

საკვები ველური მცენარეები სამცხე-ჯავახეთში

სადღეისოდ მატერიალური და ყოფითი კულტურის სხვა სფეროსთან შედარებით ხალხურ სამზარეულოში ეთნოგრაფიული სპეციფიკა უფრო მეტადაა შემონახული. ველური მცენარეებისაგან დამზადებული ტრადიციული ხალხური კერძების შესწავლა იმ სახით, რა სახითაც არსებობს ამა თუ იმ ხალხში, საშუალებას იძლევა განვსაზღვროთ, თუ რა სახით პროდუქტებით იკვებებიან სხვადასხვა გეოგრაფიული კლიმატის მქონე რეგიონში მცხოვრებნი, რა არის მათთვის საერთო და რა სპეციფიკური.

წარსულში და დღესაც მრავალი სახის გარეული მცენარეები გამოიყენება საკვებად თუ დასამწნილებლად. მათგან ზოგს მხოლოდ უმად მიირთმევდნენ, ზოგს უმადაც ჭამდნენ და ამწნილებდნენ კიდევ, ზოგისგან კი მხოლოდ საჭმელს ან მხოლოდ მწნილს ამზადებდნენ. შევეხებით ზოგიერთ მათგანს.

1. აკაციის ყვავილი. მოტკბო გემო აქვს. მას მიირთმევდნენ ყოველგვარი დანამატის გარეშე უმად. წარსულში განსაკუთრებული ნუგბარი იყო ბავშვებისათვის.

2. არჯაკელი. „არჯაკელი მხალია“ (ორბელიანი, 1955: 603). „არჯაკელი ტყის მრავალწლიანი ბალახოვანი მცენარე, პარკოსანთა ოჯახისა, ხმარობენ მხლად“ (ქ.ე.გ. 1986: 38). მის ნედლ ღეროებს ფოთლებიანად კრეფდნენ, გაასუფთავებდნენ, გარეცხავდნენ და მღუღარე წყალში მოთუთქავდნენ. მიღებულ მასას ხახვთან ერთად ერბოში მოშუშავდნენ და საჭმელად მზად იყო. როგორც დელიკატესს, არჯაკელისაგან მხალს დღესაც ამზადებენ.

3. ასკილი. „ეკლიანი ველური ბუჩქი, ისხამს თეთრ ან მოყვითალო ყვავილს“ (ქ.ე.გ. 1986: 40). საკვებად იყენებდნენ ყვავილსა და მწიფე ნაყოფს, რომელსაც კურკისაგან გაწმენდნენ და უმად მიირთმევდნენ. გამხმარ-გამომშრალ ნაყოფს ჩაის დასაყენებლადაც იყენებდნენ; მისი ყვავილისაგან კი მურაბას ამზადებდნენ.

4. ატოლა. წარმოადგენს ბოლქვს, კარგად ხარობს ფხვიერ და დამუშავებულ მინდორში, განსაკუთრებით პურის ყანებში. საკვებად გამოიყენება ნედლი გაუღივებელი ბოლქვი. მას

მიერთმევენენ კანგაცლილს უმად. მოტკობო-მოძწარო გემოსია. ატოლადან იზრდება შემდეგ სარეველა საკვები ბალახი ღიმი, რომელიც პურის ნათესს ანაგვიანებდა, ამიტომ გაზაფხულზე მოხენის შემდეგ მისგან საგანგებოდ ასუფთავებდნენ ყანებს (რა თქმა უნდა, კრეფდნენ იმ ნაწილს, რაც მოხენის დროს ზედაპირზე ამოვიდოდა). ატოლას როგორც საგაზაფხულო ხილს, უმთავრესად ბავშვები და ხანდახან ქალებიც ჭამდნენ.

5. აჭრა-უჭრა. იზრდება ძირითადად პურის ყანებში. საჭმელად იყენებდნენ მის ყვავილებსა და ახალ ნედლ ყლორტებს. ჭამდნენ უმად. მისგან ამზადებდნენ კერძსაც. ახალ ყლორტებსა და ყვავილებს გარეცხავდნენ, მოხარშავდნენ (წამოადულებდნენ) და ამოწურავდნენ. ტაფაში თუ ქვანახშირში ერბოში მოშუშავდნენ ხახვს, მასში ჩაყრიდნენ ამოწურულ აჭრა-უჭრას, გემოვნებით დაამატებდნენ მარილს, აურევდნენ და ხელახლა მოშუშავდნენ.

