვასხათ გამდნარი კარაქი და მოვაყაროთ წვრილად დაჭრილი კამა.

ბადრიჯანი ნივრით

* 1 კგ ბადრიჯანი

* 3 თავი ხახვი

* 1 თავი ნიორი

* 1-1 კონა მწვანელი

* 0,5 ჩ/ჭ ძმარი

* ზეთი საჭიროებისამებრ

* მარილი გემოვნებით

მრგვალ ნაჭრებად დაჭრილ ბადრიჯანს მოვაცაროთ მარილი და 1 საათის შემდეგ გავწუროთ. დავაწყოთ ზეთიან ცხელ ტაფაზე და ორივე მხრიდან შევწვათ. ძმარი წამოვადულოთ, დავუმატოთ დანაყილი ნიორი და მოვასხათ ტეფშზე დაწყობილ შემწვარ ბადრიჯანს. შემდეგ მოვაცაროთ წვრილად დაჭრილი რეჰანი, ოხრახუში, კამა, ქინძი, დაკეპილი ხახვი და წვრილად დაჭრილი მწვანე ხახვი.

ბადრიჯნის სალათა ბროწეულით

- * 2-3 ბადრიჯანი
- * 2 ბულგარული წიწაკა
- * 2 კბილი ნიორი
- * 1/2 ჭიქა ბროწეულის მარცვლები
- * 1/2 ჭიქა ბროწეულის წვენი
- * მარილი გემოვნებით

ნიორი დავჭრათ წვრილად, დავუმატოთ მარილი და ბროწეულის წვენი. ბადრიჯანი შევწვავთ აირლუმელში, გავაცალოთ კანი და რბილობი დავჭრათ. ბადრიჯანს დავუმატოთ ნიორის ნაზავი, წვრილად დაჭრილი წიწაკა და ავურიოთ. მაგიდასთან მიტანის წინ სალათას მოვაყაროთ ბროწეულის მარცვლები და გავაფორმოთ მწვანეებით.

ბადრიჯანი ყველით

(ქართული სამზარეულო)

- * 1 კგ ბადრიჯანი
- * 400 გ ყველი
- * 4 ცალი კვერცხი
- * 200 გ კარაქი
- * 400 გ არაჟანი
- * 1 კონა პიტნა
- * მარილი გემოვნებით

საშუალო ზომის ბადრიჯანს დანით ამოვაცალოთ თესლი და ნახევრად შევწვათ აირლუმელში.

ცალკე გავამზადოთ სატენი: წვრილად დაჭრილი მოხარშული კვერცხი, დაფხვნილი ყველი, დაჭრილი პიტნა და კარაქი ავურიოთ ერთმანეთში და გამოვტენოთ ბადრიჯნები. დავაწყობთ კარაქქასმულ ტაფაზე და შევდგათ აირლუმელში. როცა გამზადდება, მოვასხათ არაჟანი და მივირთვათ.

ბავარიული სალათა

(გერმანული სამზარეულო)

- * 350 გრ შებოლილი ძეხვი
- * 200 გრ ყველი
- * 4 თავი ხახვი (წითელი)
- * 4 ცალი კიტრის მწნილი
- * 1 კონა მწვანე ხახვი
- * 4 ს/კ მაიონეზი
- * 4 ს/კ არაჟანი
- * 1 ს/კ ძმარი
- * 1 ჩ/კ მდოგვი
- * პატარა კონა ოხრახუში
- * მარილი, პილპილი გემოვნებით

ძეხვი დავჭრათ პატარა მოგრძო ნაჭრებად. ყველი დავჭრათ კუბიკებად, ხახვი თხელ რგოლებად, კიტრი თხელ ღერებად. მწვანე ხახვი და ოხრახუში დავკეპოთ. ყველაფერი გადავიტანოთ ღრმა სასალათეში და ერთმანეთში ავურიოთ.

მაიონეზი, არაჟანი, ძმარი, მდოგვი კარგად ავთქვიფოთ, დავუმატოთ მარილი და პილპილი. მიღებული სოუსი დავასხათ სასალათეში მოთავსებულ პროდუქტებს და მაგიდასთან მიტანამდე გავაჩეროთ 15 წუთით.

ბეროლუსიური სალათა

- * 40 გ გამხმარი თეთრი სოკო
- * 200 გ ძროხის ღვიძლი
- * 2 ცალი კიტრის მწნილი
- * 3 თავი ხახვი
- * 2 კვერცხი
- * 0,75 ჭიქა მაიონეზი
- * 3 ს/კ მცენარეული ზეთი
- * მწვანილი
- * პილპილი
- * მარილი

სოკო 3-4 ჯერ გავრეცხოთ წყალში. შემდეგ ჩავალბოთ ცივ წყალში 2-3 საათის განმავლობაში. ისევ გავრეცხოთ, რომ მოცილდეს ქვიშა და მოვხარშოთ იმავე წყალში, რომელშიც იყო ჩალბობილი (ეს წყალი წინასწარ გავწუროთ 2 ფენა მარლაში). ცალკე მოვხარშოთ ძროხის ღვიძლი, გავაციოთ და წვრილად დავჭრათ. დავუმატოთ ცხიმში შემწვარი ხახვი, კიტრის ნაჭრები, მაიონეზის მითითებული ნორმის ნახევარი, პილპილი, შევურიოთ ყველაფერი მოხარშულ სოკოს და მოვაყაროთ მარილი. მაგიდასთან მიტანის წინ მოვასხათ დარჩენილი მაიონეზი.

ბოლოკის სალათა ყველით

- * 300 გრ ბოლოკი
- * 2 კიტრი
- * 1 მოხარშული კვერცხი
- * 70 გრ ყველი
- * 2 ს/კ იოგურტი
- * ოხრახუში ან კამა გემოვნებით
- * პილპილი, მარილი გემოვნებით

კიტრი და ბოლოკი დავჭრათ თხელ ნაჭრებად, დავუმატოთ წვრილად დაჭრილი კვერცხი, დაჭრილი მწვანელი და ავურიოთ. ყველი დავჭრათ პატარა კუბიკებად და შევურიოთ სალათას. შემდეგ სალათას მოვაცაროთ მარილი, პილპილი, დავუმატოთ იოგურტი, ავურიოთ და რამდენიმე საათით შევდგათ მაცივარში. სუფრაზე მიტანის წინ სალათა მოვრთოთ მწვანელით.

