



Հայկական խոհանոցի գաղտնիքները



ՀԱՅԿԱԿԱՆ ԽՈՀԱՆՈՑԻ ԳԱՂՏՆԻՔՆԵՐԸ

ԱՅՎԱԶՅԱՆ ՄԱՐԻԱՄ

ԲԱԲԱՅԱՆ ՆԱՆԵ

ԱԲՐԱՀԱՄՅԱՆ ՆԱՆԱ

ՀԱՅՐԱՊԵՏՅԱՆ ԳԱՐԻԿ

ՀԱՐՈՒԹՅՈՒՆՅԱՆ ՍԻՐԱՆՈՒՇ

ՄԱՐՏԻՐՈՍՅԱՆ ԱՆՆԱ

ԱՌՈՒՍՏԱՄՅԱՆ ԷԼԵՆ

Նախագծի ղեկավարներ՝

ՀԵՐՄԻՆԵ ԱԼԱՎԵՐԴՅԱՆ

ՄԵՐԻ ԴԱՆԻԵԼՅԱՆ



Հայկական խոհանոց

Ազգային խոհանոցը մշակույթը բնութագրող ամենագունեղ տարրն է: Ժողովուրդի կենցաղավարման բոլոր ավանդույթները, ինչպես նաև բնաշխարհի բոլոր բարիքները մեկտեղվում են ազգային խոհանոցում:

Շատ կերակուրների պատրաստման եղանակներ գրեթե չեն փոխվել, և մինչ այժմ սերունդներին են փոխանցվում խոհանոցի բոլոր գաղտնիքները: Հայաստան այցելած զբոսաշրջիկներն ու հյուրերը հայկական խոհանոցից ստացված իրենց տպավորությունների հիման վրա Հայաստանը առանձնացնում են աշխարհի մյուս երկրներից:

Բազմաթիվ միատարր խոհանոցների կողքին հայկական խոհանոցը միշտ առանձնացել է իր համի և ձևի նուրբ արվեստով:

Հայկական մշակույթում խոհանոցը սերտորեն կապված է հյուրընկալության և հյուրասիրության հետ: Միայն հայերն են, որ իրենց դիցարանում ունեցել են հյուրասիրության և հյուրընկալության աստված՝ Վանատուրը:

Հայկական մշակույթում սեղանը կարող էր իր շուրջը հավաքել ընտանիքի անդամներին, ընկերներին, ինչպես նաև տարբեր մշակույթի և սովորույթների կրողներին:



«Տոլմա» բառն առաջացել է ուրարտական «տոլի» կամ ուրարտերեն «ուդուլի» բառից, որը նշանակում է «խաղողի տերև»: Հնագույն բաղադրատոմսերը վկայում են, որ սկզբում այն փաթաթվել է միայն խաղողի տերևով, հետագայում օգտագործվել են նաև կաղամբի, բանջարի, սերկևիլի և հաղարջի տերևներ: Տոլմայի առաջին բաղադրատոմսը թվագրվում է 8րդ դար: Տոլմայի բազմաթիվ տարատեսակներ են առանձնացվում: Դրանցից մեկն է Պասուց տոլման, որը պատրաստվում է միմիայն հատիկեղենից: Հնում պասուց տոլման պատրաստել են գարնանամուտին, ինչը խորհրդանշում էր երկրագործական տարվա սկիզբը: 2011 թվականից ամեն տարի Հայաստանում անց է կացվում ավանդական տոլմայի փառատոնը, որի հիմնական նպատակը ազգային արժեքների պահպանումն է: Փառատոնի ժամանակ ներկայացվում են տոլմայի ավելի քան 60 տեսակներ, ինչպես նաև փառատոնի ժամանակ է հենց պատրաստվում ամենաերկար տոլման:



այկական Տոլմա



Խաշ

Խաշը հնագույն հայկական ուտեստ է, որը հետագայում տարածվեց Կովկասում և Անդրկովկասում: Խաշ ուտելու ավանդույթները գալիս են դեռևս հեթանոսական ժամանակներից, սակայն դարերի ընթացքում պատրաստման եղանակներն ու ձևերը չեն փոխվել: Կերակրի անվանումը առաջացել է «խաշել» կամ «խարշ» բառերից, որոնց հնչյունափոխության արդյունքում ստացվել է խաշ բառը: Ըստ բազմաթիվ հյուսված լեգենդների խաշը իսկզբանե աղբատների կերակուր է համարվել: Պատմում են, որ երբ հարուստները անասուն են մորթել, միսն իրենց են վերցրել, իսկ ոտքերն ու թորոտիքը աղբատներին բաժին հանել: Դե իսկ աղբատներն էլ եփել են և առավոտյան թաքուն կերել, որպիսզի ոչ ոք չտեսնի:



Գաթա

Գաթան իր առանձնահատուկ տեղն է զբաղեցրել գրեթե բոլոր տոնական և ծիսական սեղաններին: Ըստ ազգագրագետների հնում գաթայի վրա հատուկ խորհրդանշաններ են պատկերել, հաճախ նաև խաչեր, որպիսզի ընտանիքը պաշտպանեին չար աչքից: Նրանց պնդմամբ գաթան խորհրդանշում է նաև ընտանիքի ամրությունը, և իզուր չէ որ հարսանիքների ժամանակ հենց գաթա են պարեցնում նորապսակների գլխավերևում:

Գաթան նաև Ամանորի սեղանի ամենակարևոր բաղադրիչն էր հանդիսանում, որի մեջ թաքցնում էին կոպեկը կամ դոլլաթը: Այն սովորաբար կտրում էին տան ամենափոքր անդամի մեջքին դնելով: Այն անդամը ում բաժին էր ընկնում կոպեկը համարվում էր տարվա հաջողակը:



այկական Գարա



Ղափամա

Ղափաման հայկական ավանդական ծիսական կերակրատեսակ է: Ի սկզբանե այն մատուցել են հարսանիքների ժամանակ, որպիսզի նորապսակների կյանքը լինի նույնքան քաղցր, հարուստ և գունեղ:

Ղափաման ունի նաև հատուկ խորհուրդ: Ըստ լեգենդի դդումը խորհրդանշում է երկրագունդը, բրինձը՝ մարդկությունը, իսկ չրերն ու ընկուզեղենը խորհրդանշում են տարբեր ազգության և հավատքի մարդկանց: Ըստ հին հավատալիքի Ղափաման պատրասվել է որպիսզի աշխարհում խաղաղություն և բարություն լինի:



Ղափամա

Հարիսա

Հարիսայի արմատները շատ հին են, հնում այն անվանել են նաև խաշիկա: Հարիսան դասվում է զորաց ուտելիքների շարքին: Հնում հարիսայի պատրաստումը ընդունված է եղել որպես զոհամատուցման արարողություն: Այն մի ամբողջ գիշեր եփում էին թոնրի մարմանդ կրակի վրա, որպիսզի առավոտյան մատուցեին: Ամանորին պատրաստվող հարիսան տարբերվում էր ամբողջ տարվա ընթացքում պատրաստվող հարիսայից, որովհետև այն ընդհանրապես չէին խառնում, որպիսզի տարին հաշտ ու խաղաղ անցներ:

Հարիսան նույնպես ունի բազմաթիվ տարատեսակներ: Պահքի շրջանում հարիսա պատրաստել են նաև վայրի ուտելի բույսերից կամ ընդեղենից:



Բաստուրմա

Բաստուրման ավանդական խաշած մսային ուտեստ է, որը ծագել է կովկասյան տարածաշրջանից, մասնավորապես՝ Վրաստանում և Հայաստանում: Այն պատրաստվում է տավարի մսից, որը մշակում են աղով, չորացնում օդում, այնուհետև համեմում տարբեր համեմունքներով: «Բաստուրմա» անվանումը առաջացել է վրացերեն «bastoni» բառից, որը նշանակում է «չորացնել» կամ «օդով չորացնել»՝ արտացոլելով դրա պատրաստման ավանդական չորացման գործընթացը: Բաստուրմայի ճշգրիտ ծագումը կարելի է գտնել կովկասյան տարածաշրջանում, որտեղ այն դարեր շարունակ հայտնի ուտեստ է եղել: Ենթադրվում է, որ այն առաջին անգամ պատրաստել են քոչվոր ցեղերը, որոնց երկար ճանապարհորդությունների ընթացքում մսի պահպանման մեթոդի կարիք է եղել: Ճաշատեսակն ի վերջո տարածվեց հարևան երկրներում, ինչպիսիք են Հայաստան, Թուրքիա և Մերձավոր Արևելք, որտեղ այն դարձել է նրանց խոհանոցների հիմնական բաղադրիչը:



Բաստուրմա