6. ბალბა. იზრდება ფხვიერ და ნოყიერ ნიადაგში. მიწაზე გართხმული მცენარეა. საკვებად იყენებდნენ მის ახალ და ნედლ ყლორტებს ფოთლებიანად. გასუფთავებულ-გარეცხილ ღეროებს მოხარშავდნენ წყალში, გადაწურავდნენ, ჩაყრიდნენ წინდაწინ ერბოში მოშუშულ ხახვში, გემოვნებით მარილით შეზავებდნენ და ცეცხლზე შემოდგამდნენ მოსაშუშად.

7. ბია (კომში). საკვებად გამოიყენებოდა არა მარტო მისი მწიფე ნაყოფი (ჭამდნენ როგორც ახალ ხილს, ასევე, შემწვარსა და მოხარშულს, ამზადებდნენ მურაბასა თუ კომპოტს), არამედ ჭამდნენ მისი ყვავილის ფოთლებს, რომელსაც სასიამოვნო მოტკობო გემო აქვს. მას განსაკუთრებით ბავშვები ეტანებოდნენ. წარსულში ამ მცენარის ფოთლებსა და ქერქს ჩაის დასაყენებლად იყენებდნენ. ბიის ახალ – მწვანე ფოთოლს მოკრეფენ, ჩრდილში გაახმობენ და საზამთროდ ჩაისთვის შეინახავენ. როცა ჩაის დაყენება უნდათ, ადუღებულ წყალში რამდენიმე ფოთოლს ჩააგდებენ და 5-10 წუთს კიდევ ადუღებენ და სვამენ. ფოთლები თუ შემოვლეოდაათ, ხეს მცირეოდენ ქერქს აათლიდნენ და მას აყენებდნენ. მისგან დამზადებულ ჩაის ბიის სურნელება აქვს.

8. გარეული პრასი (ნიორი). იზრდება მინდორში, სათიბ ადგილებში. ჭამდნენ ახალ ღეროს ფოთლებთან ერთად პურისა და მარილის მიტანებით. აქვს ნიორის გემო. გარეულ ნიორს მწინილადაც დებდნენ. მწვანე ღეროებს მოკრეფდნენ ფოთლებიანად, გარეცხავდნენ, გაასუფთავებდნენ, ამოთუთ-

ქავდნენ მდულარე წყალში და გემოვნებით მარილს დააყრიდნენ. ცოტახანს დატოვებდნენ ასე, რათა მარილი „აიღოს“, შემდეგ ჩადებდნენ ჭურჭელში (ქილაში ან ემალის ქვაბში) და წყალს დაასხამდნენ, გარკვეული ხნის შემდეგ მწნილი მზად იყო. გარეული ნივრის მწნილი საკმაოდ გამძლეა და საზამთროდ ინახავდნენ.

9. გორგოშინა. მიწაზე გართხმული წვრილფოთლება მცენარეა. ყვავილობის შემდეგ იკეთებს პატარა ღილისმაგვარ ნაყოფს, რომელსაც ძირითადად ბავშვები ჭამდნენ ახალ-ახალს, ნედლს, უმად.

10. დანდური. წვრილფოთლება, მიწაზე გართხმული ბალახია, რომელიც იზრდება მდინარის პირას რიყეზე. მისგან ამზადებენ საჭმელსაც, მწნილსაცა და მარინადასაც. საჭმლისათვის გასუფთავებულ გარეცხილ დანდურის ახალ-ახალ ღეროებს ფოთლებითურთ მდულარე წყალში მოთუთქავდნენ, ამოიღებდნენ წყლიდან, შეაზავებდნენ მარილით და ერბოში მოშუშულ ხახვთან ერთად მოათავსებდნენ ქვაბში თუ ტაფაზე, დაატრიდნენ მწვანილს (ქინძი, კამა) და ნელ ცეცხლზე მოშუშავდნენ. სამწნილედ მოთუთქულ დანდურს დააყრიდნენ მარილს, ქილაში ჩადებდნენ და წყალს დაასხამდნენ. იგი მალე მჟავდება, ამიტომ სახელდახელოდ მოსამზადებელია. ზამთრისთვის არ ინახავდნენ, რადგან ამგვარი ტექნოლოგიით დამზადებული ღიღახანს ვერ ძლებს.