ბოლოკის ცხარე სალათა

(კორეული სამზარეულო)

- * 600 გრ ბოლოკი
- * 15 გრ ძმარი
- * 2 გრ დაფქული წითელი წიწაკა
- * 10 გრ ზეთი
- * 10 გრ მარილი
- * 15 გრ ნიორი
- * 1 გრ პილპილი

ბოლოკი გავხეხოთ სახეხზე, დავასხათ ძმარი, მოვაცაროთ მარილი, დავუმატოთ წითელი წიწაკა, პილპილი, დანაყილი ნიორი, დავასხათ მდუღარე ზეთი და კარგად ავურიოთ.

ბოსტნეულის სალათა

- * 500 გრ კომბოსტო
- * 1 კიტრი
- * 1 სტაფილო
- * 1 ბულგარული წიწაკა
- * 1 თავი ხახვი
- * 4 ს/კ ზეთი
- * 1/2 ლიმონის წვენი
- * სანელებლები
- * ოხრახუმი

კომბოსტო დავჭრათ წვრილ ღერებად, კიტრი პატარა კუბიკებად ან ღერებად. სტაფილო გავხეხოთ მსხვილ სახეხზე. ბულგარულ წიწაკას გამოვაცალოთ თესლი და დავჭრათ ნახევარგოლებად. ხახვი დავჭრათ, მოვშუშოთ ზეთში და გავაცვიოთ. ყველა ზემოთ ჩამოთვლილი ბოსტნეული ერთმანეთს შევურიოთ, დავასხათ ლიმონის წვენისა და მაიონეზის ნარევი და დავუმატოთ სანელებლები. სუფრაზე მიტანის წინ მოვრთოთ ოხრახუმის ღერებით.

ბოსტნეულის სალათა ბროწეულით

- * 1 ბროწეული
- * 3 მოხარშული კარტოფილი
- * 1 მოხარშული ჭარხალი
- * 4 მოხარშული სტაფილო
- * 2 მოხარშული კვერცხი
- * 3 ს/კ მაიონეზი
- * მწვანილი

კარტოფილი, ჭარხალი, სტაფილო და კვერცხი გავხეხოთ სახეხზე. თევზზე ფენებად დავაწყობთ ისე, რომ თითოეულ ფენას წავუსვამთ მაიონეზი. სალათა მოვრთოთ ბროწეულითა და მწვანილით.

ბოსტნეულის სალათა სიმინდის მარცვლებით

(რუმინული სამზარეულო)

- * 200 გრ კომბოსტო
- * 100 გრ დაკონს. სიმინდის მარცვლები
- * 3 ვაშლი
- * 1 სტაფილო
- * 50 გრ მწვანე ხახვი
- * 1 ს/კ ლიმონის წვენი
- * 4 ს/კ მაიონეზი
- * 1/2 კონა ოხრახუში
- * 1/2 ლიმონი
- * შაქარი, მარილი გემოვნებით

დავჭრათ კომბოსტო, სტაფილო და მწვანე ხახვი. ორ ვაშლს გამოვაცალოთ თესლი და დავჭრათ ღერებად. პროდუქტები შევურიოთ სიმინდის მარცვლებს, მოვაყაროთ მარილი, შაქარი, დავასხათ მაიონეზი, ლიმონის წვენი და კარგად ავურიოთ.

სუფრაზე მიტანის წინ სალათა მოვრთოთ ფიგურულად დაჭრილი ვაშლით, ლიმონის ნაჭრებითა და მწვანელით.

ბოსტნეული სალათა ბრინჯით

- * 1 ჭიქა ბრინჯი
- * 3 პამიდორი
- * 3 კიტრი
- * 1 წითელი ბულგარული წიწაკა
- * 1/2 ჭიქა ბარდის მარცვლები
- * 1/2 ჭიქა ლიმონის წვენი
- * 1/2 ჭიქა ზეთი
- * ოხრახუმი
- * კამა
- * ზეთისხილი (უკურკო)
- * მარილი

ბრინჯი მოვხარშოთ მარილიან წყალში 15 წუთის განმავლობაში. გავწუროთ და გავაციოთ. სალათის სოუსის მოსამზადებლად ავთქვიფოთ ლიმონის წვენი, ზეთი და მარილი.

ბრინჯს შევურიოთ თხელ რგოლებად დაჭრილი კიტრი და ზეთისხილი, ბარდის მარცვლები, წვრილად დაჭრილი პამიდორი, წიწაკის ნაჭრები, დავასხათ მომზადებული სოუსი და ავურიოთ. სალათა მოვრთოთ მწვანელით.

ბოსტნეულის სალათა ქაშა სოკოთი

- * 4 თავი ხახვი
- * 1 კიტრი
- * 3 სტაფილო
- * 6 პამიდორი
- * 100 გრ მოხარშული ქაშა სოკო
- * 1 ბულგარული წიწაკა
- * 200 გრ ყვავილოვანი კომბოსტო
- * 2 ს/კ ზეთისხილი
- * 1 ს/კ ლიმონის წვენი
- * შაქარი, მარილი, პილპილი გემოვნებით

ხახვი დავჭრათ ნახევარგოლებად, კიტრი, სტაფილო და წიწაკა კუბიკებად. პამიდორი დავმდურთ, გავაცალოთ კანი და დავჭრათ ნაჭრებად. ქაშა სოკო დავჭრათ ნაჭრებად. ყვავილოვანი კომბოსტო დავშალოთ და სტაფილოსთან ერთად მოვხარშოთ მარილიან წყალში. ყველა ბოსტნეული შევურიოთ ერთმანეთს, მოვაყაროთ პილპილი და ავურიოთ. სოუსის მოსამზადებლად შევურიოთ ზეთი, ლიმონის წვენი, მარილი, შაქარი და დავასხათ მომზადებულ სალათას.

