هەگبەی خواردنی کوردەواری

ئاپراغ (دۆڵمە)

سەرەتا باینجان و کدو و ئارو لە ناوەڕاست دەکەنە دوو بەش و ناوکەکەیان لێ دەردێنن ن ئینجا پیاز چین چین لەیەکدی جیادەکەنەوە، گەڵا مێو و گەڵای سڵق ئامادە دەکەن، چەند بیبەر و تەماتەیەکیش ناوەکەی دەردەهێندرێت، قیمەی گۆشت لەگەڵ پیازو کەرەوز و ناوکە کدو و باینجان و تەماتەی وردکراو تێکەڵ دەکرێت، دۆشاوی تەماتە و خوێ و بەهاراتی بەسەردا دەکرێت، قیمەکە دەخەنە ناو کەرستە ئامادەکراوەکەو بەیەکەوە لە ناو مەنجەڵێك دەیان پێچن، دواتر سماقاوی بەسەردا دەکەن و دەیخەنە سەر ئاگر تا پێدەگات. دەکرێ لە جیاتی برنج، گەنمە کوتای تێبکرێت. دەکرێ کەرستەکەش تەنها گەڵا مێو یان سڵق یان کەلەرم بێت.

Email: handren.centre@soran.edu.iq
Phone number: 066 264 3626

سەنتەری هەندرێن بۆ زمان و توێژینەوەی کەلتوری/ زانکۆی سۆران
Handren Centre For Language and Cultural Studies-Soran University