11. დიყა. იზრდება ხევებში, წყლისპირს ნესტიან ადგილებში. ჭამენ მის ახალ კანგაცლილ ღეროს მარილით და მარილის გარეშეც. აქვს მოტკბო, ოდნავ მომწკლარტო გემო. ეს მცენარე საკვებად გამოიყენებოდა საქართველოს სხვა კუთხეებშიც. ივ ჯავახიშვილის მითითებით: „ფშავ-ხევსურეთში ხალხი ეტანება და სჭამს ერთ მცენარეს, რომელიც გავრცელებულია მწვანილის სახით და სახელად „დიყი“ ეწოდება. უეჭველია, ამისავე რაჭული შესატყვისობა უნდა იყოს „მდიყი“. ეს მწვანილი საქართველოში ძველადაც ცნობილი ყოფილა, რადგან „დიყა“ ს. ორბელიანსაც მოეპოვება მცენარის პირობითი ნიშნითურთ“ (ჯავახიშვილი, 1986: 237).

12. ღუცი. არის ერთგვარი თითქოსდა ბამბა შემოხვეული მსხვილღეროიანი ველური მცენარე (ამიტომ მას ზოგჯერ ბამბის ქულასაც ეძახიან), რომელიც დაუხნავ მინდვრებში იზრდება. საჭმელად ვარგისია მისი ნედლი, კანგაცლილი ღერო.

13. ეკალი. იზრდება მიტოვებულ, დაუხნავ მინდორში. ჭამდნენ მის ახალ ნედლ, კანგაცლილ ღეროს მარილის გარეშე, აქვს მოტეხო გემო.

14. ბალის გარეული ვარდი. აყვავებულ ვარდს ყუნწიანად მოკრეფენ და ჩრდილში გაახმობენ. ჩაის დასაყენებლად ორსამ თავ ვარდს ჩაყრიან ადულებულ წყალში და ცოტა ხანს კიდევ ადულებენ. აქვს ვარდის სურნელება და არომატი. სვამენ იმგვარადვე, როგორც სხვა მცენარეებისაგან დაყენებულ ჩაის. ვარდის გაშლილი ყვავილის ფოთლებისაგან ხშირად მურაბას ხარშავენ. ყვავილის ფოთლებს ყუნწებისაგან გააჩრევენ, მოაყრიან შაქრის ფხვნილს და რამდენიმე საათით გააჩერებენ, შემდეგ დაამატებენ გარკვეული რაოდენობის წყალს და იქამდე ადულებენ, ვიდრე მურაბის სახეს არ მიიღებს.

15. თელახარში. თელახარში დიყის მსგავსი ერთწლიანი მცენარეა. იზრდება ხევებში – ნაკადულის პირზე. იგი კერძის დასამზადებლად არ გამოიყენება და არც უმად იჭმევა. მისგან მხოლოდ მწნილს ამზადებენ. თელახარშს (უფრო სწორედ მისი ფოთლების ღეროებს) დანით მოჭრიან ახალ-ახალს, ფოთლებისაგან გაათავისუფლებენ, ღეროებს გარკვეულ ზომაზე დაჭრიან. მოჭრისას თელახარშის ღეროდან გამონადენი წვენი კანს წვავს, „აიპეკება“, როგორც მდუღარე წყლით დამწვარი, ამიტომ ხელშეხვეულნი ჭრიან. თელახარშის მოსატანად სპეციალურად მიდიან ვარძიისკენ და სოფელ ჩუნჩხაპტენის ბაღებისაკენ (ყველგან არ არის). ამ ხევებში არის ადგილები, სადაც ეს მცენარე უხვად მოიპოვება. ერთ ჯერზე სულ ცოტა ერთი-ორი ტომარა მაინც მოაქვთ. თელახარშის ღეროებს ათი-თხუთმეტი სანტიმეტრის სიგრძეზე დაჭრიან, მდუღარე წყალში ჩაყრიან, სამ-ოთხ წუთს წამოადულებენ, ამოწურავენ, დააყრიან მარილს გემოვნებით და ცოტა ხანს გააჩერებენ, რომ მარილი „აიღოს“, შემდეგ ჩადებენ ქოთანსა თუ ხის კასრში (გააჩნია რა რაოდენობითაა) და დაასხამენ ცივ წყალს. ოთხი-ხუთი დღის შემდეგ მჟავე საჭმელად მზად არის (იველაშვილი, 1991: 72).

16. კვრინჩხი. მრავალწლიანი ბუჩქოვანი მცენარეა, რომელიც იზრდება უმთავრესად ველის სარტყელსა და ტყისპირებში. კვრინჩხის ბუჩქები განსაკუთრებით მრავლადაა ადიგენის რაიონში. საჭმელად გამოიყენება მისი მწიფე ნაყოფი. ამზადებენ მურაბებსა და კომპოტს, რომელიც სასიამოვნო არომატით ხასიათდება.