ღვიძლის სალათა ჭარხლით

- * 300 გრ ძროხის მოხარშული ღვიძლი
- * 1 მოხარშული ჭარხალი (დაახლოებით 300 გრ)
- * 1 თავი ხახვი
- * 2 კბილი ნიორი
- * 2-3 სუფრის კოვზი მაიონეზი
- * მარილი გემოვნებით

ხახვი დაჭკრათ თხელ რგოლებად, შევწვათ ზეთში და გავაციოთ. ჭარხალი გავხეხოთ მსხვილ სახეხზე. ნიორი კარგად დავჭყლიტოთ და შევურიოთ მაიონეზს (სურვილის მიხედვით ამ მასას დავუმატოთ მარილი).

ღვიძლი, ჭარხალი, მაიონეზი ნივრით შევურიოთ ერთმანეთს და თავზე დავაწყოთ შემწვარი ხახვი.

სალათა “წითელი”

- * 400 გრ წითელი კომბოსტო
- * 1 თავი საშუალო ზომის წითელი ხახვი
- * 100 გრ ბოლოკი
- * 2-3 წითელი ბულგარული წიწაკის მარინადი
- * 3 ს/კ ვაშლის ძმარი
- * 1 კბილი ნიორი
- * 1 ჩ/კ მარილი

ხახვი დავჭრათ თხელ ნახევარგოლებად, დავასხათ ძმარი და გავაჩეროთ 10 წუთი. კომბოსტო სახეხზე გავხეხოთ თხელ ღერებად, მოვაყაროთ მარილი და კარგად ავურიოთ. ბოლოკი დავჭრათ თხელ რგოლებად, წიწაკა ღერებად, ხოლო ნიორი გავჭყლიტოთ. ყველა კომპონენტი ერთმანეთს შევურიოთ (სურვილის მიხედვით ბოლოკი შეიძლება თევზზე შემოვაწყოთ), ცოტახანს გავაჩეროთ და მაგიდასთან მიტანის წინ, სურვილისამებრ, მოვასხათ ზეთი.

უნგრული “ცხელი” სალათა

- * 2 ცალი საშუალო ზომის კარტოფილი
- * 200 გრ ახალი კომბოსტო
- * 100 გრ შებოლილი ქათმის ხორცი (მკერდის ნაწილი)
- * ოხრახუმი სოუსისთვის: * 1 კვერცხის გული
- * 1 ს/კ ძმარი, * 4 ს/კ ზეთუნის ზეთი
- * 1 ჩ/კ მარილი, * 0,5- 2 ჩ/კ გახეხილი პირშუმხა

კარტოფილი მოხარშოთ კანიანად, შემდეგ გავასუფთაოთ და დავჭრათ 1 სმ ზომის კუბიკებად (კარტოფილი არ უნდა გაცივდეს). კომბოსტო წვრილად დავჭრათ, ჩავყაროთ ქვაბში, დავასხათ მდუღარე წყალი (1/2 ჩაის ჭიქა), ვხარშოთ 2 წუთი და დავაწყოთ კარტოფილთან ერთად. ქათმის ხორცი დავჭრათ თხელ ღერებად, შევწვათ უცხიმოდ ტაფაზე ოქროსფერ შეფერილობამდე ისე, რომ ხორცი დარჩეს რბილი, შემდეგ ამოვიღოთ და შევურიოთ კარტოფილსა და კომბოსტოს. სალათას მოვასხათ სოუსი და მოვაყაროთ წვრილად დაჭრილი ოხრახუმი.

სოუსის მომზადება: ძმარში გავხსნათ მარილი, შევურიოთ კვერცხის გული, ნელ-ნელა ჩავასხათ ზეთი და თქვიფოთ. თანდათან დავუმატოთ გახეხილი პირშუმხა, გემოვნების მიხედვით.

სალათის მომზადების დროს პროდუქტები რომ არ გაცივდეს, აუცილებელია შემდეგი თანმიმდევრობის დაცვა:

1. კარტოფილი დავდგათ მოსახარშათ;
2. კარტოფილის ხარშვის მომენტში დავჭრათ კომბოსტო, ქათმის ხორცი და ოხრახუმი. მოვამზადოთ სოუსი;
3. კარტოფილის მოხარშვის შემდეგ, მოხარშოთ კომბოსტო და შევწვათ ქათმის ხორცი;
4. კარტოფილი გავასუფთაოთ და დავჭრათ. ეს უნდა გაკეთდეს 2 წუთში, სანამ კომბოსტო იხარშება და ხორცი იწვება.
5. ყველაფერი ერთმანეთს სწრაფად შევურიოთ და მაგიდასთან მივიტანოთ.

ბოსტნეულისა და შაშხის სალათა

- * 500 გრ მწვანე სალათის ფოთლები
- * 150 გრ შაშხი
- * 200 გრ ყველი
- * 100 გრ პამიდორი
- * 50 გრ კიტრი
- * 50 გრ ხახვი
- * 40 გრ ზეთი
- * 10 გრ მდოგვი
- * 10 გრ ძმარი
- * ოხრახუში, მარილი

მწვანე სალათა დავჭრათ ღერებად. დანარჩენი პროდუქტები კუბიკებად. ცალკე ერთმანეთს შევურიოთ ზეთი, მდოგვი, ძმარი და მარილი. მომზადებული პროდუქტები შევურიოთ ერთმანეთს. დავასხათ ზეთის ნარევი და მაგიდასთან მიტანის წინ მოვაყაროთ წვრილად დაჭრილი ოხრახუში.

ბოსტნეულის სალათა შპროტით

- *160 გრ შპროტი
- * 3 მოხარშული კარტოფილი
- * 1 მოხარშული სტაფილო
- * 2 კიტრი
- * 100 გრ ბარდის მარცვლები
- * 1 ჩ/კ ლიმონის წვენი
- * ოხრახუში, მარილი

კარტოფილი, სტაფილო, კიტრი დავჭრათ კუბიკებად, თევშზე დავაწყობთ ფენებად და ზემოდან დავუმატოთ შპროტი და ბარდის მარცვლები.

სალათას ზემოდან დავასხათ ლიმონის წვენის, შპროტის ზეთის, მარილის ნარევი და მოვრთოთ მწვანელით.