18. კოფრჩილა. ერთწლიანი მცენარეა. იზრდება ყანისპირებში, ზღვრებსა (ყანასა და ყანას შორის მოუხნავად დარჩენილ დამრეცი ადგილი) და ნაწილობრივ ბაღებში. ჭამენ მის ახალ, კანგაცლილ ღეროს. აქვს ოდნავ მომწარო გემო, ფოთლებიანად კი ამწნილებენ. დამჟავება ისევე ხდება, როგორც ღიმისა. წარსულში კოფრჩილის მჟავე ღიმის მჟავეს ტოლს არ უდებდა. შემდეგ თანდათან პოზიცია დათმო და ახლა მას იშვიათად თუ ამჟავენ ვინმე (იველაშვილი, 1991: 72).

19. კორკოტინა. ერთწლიანი მრგვალფოთლიანი ჯუჯა ბალახია, რომლის ახალ ნაყოფს – თესლს (პატარა მრგვალი ღიმის ფორმისაა) უმად ჭამენ. მისი ახალი ღორქო ფოთლებისაგან კი შეჭამანდსაც აკეთებენ, იმგვარად როგორც ჭინჭრისაგან.

20. კოწახური. დაბალტანიანი მრავალწლიანი ბუჩქოვანი მცენარეა. ჭამენ მის ახალ – ღორქო ფოთლებს, აქვს მოშაო-სასიამოვნო გემო. კოწახურის მწიფე ნაყოფს კი იყენებენ კუპატისა და, საერთოდ, ხორცისაგან ზოგიერთი კერძის მომზადების დროს.

21. მარმიჭი. ერთგვარი სურნელოვანი ბალახია, რომელიც უფრო მეტად მთაში ხარობს. მას ყვავილობის დროს კრეფენ, კონებად კრევენ და ჩრდილში აშრობენ, მისგან ჩაის ისევე აყენებენ, როგორც კომშის ფოთლებისაგან. მარმიჭის ჩაი განსაკუთრებული სურნელებითა და არომატით გამოირჩევა. მცენარე „იზრდება მორენებზე, კლდეთა ნაპრალებში, ქვიან ჩამონაზვავებზე და მდელოებზე, ზედა ალპურ, უფრო იშვიათად ქვედა ალპურ სარტყელში“ (საქართველოს ფლორა, 1949: 431).

22. მინდვრის მარწყვი. იზრდება ტყისპირში, მდელოებსა და ბალახოვან ფერდობებზე. მის მწიფე ნაყოფს ყოველგვარი მისატანებლის გარეშე ხილად მიირთმევენ. არის მეტად არომატული, მისგან მურაბასაც ამზადებენ.

23. მატიტელა. ერთგვარი სტაფილოს მოყვანილობის მოყვითალო ფერის ბოლქვიანი მცენარეა. იზრდება მდელოებზე და მთაში ალპურ საძოვრებზე. მის ბოლქვებს კანს მოაცლიან და ჭამენ უმად ახალ-ახალს.

24. მჟაუნა. ქართული ენის განმარტებითი ლექსიკონის მიხედვით „მჟაუნა ბოსტნეული მატიტელთა ოჯახისა; აქვს მოგრძო მჟავე ფოთლები, რომელიც იხმარება საჭმელად“ (ქ.ე.გლ. 1986: 341). სამცხე-ჯავახეთში იგი იზრდება ველურად ხევებში, წყლისპირას, ნესტიან ადგილებში, არის მომრგვალო

ფორმის მომცრო ფოთლებით. ჭამენ უმად მის ახალ ფოთლებსა და ნედლი ღეროს თავებს, რომელიც მომჯაო-მხე გემოსია.

25. ნაცარქათამა. „ერთწლოვანი სარეველა ბალახი, აქვს მონაცრისფერო-მწვანე ფოთლები და ძალიან წვრილი ყვითელი ყვავილი. ფოთლებს მხალად ხმარობენ“ (ქ.ე.გ. 1986: 341). იზრდება ნოყიერ რბილ (ძირითადად საბოსტნედ გამზადებულ) ნიადაგში. ახალ-ახალ ყლორტებს იყენებენ ფხალეულისა და წვნიანი შეჭამანდის მოსამზადებლად. ნაცარქათამის ახალ ყლორტებს მოკრეფენ, გარეცხავენ და მოხარშავენ. მოხარშულს გადაწურავენ, ჩაკეპავენ ასტმით და ერბოში შემწვარ ხახვში ჩაყრიან, შეაზავებენ მარილით და ამგვარად ჩახრაკავენ-ჩაშუშავენ. ცოტა ხნის მერე დაასხამენ რამდენიმე ათქეფილ კვერცხს. კარგად აურევენ და როცა კვერცხიც შეიწვება, საჭმელი მზადაა. აკეთებენ ნაცარქათამას წვნიანსაც. მოხარშავენ და შემდეგ წვენშივე ჩაასხამენ ერბოში მოხრაკულ ხახვს, ჩაახლიან რამდენიმე კვერცხს (გემოვნების მიხედვით), შეაზავებენ მარილით და ამგვარ წვნიანს მიირთმევენ.