ბოსტნეულის სალათა ცხარე საკაზმით

(უკრაინული სამზარეულო)

- * 4 კიტრი
- * 4 პამიდორი
- * 50 გ მწვანე სალათა
- * 2-3 სტაფილო

საკაზმისთვის: * 100 გრ ზეთუნის (ან მზესუმზირის) ზეთი,

* 100 გრ ძმარი, * 100 გრ წყალი, * 4 კბილი ნიორი,

* პილპილი, * წითელი დაფქული წიწაკა

* მარილი

ნიორი დავჭრათ ძალიან პატარა ნაჭრებად, დავუმატოთ პილპილი, დაფქული წიწაკა და მარილი. შემდეგ დავასხათ ზეთი, ძმარი, გაციებული ადუღებული წყალი, მოვურიოთ კარგად და დავდგათ რამდენიმე ხნით.

დავჭრათ კიტრი, პამიდორი, სალათა, მწვანე ხახვი, დავკეპოთ სტაფილო, კარგად შევურიოთ ერთმანეთს და შევზავოთ მომზადებული საკაზმით.

ბოსტნეულის ვინეგრეტი

- * 300 გრ კომბოსტო
- * 3-4 ვაშლი
- * 4-5 მოხარშული კარტოფილი
- * 1-2 საშუალო ზომის ხახვი
- * 3 ს/კ ზეთი
- * 2-3 ს/კ ჭარხლის წვენი
- * 1 ლიმონის წვენი
- * პილპილი, მარილი, შაქარი

ჭარხლის წვენში გავხსნათ მარილი და შაქარი, დავუმატოთ ლიმონის წვენი, პილპილი და დავასხათ წვრილად დაჭრილ კომბოსტოსა და ვაშლს. ამ მასას დავუმატოთ საშუალო ზომის კუბიკებად დაჭრილი კარტოფილი, დაჭრილი ხახვი და ყველაფერ ამას ზემოდან მოვასხათ მცენარეული ზეთი.

ბრაზილიური სალათა

- * 40 გრ ნიახური
- * 40 გრ ვაშლი
- * 40 გრ ბანანა
- * 40 გრ მანდარინი
- * 40 გრ ჩამიჩი
- * 20 გრ ზეითუნის ზეთი

ვაშლი და ბანანა დავჭრათ საშუალო ზომის ნაჭრებად, დავუმატოთ მანდარინი, ჩამიჩი, მოვაცაროთ წვრილად დაჭრილი ნიახური და კარგად ავურიოთ. ზემოდან მოვასხათ ზეთი. სალათა შეიძლება მოვრთოთ ბანანის ნაჭრებით, მანდარინით ან ყურძნის მარცვლებით.

ბრინჯის სალათა

(ქართული სამზარეულო)

- * 2 ჩ/კ ბრინჯი
- * 200 გ მაიონეზი
- * 0,5 კგ კარტოფილი
- * 2-3 თავი ხახვი
- * 1-1 კონა ოხრახუმი, კამა
- * მარილი, უცხო სუნელი
- * პილპილი გემოვნებით

ბრინჯი მოვხარშოთ მარილწყალში, გადავიღოთ საწურზე და გადავავლოთ ცივი წყალი. ცალკე მოვხარშოთ კარტოფილი და წვრილად დავჭრათ. ერთმანეთში ავურიოთ და შევაზავოთ წვრილად დაჭრილი ხახვით, ოხრახუმით, კამით, უცხო სუნელით, პილპილით და მარილით. დავასხათ მაიონეზი და მივიტანოთ მაგიდასთან.

ბრინჯისა და ბულგარული წიწაკის სალათა

(ბულგარული სამზარეულო)

- * 100 გრ წითელი ბულგარული წიწაკა
- * 120 გრ ბრინჯი
- * 200 გრ მწვანე ბარდის მარცვლები
- * 20 გრ ძმარი
- * პილპილი, მარილი გემოვნებით

ბულგარული წიწაკა შევწვათ აირღუმელში, გამოვაცალოთ თესლი, გავაციოთ და დავჭრათ სიგრძეზე. ბრინჯი მოვხარშოთ დიდი რაოდენობის მარილიან წყალში, გავწუროთ საწურზე, გავაციოთ და შევურიოთ ბულგარულ წიწაკას. შემდეგ დავუმატოთ ბარდის მარცვლები, პილპილი, მარილი, ძმარი და კარგად ავურიოთ.

ბრინჯის სალათა იაპონურად

- * 1 ჭიქა ბრინჯი
- * 250-300 გ საქონლის ხორცი
- * 2 ჭიქა წყალი
- * 1-2 ცალი ფორთოხალი
- * მარილი გემოვნებით

სოუსისათვის:

- * 1 კვერცხის გული
- * 1 ჩ/კ მდოგვი
- * 1 ჩ/კ შაქარი
- * 1 ს/კ ძმარი
- * 300 გ ზეთი
- * 1 ცალი ფორთოხალი
- * 1 ს/კ სიმინდის ფქვილი
- * 1/2 ჩ/კ მარილი
- * მაიონეზი, ლიმონის წვენი

ბრინჯი მოვხარშოთ, გადავავლოთ ცივი წყალი და გავწუროთ. კვერცხის გული, მდოგვი, შაქარი, ძმარი, მარილი კარგად ავურიოთ წვრილად დაჭრილ საქონლის ხორცთან ერთად და თანდათან დავამატოთ მცენარეული ზეთი. ფორთოხლის წვენი გავხსნათ წყალში (1 კოვზი წვენი 7 კოვზ წყალთან) და ჩავამატოთ მასში სიმინდის ფქვილი. ვადულოთ რამდენიმე წუთით, გადმოვდგათ და მაშინვე ჩავამატოთ მაიონეზი. ბრინჯი, ხორცი, ფორთოხლის ნაჭრები და სხვა ინგრედიენტები ავურიოთ, დავამატოთ ლიმონის წვენი. მაგიდასთან მივიტანოთ ცივად.

ბრინჯის სალათა თევზის კონსერვით

- * 1 ჭიქა მოხარშული ბრინჯი
- * 250 გრ თევზის კონსერვი
- * 1 ჭიქა დაკონს. სიმინდის მარცვლები
- * 3 პამიდორი
- * 1 თავი ხახვი
- * 1/4 ლიმონი
- * სალათის ფოთლები
- * ოხრახუმი
- * მარილი გემოვნებით

პამიდორი და ხახვი დავჭრათ კუბიკებად.

მოხარშულ ბრინჯს დავუმატოთ დაჭრილი პამიდორი, ხახვი, სიმინდის მარცვლები, თევზის ნაჭრები, მოვაყაროთ მარილი, ავურიოთ და დავასხათ თევზის კონსერვის ზეთი. სალათა დავაწყოთ სალათის ფოთლებით დაფარულ თევზზე და მოვრთოთ ლიმონის ნაჭრებითა და მწვანელით.

ბულგარული წიწაკის სალათა ინდურად

- * 4 ბულგარული წიწაკა
- * 1/2 ჭიქა ბრინჯი
- * 200 გრ სატაცური
- * 1 ვაშლი
- * 4 ს/კ მაიონეზი
- * პილპილი, მარილი გემოვნებით

ბრინჯი და სატაცური მოვხარშოთ მარილიან წყალში და გავაციოთ. წიწაკა შევწვათ აირლუმელში, გამოვაცალოთ თესლი და დავჭრათ ღერებად. ვაშლი გავასუფთაოთ და დავჭრათ ღერებად. ყველაფერი ერთმანეთს შევურიოთ, დავასხათ მაიონეზი, მოვაყაროთ პილპილი, მარილი და ავურიოთ.

ბულგარული წიწაკის მარინადი

- * 6-10 ბულგარული წიწაკა
- * 1/4 ჭიქა ვაშლის ძმარი
- * 1/4 ჭიქა წყალი
- * 1 ჩ/კ მარილი
- * 2-4 კბილი ნიორი
- * 1/3-1/2 ჭიქა ზეთი
- * 1/3-1/2 ჩ/კ პილპილი

წიწაკა გავრეცხოთ და შევწვავთ აირლუმელში 220-250 ტემპერატურაზე შერბილებამდე. შეწვის პროცესში წიწაკა ერთხელ გადავაბრუნოთ. შემწვარი წიწაკა ჩავაწყობთ ჯამში ან ქვაბში და დავახუროთ თავსახური.

მოვამზადოთ მარინადი: ნიორი დავნაყოთ, შევურიოთ მარილი, პილპილი, დავასხათ ძმარი, წყალი და ვურიოთ მარილის გადნობამდე. შემდეგ დავასხათ ზეთი.

გაციებულ წიწაკას გავაცალოთ კანი, მოვაჭრათ ყუნწი და თესლი. თითოეული წიწაკის შიგნით ჩავასხათ 3-4 ჩ/კ მარინადე (ჩასხმამდე შევანჯღრიოთ) და ჩავაწყობთ ღრმა ჯამში ან შუშის ქილაში. დარჩენილი მარინადე მოვასხათ ზემოდან და გავაჩეროთ 12 საათის განმავლობაში. წიწაკა გარნირის სახით მაგიდასთან შეიძლება მივიტანოთ ხორციან კერძებთან.

გახეხიული ბოლოვი კვერცხით

(ბელორუსიული სამზარეულო)

* 2 თავი ბოლოვი

* 2 კვერცხი

* 5 ს/კ არაჟანი

* მარილი

ბოლოვი გავფცქვანათ, 15 წუთით გავაჩეროთ ცივ წყალში და გავხეხოთ სახეხზე. დავუმატოთ მოხარშული კვერცხის გული, მოვაყაროთ მარილი და ავეურიოთ. ამ მასას მოვასხათ არაჟანი და მაგიდასთან მივიტანოთ ბლინებთან ან შავ პურთან ერთად.

[Kveba.ge](#)

გერმანული სალათა

* 150 გრ ატრია (ლაფაშა)

* 4 სოსისი

* 100 გრ ყველი

* 16 თავი ბოლოკი

* 1 კონა მწვანე ხახვი

სოუსისათვის:

* 4 ს/კ ზეთი

* 3 ს/კ ძმარი

* 2 ს/კ ბულიონი

* 1 ჩ/კ მდოგვი

* პილპილი

* მარილი

მოვხარშოთ ატრია მარილიან წყალში. წყალი გადავღვაროთ, ატრიას დავასხათ 1 ს/კ ზეთი და გავაციოთ. სოსისი მოვხარშოთ, გავაციოთ და დავჭრათ ღერებად, ყველი კუბიკებად, ხახვი რგოლებად.

სოუსის მოსამზადებლად ერთმანეთს შევურიოთ ძმარი, მდოგვი, მარილი, პილპილი, ზეთი და ბულიონი.

პროდუქტი შევურიოთ ერთმანეთს, დავასხათ სოუსი და ავურიოთ. შემდეგ სალათა 30 წუთით შევდგათ მაცივარში და მაგიდასთან მიტანის წინ გავაფორმოთ მწვანილით.

“დანიური” სალათა

- * 200 გრ შაშხი
- * 200 გრ მაკარონი
- * 1 თავი (საშ. ზომის) ყვავილოვანი კომბოსტო
- * 2 სტაფილო
- * 1 ძირი ნიახური
- * 3 ს/კ მაიონეზი
- * 2 ს/კ ზეთი
- * 2 ს/კ 3%-იანი ძმარი
- * 1 ჩ/კ მდოგვი
- * მარილი

მაკარონი (შეიძლება ავარჩიოთ სხვადასხვა ფორმის მაკარონი) მოვხარშოთ მარილიან წყალში. მოხარშვის შემდეგ წყალი გადავღვართ, მაკარონს დავასხათ ზეთის ნაწილი და გავაციოთ. სტაფილო და ნიახურის ძირი დავჭრათ კუბიკებად. კომბოსტო დავშალოთ ყვავილებად. მოვხარშოთ ბოსტნეული მარილიან წყალში, გავაციოთ, შევურიოთ მაკარონს და დავუმატოთ დარჩენილი ზეთი, ძმარი, მდოგვი და ღერებად დაჭრილი შაშხი.