26. პანტა. იზრდება ველურად ტყეში. მწიფდება შემოდგომით. სამცხე-ჯავახეთის მოსახლეობის რაციონში მის ნაყოფს საკმაოდ დიდი გამოყენება ჰქონდა. ყოველი ოჯახი საზამთროდ საგანგებოდ იმარაგებდა რამდენიმე ტომარას. ამისათვის შემოდგომით ტყეში ცხენებით მიდიოდნენ და ჯერაც დაუმწიფებულ პანტას დაკრეფდნენ, რამდენიმე ტომარას გაავსებდნენ (რამდენსაც ცხენი ზიდავდა), მოიტანდნენ და სახლის ბნელ კუთხეში თივაზე გაშლიდნენ. პანტა ნელ-ნელა მწიფდებოდა და როგორც ახალ ხილს ისე მიირთმევდნენ.

პანტას არა მხოლოდ ხილად მიირთმევენ, არამედ მისგან ჩირისა (პანტის ხმელის) და მწნილის სახით საზამთრო მარაგსაც აკეთებდნენ. დაუმწიფებულ პანტას ნელ-თბილ (პურგამოვლილ ფურნეში შეყრიდნენ და რამდენიც უნდათ, იმდენს ერთ ღამეში გაახმობდნენ. გამხმარ პანტისხმელს ინახავდნენ საზამთროდ. გარდა ამისა, მწიფე პანტას მზეზეც აშრობდნენ საღათებზე დაყრილს თუ ძაფზე ასხმულს, მაგრამ ამგვარად გამოშრობას დიდი დრო უნდა (ერთი-ორი კვირა), ამიტომ ფურნეში გამოშრობას ამჯობინებდნენ.

დასამწნილებლად გასუფთავებულ გარეცხილ შემწიფებულ პანტას ჩააწყობდნენ დიდი ზომის ქოთანში, მარილიან წყალს დაასხამდნენ, თავს დაახურავენ და დადგამდნენ. პანტა გვიან მჟავდება, ამიტომ მისგან შემოდგომით ჩადებულ მჟავე გვიან

გაზაფხულამდე გაჰყვებოდა ოჯახს. წარსულში ყველა ოჯახი ეზიდებოდა ტყიდან პანტას ტომრებით და ბუნებრივია, ბევრი ოჯახი ამჟავებდა კიდევ. დღეისათვის პანტის მჟავე რამდენადმე იშვიათობას წარმოადგენს, რადგან მოსახლეობის მიერ ტყეში პანტის დარხევა და კრეფა ისეთი ინტენსიურობით აღარ ხდება, როგორც ეს წარსულში იყო.

27. პიტნა. გარეული პიტნა ხევის პირებზე ნესტიან ადგილებში იზრდება. წარსულში მას ფართოდ იყენებდნენ სხვადასხვა სახის კერძის შეზავებისას. განსაკუთრებით მირებული იყო და მოწონებით სარგებლობდა პიტნაში გადახეული იყვლი. მას ჩაის დასაყენებლადაც ხმარობდნენ. პიტნის ჩაის ისევე აყენებდნენ, როგორც ბიის ფოთლებისას, მაგრამ პიტნას შედარებით ნაკლებს ყრიდნენ, რადგან მწარეა. ამ ჩაის ორ-სამ დღეში ერთხელ სვამდნენ. მას სასიამოვნო სუნი და არომატი აქვს. პიტნას არა მარტო ნედლი, არამედ, განსაკუთრებით ზამთარში გამშრალი სახითაც მოიხმარდნენ. მარაგის შექმნის მიზნით ნედლ და ახალ ყლორტებს მოკრეფდნენ, კონებად შეკრავდნენ და გასაშრობად ჩრდილში ჩამოჰკიდებდნენ.

28. სვინტრი-სატაცური (მელიკუდა). იზრდება ნესტიან ადგილებში. მისი ნედლი მოხარშული ღეროებისაგან ამზადებენ სხვადასხვა სახეობის შეზავებულ ფხაღეულს. ასევე მოხარშულ სატაცურს კვერცხთან და ხახვთან ერთად ერბოში ჩაშუშავენ-ჩახრაკავენ. მოკრეფილ სვინტრს დაამტვრევენ წვრილად, გარეცხავენ. მოხარშავენ, გადაწურავენ საწურში და დაკეპავენ. ხახვს შეწვავენ ერბოში და შემდეგ დაკეპილ სვინტრს ჩააყრიან, ზომაზე მარილს მოაყრიან, ერთ-ორ ათქვეფილ კვერცხს მოასხამენ და კარგად მოურევენ. ცოტა ხანს კიდევ გააჩერებენ ცეცხლზე და საჭმელიც მზადაა. შეიძლება ითქვას, რომ სვინტრის საჭმელი გაზაფხულზე თითქმის ყოველდღიურად ერთ-ერთი კერძია სამცხე-ჯავახეთის მოსახლეობისათვის (იველაშვილი, 1991: 67-68).

29. სოკო. სამცხე-ჯავახეთის მთასა თუ ბარში მრავალი სახის სოკო იცის, მაგრამ, ძირითადად, ქამა სოკოს იყენებენ საკეებად. ქამა სოკო არის საჭმელი და შხამიანიც, რომლის ჭამაც არ შეიძლება. ხალხის დაკვირვებით, შხამიან ქამა სოკოს ზემოდან ქუდის ნაპირები ჩაყვითლებული აქვს, ხოლო საჭმელი სოკო კი ერთნაირი თეთრი ფერის ქუდიტაა. რომ დათბება და წვიმები დაიწყება, სოკო მაშინ იზრდება საძოვ-

რებსა და ყიშლებში. განსაკუთრებით ბევრია ცხვრის სადგომის ახლო-მახლო. სოკოს კრეფა მაისიდან იწყება და ივლისის ბოლომდე გრძელდება. მართალია, მერეც თბილა, მაგრამ ასე უხვად აღარაა და თუნდაც იყოს, ხალხი აღარ კრეფს.

სოკოსაგან, ძირითადად, ერთი სახის საჭმელი კეთდება. მოკრეფილ სოკოს გაარჩევენ (ჭიანი არ შეყვებს), ქუდს სამ-ოთხ ნაწილად დატეხავენ და წყალში ჩაყრიან გასარეცხად. ერბოში ჩახრაკავენ ხახვს და მასში ჩაყრიან გარეცხილ სოკოს, მოაყრიან მარილს, ქვაბს თუ ტაფას თავსახურს დაახურავენ და ჩაშუშავენ.

სოკოს ჩახრაკვისას ჩაახლიან რამდენიმე კვერცხს და კარგად აურევენ. კვერცხი რომ შეიწვება, სოკოს საჭმელი მზად არის. ამგვარად მომზადებული კერძი ძალიან არომატული და გემრიელია, ოდნავ გაკრავს შემწვარი ბატკნის ხორცის გემო.

სოკოს ყოველგვარი დამატების გარეშეც წვავენ ცეცხლზე. ქუდს ძირში მოატეხავენ ფეხს - ღეროს. მონატეხზე დაკვირვებით შეამოწმებენ, ჭია ხომ არ არის შესული. სუფთა სოკოს ქუდს გულში (ფირფიტების მხარეს) ჩაყრიან მარილს და ნაკვერჩხალზე დადებენ შესაწვავად. შეწვის დროს გულში წვენი ჩადგება, როცა შეიწვება გადმოიღებენ ცეცხლიდან, ჯერ წვენს დალევენ (რომელიც სხვათა შორის ძალიან არომატულია) და მერე შემწვარს შეჭამენ. ამგვარად შემწვარ სოკოს ყოველგვარი მისატანებლის გარეშე ჭამენ.

სხვა სახის სოკოებიდან **ხის სოკოს** სამწნილედ იყენებენ ამ მხარეში რუსეთიდან მოყვანილი რძლები, ხოლო ტყიან ადგილებში (განსაკუთრებით ადიგენისა და ბორჯომის რაიონებში) ხალხი სხვა სახის ტყის სოკოებსაც იყენებს საკვებად (იველაშვილი, 1991: 69).

30. ტიტა. ყვითელ ყვავილიანი ოვალური მოყვანილობის ფოთლებიანი მცენარეა. იჭმევა მისი კანგაცლილი ღერო, ვიდრე ახალია (ნედლია), ოდნავ მომწარო გემოსია, ჭამენ მარილის მიტანებით.