ვაშლისა და ყველის სალათა

* 2 მჟავე ვაშლი (საშუალო ზომის)

* 2 მოხარშული კვერცხი

* 1 თავი ხახვი

* 150 გრ ხმელი ყველი

* 200 გრ მაიონეზი

ხახვი დავჭრათ თხელ ნახევარგოლგად. და დავაწყობთ თევშზე. ზემოდან დავაწყობთ სახეხზე გახეხილი ვაშლის ფენა, შემდეგ ფენად გახეხილი მოხარშული კვერცხი და ბოლოს გახეხილი ყველი. სალათას ზემოდან დავასხათ მაიონეზი.

ვინეგრეტი არაჟნით

- * 3 კარტოფილი
- * 1 ჭარხალი
- * 1 ცალი კიტრის მწნილი
- * 1 ცალი ვაშლი
- * 1 თავი ხახვი
- * 50 გრ მწვანე ბარდის მარცვლები
- * 1 მოხარშული კვერცხი
- * 2/3 ჭიქა არაჟანი
- * 1 ლიმონი
- * ზეთი, შაქარი, მწვანელი, პილპილი, მარილი გემოვნებით

ცალ-ცალკე მოვხარშოთ კარტოფილი, ჭარხალი, გავაციოთ და დავჭრათ კუბიკებად. დანარჩენი პროდუქტები დავჭრათ წვრილად. ხახვი შევწვავთ ზეთში ოქროსფერშეფერილობამდე.

ყველაფერი ჩავყაროთ დიდ ჯამში, კარგად ავურიოთ, ზემოდან დავასხათ ზეთი, ლიმონის წვენი, არაჟანი და დავაყაროთ პილპილი, მარილი და შაქარი. მაგიდასთან მიტანის წინ მოვრთოთ მწვანელით და დაჭრილი კვერცხით.

სალათა “ციპოჩკა”

- * 250 გრ მოხარშული ქათმის ხორცი
- * 3-4 მოხარშული კვერცხი
- * 0,5 კილა მწვანე ბარდის მარცვლები
- * 50-70 გრ ყველი
- * 1 კბილი ნიორი
- * 2-3 ს/კ მაიონეზი
- * 1/3 ჩ/კ პილპილი
- * მარილი გემოვნებით

მოხარშულ ქათმის ხორცს გავაცალოთ კანი, ძვლები და დავჭრათ პატარა კუბიკებად. მოხარშული კვერცხის ცილა და ყველი გავხეხოთ მსხვილ სახეხზე. ერთმანეთს შევურიოთ ხორცი, ყველი, კვერცხის ცილა და მწვანე ბარდის მარცვლები. კვერცხის გული ჩავჭყლიტოთ ჯამში, შევურიოთ მაიონეზი, დავუმატოთ გაჭყლეტილი ნიორი, მოვაყაროთ პილპილი, მარილი გემოვნებით და მიღებული მასა მოვასხათ ერთმანეთში შერეულ პროდუქტებს.

სალათა “ლალისფერი”

- * 6-10 თავი ბოლოკი
- * 2 მოხარშული კვერცხი
- * 3 ს/კ არაჟანი
- * 1/4- 1/2 ჩ/კ მარილი
- * 5-6 ბოლოკის ფოთოლი, ოხრახუმი
- * შაქრის პუდრა (დანის წვერზე)

ბოლოკი დავჭრათ თხელ რგოლებად და დავაწყობთ თეფშზე “თევზის ქერცლის” მსგავსად. მოვაყაროთ წვრილად გახეხილი კვერცხის ცილა და დავასხათ სოუსი. ზემოდან დავაყაროთ წვრილად დაჭრილი ოხრახუმი.

სოუსის მომზადება: კვერცხის გული ჯამში გავკყლიტოთ არაჟანთან ერთად, შევურიოთ ძმარი, ზეთუნის ზეთი, შაქრის პუდრა, მარილი გემოვნებით და წვრილად დაჭრილი ბოლოკის ფოთლები.

სალათა "მარლოტკა"

- * 3 მოხარშული კარტოფილი
- * 100-150 გრ მოხარშული ან შემწვარი ხორცი
- * 1 თავი ხახვი
- * 1/3 ან 1/2 კილა დაკონს. ბარდის მარცვალი
- * 1/2-2/3 ჩ/კ მარილი
- * 3 ს/კ მაიონეზი

ბლინის მოსამზადებლად: 4 კვერცხი, 1 ს/კ ფქვილი, 1/2 ჩ/კ მარილი, სოდა (დანის წვერზე), 1 ჩ/კ მაიონეზი, მწვანელი გემოვნების მიხედვით.

კვერცხი გავტეხოთ, დავუმატოთ მარილი, სოდა, ფქვილი და ჩანგლით კარგად ავთქვიფოთ. ტაფა დავდგათ საშუალო ზომის ცეცხლზე, წავუსვით კარაქი და დავასხათ ათქვეფილი კვერცხის ნახევარი. როდესაც ქვედა მხარე შეიწვება გადავაბრუნოთ და შემწვარი ბლინი გადავიტანოთ თეფშზე. ასევე შევწვათ კვერცხის დარჩენილი ნახევრისგან მეორე ბლინი. სანამ მეორე ბლინი იწვება, პირველ ბლინს წავუსვით ცოტაოდენი მაიონეზი (1/2 ჩ/კ), სურვილის მიხედვით მოვაყაროთ წვრილად დაჭრილი მწვანელი, გადავახვიოთ რულეტის მსგავსად და გავაციოთ. მეორე ბლინი, შეწვის შემდეგ, მოვამზადოთ ისეთივე წესით, როგორც პირველი.

კარტოფილი გავხეხოთ მსხვილ სახეხზე, ხახვი ძალიან წვრილ სახეხზე (ისე, რომ მივიღოთ ფაფის მსგავსი მასა). ერთმანეთს შევურიოთ კარტოფილი, ხახვი, მოვაყაროთ მარილი, დავუმატოთ 2 ს/კ მაიონეზი და ავურიოთ. ცალკე ჯამში ერთმანეთს შევურიოთ პატარა კუბიკებად დაჭრილი ხორცი (ბარდის მარცვლის ოდენობის), დაკონსერვებული ბარდის მარცვლები, დავუმატოთ 1 ს/კ მაიონეზი და ავურიოთ. ავიღოთ ჯამი (სასურველია მრგვალი ძირით), წავუსვით შიგნიდან მცენარეული ზეთი და ჩავაფინოთ ფოლგა ისე, რომ ფოლგის კიდეები ჯამს ზემოდან გადაეფინოს. ფოლგას წავუსვით მაიონეზი (1/4 ჩ/კ). კვერცხის რულეტი დავჭრათ 0,7-1სმ სისქის ნაჭრებად და დავაწყოთ ფოლგის ჯამში ერთმანეთთან ახლო-ახლო. ამ ფენას ზემოდან დავაწყოთ კარტოფილის ფენა, შემდეგ ხორცისა და ბარდის მარცვლების ფენა, კიდევ ზემოდან დარჩენილი კარტოფილის ფენა (იმ შემთხვევაში, თუ დარჩება კვერცხის რულეტის ნაჭრები, შეიძლება დავაწყოთ კარტოფილის ბოლო ფენის ზემოთ). ჯამში მომზადებული სალათა დავფაროთ ფოლგის კიდეებით და შევდგათ მაცივარში რამდენიმე საათის განმავლობაში. მაგიდასთან მიტანის წინ ჯამი გადმოვაბრუნოთ სასალათეზე და მოვაცალოთ ფოლგა.

ვინეგრეტი ბოსტნეულისაგან

- * 4-5 კარტოფილი
- * 1 საშუალო ზომის ჭარხალი
- * 1 სტაფილო
- * 150 გრ კომბოსტოს მწნილი
- * 50 გრ მწვანე ხახვი
- * 1 ცალი კიტრის მწნილი
- * მზესუმზირის ზეთი
- * მარილი

ჭარხალი, სტაფილო და კარტოფილი მოვხარშოთ სხვადასხვა ქვაბში და გავაციოთ. მოხარშული ბოსტნეული დავჭრათ ან გავხეხოთ სახეხზე. მწვანე ხახვი დავჭრათ. ჭარხლის გარდა, ყველა პროდუქტი ერთმანეთში ავურიოთ და დავასხათ ზეთი. ჭარხალს ცალკე დავასხათ ზეთი და შემდეგ შევურიოთ დანარჩენ პროდუქტებს.

ვინეგრეტი თევზითა და პამიდვრით

- * 150 გრ მოხარშული თევზის ფილე
- * 60 გრ კარტოფილი
- * 45 გრ პამიდორი
- * 30 გრ სტაფილო
- * 30 გრ ჭარხალი
- * 30 გრ კიტრის მწნილი
- * 30 გრ მწვანე ბარდის მარცვლები
- * 90 გრ მაიონეზი
- * მწვანილი

ყველა ზემოთ ჩამოთვლილი პროდუქტი დავჭრათ თხელ ნაჭრებად, ერთმანეთში კარგად ავურიოთ და დავასხათ მაიონეზი. შემდეგ გადავიტანოთ სასალათეში, მოვრთოთ მწვანილით და რეცეპტში შემავალი ბოსტნეულის.

ვინეგრეტი “საზაფხულო”

- * 1-2 კარტოფილი
- * 1-2 სტაფილო
- * 1 ჭარხალი
- * 100 გრ ყვავილოვანი კომბოსტო
- * 50 გრ ბარდის მარცვლები
- * 1 კვერცხი
- * 1 ჭიქა არაჟანი
- * 1 კონა კამა
- * სალათის ფოთლები
- * შაქარი, მარილი გემოვნებით

მოხარშული ყვავილოვანი კომბოსტო, კარტოფილი, სტაფილო, ჭარხალი, კვერცხი დავჭრათ მცირე ზომის ნაჭრებად დავემატოთ მოხარშული ან დაკონსერვებული ბარდის მარცვლები, დაჭრილი კამა, მარილი, შაქარი, მოვასხათ არაჟანი და კარგად ავურიოთ. ვინეგრეტი მოვრთოთ სალათის ფოთლებით.

ვინეგრეტი კარტოფილითა და თევზით

- * 300 გრ კარტოფილი
- * 75 გრ ქაშაყის ფილე (მარინადში)
- * 60 გრ ზეთი
- * 30 გრ ორცხოზილას ფხვნილი
- * 60 გრ მწვანე ხახვი
- * პილპილი, მარილი გემოვნებით

კარტოფილი მოხარშოთ კანთან და დავეჭრათ პატარა ნაჭრებად. ცხელი კარტოფილის ნაჭრები შევურიოთ წვრილად დაჭრილ თევზის ფილეს, მოვაყაროთ მწვანე ხახვი და მოვასხათ ზეთი. შემდეგ მოვაყაროთ ორცხოზილას ფხვნილი, პილპილი, მარილი და შევდგათ აირლუმელში. მაგიდასთან მივიტანოთ ცხლად.

ვინეგრეტი ლობიოთი და სოკოთი

- * 2-3 ჭარხალი
- * 200 გრ ლობიო
- * 4-5 კარტოფილი
- * 200 გრ სოკო (მარინადე)
- * 2-3 კიტრის მწნილი
- * ლიმონის წვენი ან სოკოს წვენი გემოვნებით

ცალ-ცალკე მოვხარშოთ ჭარხალი, ლობიო და კარტოფილი. გავაციოთ ბოსტნეული, დავჭრათ პატარა კუბიკებად. გადავიტანოთ ჯამში და კარგად ავურიოთ. შემდეგ დავუმატოთ წვრილად დაჭრილი სოკო, კიტრი და თავზე მოვასხათ სოკოს ან ლიმონის წვენი გემოვნებით.

ვინეგრეტი სკუმბრიით

* 300 გრ შებოლილი სკუმბრია

* 2 მოხარშული ჭარხალი

* 1 კიტრის მწნილი

* 3 მოხარშული კარტოფილი

* 2 ვაშლი

* 1/2 ჭიქა ზეთი

* პილპილი, მარილი გემოვნებით

თევზი დაეჭრათ თხელ, პატარა ნაჭრებად. ვაშლი და ბოსტნეული პატარა ნაჭრებად. ყველაფერი ერთმანეთში ავურიოთ, მოვასხათ ზეთი, მოვაყაროთ მარილი და პილპილი.