31. ფამფარა. „ფამფარა მცენარეა, იჭმევა“ (ბერიძე, 1981: 127). ვიწრო, გრძელფოთლიანი რძიანი ბალახია. იზრდება მინდორში, სათბო ადგილებსა და ყანებში. იჭმევა ახალი, ღორთქო ღერო ფოთლებიანად; ჭამენ მარილთან ერთად. როდესაც „აიღერება“ (ღეროსა და საყვავილედ თავს გაიკეთებს), უკვე დაბერებულია და საჭმელად აღარ ვარგა (იველაშვილი, 1991: 92) გარდა საკვებად გამოყენებისას, მისგან კეფსაც ამზადებენ.

ფამფარა ხმობას რომ დაიწყებს, ღეროდან „რძე“ გარეთ გამოდის და ზედ ახმება ყავისფრად. ამ ყავისფერ მასას შეაგროვებენ და დაღუჭავენ. უმეტესად ბავშვები აგროვებენ და კეკად ღუჭავენ. ღუჭვის პროცესში ეს ყავისფერი მასა ფერს იცვლის – თეთრდება და თან იწელება. ფამფარის კევი ხანმოკლე, ფაქტობრივად ერთჯერადი ღუჭვისთვისაა განკუთვნილი და მეორედ დასაღუჭად აღარ ვარგა.

32. ღიმი. ღიმი პურის ყანებში იზრდება. ძალიან კარგი სამწინილე ბალახია (მცენარეა). მისი მოკრეფა იწყება, როცა ნიდაგიდან ღერო თავს ამოყოფს და ერთ ციდაზე ან მტკაველზე წამოიზრდება. ღიმს და მის მიწისქვეშ მყოფ ღეროსაც ფოთლებს გააცლიან, ბოლოს წააჭრიან, გარეცხავენ და მღუღარეში ამოთუთქავენ, ხუთ წუთს გააჩერებენ. გათუთქულ ღიმს მარილს ზომაზე დააყრიან და აურევენ, მერე ჩადებენ ქოთანსა თუ ემალის ვედროში, დაახსამენ ცივ წყალს (წყალმა ღიმი უნდა დაფაროს). დაახლოებით ცხრა-ათი დღის შემდეგ დამჟავებულია და მისი ჭამა შეიძლება. ღიმის მჟავე საზაფხულოა, მაგრამ ზამთრისთვისაც ინახავენ. მის ნედლ ღეროებს ჭამენ უმადაც და ერთგვარ ფხალსაც ამზადებენ (იველაშვილი, 1991: 71).

33. ღოღო. „მრავალწლიანი მცენარე მატიტელასებრთა ოჯახისა: იზრდება ნათესებში, ვენახებსა და ბაღებში იჭმება“ (ქე-გლ. 1986: 462). მისი ფოთლები საკმაოდ ფართეა, დაახლოებით 5-8 სანტიმეტრის სიგანის. საკვებად გამოიყენება ნედლი ფოთლები. მისგან ამზადებენ სხვადასხვა სახის კერძებს (ჩახრაკული, წვნიანი და სხვა). გარეცხილ-გასუფთავებულ ფოთლებს მოხარშავენ, წყლიდან ამოწურავენ, დაკეპავენ და ერბოში მოშუშულ ხახვთან არეულს ჩაყრიან ჭურჭელში, შეზაფხებენ მარილით, ჩაახლიან კვერცხს და მოხრაკავ-ჩაშუშავენ ნელ ცეცხლზე.

ღოღოს წვნიანს აკეთებენ ხორბლის ფქვილთან ერთად. მოხარშულ ფოთლებს კარგად გაქნიან თავისსავე ნახარშ წვენში, დაამატებენ ერბოში მოშუშულ ხახვს, გემოვნებით მარილს და ხელახლა წამოადუღებენ. დუღილის დროს გარკვეული რაოდენობის ხორბლის გაცრილ ფქვილს ნელნელა ამოუკიდებენ ისე, რომ არ დაიმურკლოს. ამ ნაზავს რამდენიმე წუთს კიდევ ადუღებენ და საჭმელი მზად არის.

ღოღოს ნედლ ფოთლებს საზამთროდაც იმარაგებენ. დაკრეფილ ფოთლებს დაწნავენ თმასავით და ჩრდილში გამჭოლ

ჰაერზე გასაშრობად ჩამოჰკიდებენ. გამომშრალ ფოთლებს ტილოს პარკში ჩააწვობენ და შეინახავენ. მისგან საჭმელს იმავე წესით ამზადებენ, როგორც ნედლისაგან.

34. ყაყაჩო. მინდვრის ყაყაჩოს (პურის ყანებში ამოსული) გაუშლელ ყვავილებს იყენებდნენ საჭმელად. მას ძირითადად პატარები მიირთმევდნენ.

35. წიწმატურა. გარეული წიწმატი ამ სახელითაა ხალხში ცნობილი. მის ახალ-ახალ ნედლ ღეროებსა და ფოთლებს მარილის მიტანებით ჭამენ.

36. ჭინჭარი. მის ღორთქო ფოთლებს და ღეროებს ფხალეულის მოსამზადებლად იყენებენ. გარდა ამისა, მისგან წვნიან და შედარებით მშრალ (ჩაშუშულ) კერძებსაც ამზადებენ. ჩაშუშული ჭინჭარი ისევე კეთდება, როგორც სვინტრი. წვნიანი შეჭამანდის გაკეთებისას მოხარშულ ჭინჭარს თავის ნახარშ წვენში გააჩერებენ, ცალკე, ერობში მოწალავენ ხახვს და ამ ნახარშზე დაასხამენ, შეაზავებენ მარილით, რამდენიმე ათქვეფილ კვერცხს დაახლიან, მოურევენ, ცოტა ხანს კარგად ადუღებენ და შეჭამანდი მზადაა. გაზაფხულის მარხვის დროს სვინტრისა და ჭინჭრის შეჭამანდი ზეთზე კეთდება.

დასკვნის სახით შეიძლება ითქვას, რომ სამცხე-ჯავახეთის მოსახლეობის ტრადიციული ხალხური სამზარეულო სეზონურად სხვადასხვა სახის გარეული მცენარეული კერძებით მეტად მრავალფეროვანი იყო, რომელიც კარგი გემოვნებით გამოირჩეოდა. საერთოდ, ველური ფხალეულისაგან დამზადებულ კერძებს არა მარტო სამცხე-ჯავახეთის, არამედ საქართველოს სხვა კუთხეების მოსახლეობის სეზონური კვების რაციონში მნიშვნელოვანი ადგილი ეკავა.

აქვე უნდა აღინიშნოს ძველ წყაროებში დაცული ცნობების ღირებულება კვების შესახებ. ქართული ჰაგიოგრაფიული ძეგლები, კერძოდ, გიორგი მერჩულის „წმ. გრიგოლ ხანძთელის ცხოვრება“ მოწმობს, რომ ბერმონაზვნები საკვებად დაუშუშავებელ, მოუხარშავ და ჩაუშუშავ მცენარეებს იყენებდნენ, რასაც მოწმობს ტექსტში მათ შესახებ გამოყენებული ტერმინი „მძოვარი“. ამგვარი ფაქტები ბიზანტიურ, სირიულ და სხვა ენებზე შემონახულ თხზულებებშიც არის დაცული, რადგან შავი სამღვდელთა ძირითადად ბუნების წიაღში ცხოვრობდა და მოღვაწეობდა, საკვებიც, შესაბამისად, მხოლოდ უმი მცენარეულობა იყო.

გამოყენებული ლიტერატურა:

ბერიძე, 1981: ვ. ბერიძე, ჯავახური დიალექტის სალექსიკონო მასალა, თბ., 1981.

იველაშვილი, 1991: თ. იველაშვილი, ხალხური სამზარეულო, თბ., 1991.

სულხან-საბა ორბელიანი, 1966: სულხან-საბა ორბელიანი, ლექსიკონი ქართული, I, თბ., 1966.

ქ. ე. გ. ლ., 1986: ქართული ენის განმარტებითი ლექსიკონი, ერთტომეული, 1986.

საქართველოს ფლორა, 1949: საქართველოს ფლორა, ტ. 5, თბ., 1949.

ჯავახიშვილი, 1986: ივ. ჯავახიშვილი, თხზ. ტ. 5, თბ., 1986.

Tina Ivelashvili

EATABLE WILD PLANTS IN SAMTSKHE-JAVAKHETI

Summary

Studying traditional folk dishes made of wild plants gives us an opportunity to define how people living in different geographical regions are being fed, what is common for them and what is specific. A lot of wild plants were used in the past and are still used today as a food in Samtskhe-Javakheti. Some of them are eaten raw, others are eaten pickled. Studied material shows us that Samtskhe-Javakheti kitchen is rich in traditional, folk plant dishes which contain high calories and are very delicious.