ვინეგრეტი სიმინდით

- * 150 გრ დაკონს. სიმინდი
- * 1-2 სტაფილო
- * 1-2 კარტოფილი
- * 1 ჭარხალი
- * 2-3 ცალი კიტრის მწნილი
- * 1-2 თავი ხახვი
- * 4-5 ს/კ ზეთი
- * ოხრახუში, შაქარი, მარილი, ძმარი გემოვნებით

მოხარშული კარტოფილი, სტაფილო, ჭარხალი, კიტრის მწნილი დავჭრათ ნაჭრებად, ხახვი დავკეპოთ. ამ ბოსტნეულს დავუმატოთ სიმინდის მარცვლები, ავურიოთ, დავუმატოთ ძმარი, ზეთი (გემოვნებით) შაქარი და მარილი. მაგიდასთან მიტანის წინ მოვაყაროთ მწვანელი.

ვინეგრეტი რუმინულად

- * 200 გრ კარტოფილი
- * 50 გრ სტაფილო
- * 30 გრ მწვანე ბარდის მარცვლები
- * 2 მოხარშული კვერცხის ცილა
- * 20 გრ მოხარშული მწვანე ლობიო
- * 60 გრ მოხარშული ხორცი

სოუსისათვის:

- * 2 მოხარშული კვერცხის გული
- * 6 გრ მდოგვი
- * 30 გრ ძეთი
- * 20 გრ 3%იანი ძმარი ან ლიმონის წვენი
- * მარილი

მოხარშული კარტოფილი, სტაფილო, ლობიო და მოხარშული კვერცხის ცილა დავჭრათ კუბიკებად და ჩავყაროთ ჯამში. დავუმატოთ მწვანე ბარდის მარცვლები, მოხარშული ხორცის ნაჭრები და მოვასხათ სოუსი. ვინეგრეტი კარგად აურიოთ, გავაჩეროთ 15 წუთი, შემდეგ დავუმატოთ მარილი, ძმარი და გადავიტანოთ თეფშზე.

სოუსისათვის ერთმანეთს შევურიოთ გახეხილი კვერცხის გული და მდოგვი. თანდათანობით დავამატოთ ზეთი, შემდეგ ლიმონის წვენი ან ძმარი.

ვინეგრეტი ფრანგულად

- * 150 გრ კარტოფილი
- * 90 გრ ჭარხალი
- * 60 გრ სტაფილო
- * 60 გრ ხახვი
- * 30 გრ ბარდის მარცვლები
- * 15 გრ ჩამიჩი
- * 60 გრ კიტრის მწნილი
- * 3/5 ლიმონი
- * 30 გრ ზეთი
- * 30 გრ წითელი მშრალი ღვინო
- * 15 გრ 3%იანი ძმარი
- * 3 გრ მდოგვი
- * მარილი, პილპილის მარცვლები გემოვნებით

წყალში ჩავეყაროთ ცოტაოდენი მარილი, დავემატოთ რამდენიმე წვეთი ძმარი, ჩავეყაროთ კუბიკებად დაჭრილი სტაფილო, ჭარხალი და მოვხარშოთ. ცალკე მარილწყალში მოვხარშოთ კარტოფილი. ბოსტნეულის ნახარში გადავიტანოთ ცალკე ჭურჭელში და შევინახოთ, ხოლო ბოსტნეული გადავიტანოთ საწურზე. გაწურულ ბოსტნეულს შევურიოთ პატარა კუბიკებად დაჭრილი კიტრი, ღერებად დაჭრილი ხახვი, მწვანე ბარდის მარცვლები, ჩამიჩი და კან და თესლგაცლილი ლიმონი. ბოსტნეულის ნახარშს შევურიოთ ზეთი, ღვინო, ლიმონის წვენი, პილპილის მარცვლები, მარილი, მდოგვი და მივიყვანოთ ადუღებამდე. მომზადებული მარინადე დავასხათ ვინეგრეტს და დავდგათ თავდახურულ ჭურჭელში 30 წუთის განმავლობაში.

ვინეგრეტი სოკოთი

- * 5-7 დაკონსერვებული სოკო
- * 1-2 კარტოფილი
- * 1-2 სტაფილო
- * 1 ჭარხალი
- * 100 გრ ყვავილოვანი კომბოსტო
- * 50 გრ ბარდის მარცვლები
- * 1 კვერცხი
- * 1 ჭიქა არაჟანი
- * 1 კონა კამა
- * სალათის ფოთლები
- * შაქარი, მარილი გემოვნებით

სოკო, მოხარშული კარტოფილი, სტაფილო, ჭარხალი, ყვავილოვანი კომბოსტო დავჭრათ, დავამატოთ მოხარშული ან დაკონსერვებული ბარდის მარცვლები, დაჭრილი კამა, მარილი, შაქარი, მოვასხათ არაჟანი და კარგად ავურიოთ. ვინეგრეტი მოვრთოთ მოხარშული კვერცხით და სალათის ფოთლებით.

ვინეგრეტი ქამა სოკოთი

- * 250 გრ ბოსტნეულის ვინეგრეტი
- * 150 გრ ქამა სოკო
- * 1,5 პამიდორი
- * 1 ვაშლი
- * 1,5 ს/კ ზეთი
- * მარილი

მოვამზადოთ ბოსტნეულის ვინეგრეტი (იხილეთ ზემოთ). ქამა სოკო დავჭრათ პატარა ნაჭრებად, მოვაყაროთ ცოტაოდენი მარილი და მოვშუშოთ რაფინირებულ ზეთში. პამიდორი, ვაშლი დავჭრათ კუბიკებად და შევურიოთ გაციებულ სოკოს. ყველაფერი ერთმანეთში კარგად ავურიოთ და მოვრთოთ დაჭრილი კამით ან ოხრახუმით.

[Kveba.ge](http://www.kveba.ge)

<http://www.kveba.ge>