

Birinca Îranê

Di sohbeta me de gava min got ez dixwazim ji birinca Îranê destpê bikim tarîfên xwarinên vejetaryen ên li Îranê tîn çêkirin ji wê guhdarî bikim got “Ay tu jî weke xweha xwe goşt naxwî, keça min hûn weha çawa têr dixwin? Ez gava êvaran sebzeyan dixwim berî raketinê zikê min dike xur xur tu dibê qey min tiştêk nexwarîye” û gazin kirin lê tavilê piştêre bi xwestinek mezin tarîf bi hemû hûrgilîyan vegot, te digot qey çiqas pir tarîf bidaya ewê ewqas pirî zikê me vejetaryenan “têr bibaya.”

Zeynep Kılıç

Mercan Yenge ji ber ku ji Îranê bû û xwarinên Îranê pir baş çêdikir ji zaroktîya min ve yeka xwe dikir mijara axaftinê di nava malbatê de. Di sohbeta me de gava min got ez dixwazim ji birinca Îranê destpê bikim tarîfên xwarinên vejetaryen ên li Îranê tîn çêkirin ji wê guhdarî bikim got “Ay tu jî weke xweha xwe goşt naxwî, keça min hûn weha çawa têr dixwin? Ez gava êvaran sebzeyan dixwim berî raketinê zikê min dike xur xur tu dibê qey min tiştêk nexwarîye” û gazin kirin lê tavilê piştêre bi xwestinek mezin tarîf bi hemû hûrgilîyan vegot, te digot qey çiqas pir tarîf bidaya ewê ewqas pirî zikê me vejetaryenan “têr bibaya”. Dibêjin li Îranê ji vê birincê re birinca Şumal-Reşt tê gotin. Dibêjin bajarê Reşt ê ku nêzî behra Hazarê ye û şînahî û barana wê pir e, cihê herî xweş ê ev birinc lê çêdibe ye. Hûn dikarin bi hemû hûrgilîyan tarîfa çar pirincên cuda yê Îranê û bi ser de tarîfa şorbê jî di dawîya nivîsê de bibînin.



Mercan Yenge bi eslê xwe ji Urmiyê ye, berîya 28 salan zewicîye û koçî Tirkîyê kiriye. Ew yeka pir pozîtîf û jineke henûn e. Gava me sohbet dikir pir kêlîyên ji kenan me nedikarî em mijarê bînin ser hev çêbûn. Û her ku ez bi wê re axivîm li gel van taybetîyên wê şensê min çêbû ku piştî zewacê bi koçkirina wê ya Tirkîyê re guherîna pergala jîyana wê nas bikim, guhdarîya vegotinên wê yê di derbarê rabirdûya wê û dayika wê de bikim û halê dayikbûna wê û nêzîkahîya wê ya ji bo zarokên wê ji nêz ve bibînim. Tiştên di derbarê tevgera xwe ya li hember zarokên xwe û tevgerên dayika xwe ya dema ew zarok bû ji min re gotin, qiyaskirina wê ya rabirdûya xwe û îroya xwe bi min da fikirandin ku ev yek dibe sedema tim xwe pirsayari kirina wê. Qiyaskirina wê ya li ser dayika xwe û niha ew bi xwe dayikek çawa ye, bi ricifandin û tenikbûna dengê wê dema sohbetê bi me herduyan jî kêlîyên hestyar da jîyandin.

“Binere tê bîra min diranê dayika min diêşîya, em çûbûn bijîjkê diranan li ser meselê serê sibehê em çûn û hatin dinerî metbex weha weke dîlanê dike, qet nedigot keça min hûn çima vira nadin ser hev, qet. Bi êşa diranê xwe rebenê radibû wir dida ser hev, xwarina xwe çêdikir. Ez bim; ez weha diqêrim, keçê ma hûn nabînin ez çûme bijîjkê diranan, hûn nabêjin ev jinik guneh e hema we vir bida ser hev. Qet dengê xwe dernedixist rebenê... Weha her ku tê aqlê min ez dibêjim ku ez wê çaxê çiqas zalim bûme...”

Mercan Yenge bi zewicandinê re koçî Tirkîyê dike û jîyana wê halekî pir cuda distîne. Berî bizewice derbarê metbexê de hema hema qet bi tu tiştêkî nizane. Ez serê pêşîn ji vê bawer nakim lê gava ez pîrsa birinc cara pêşî kengî û li ku çêkirîye dikim bersiva ez distînim têrê dike ku ez qanîh bibim.

“Min cara pêşî dema çêkir ez zewicandî bûm û min şewitandibû xwarin. Mêvanê min jî heye, min birinc çêkir û ezê binê wê hûr bikim, qey min nizanîbû min hûr nekiribû, min carekê nerî dixan derdikeve, axx min ji bîr kiriye ez vê hûr bikim. Min tu tiştêk nedikir berîya ez bizewicim. Gava min çay vedixwar min qedeh ha datanî vê derê, sênîk vê derê; dayika min dihat digot keça min qe nebe weha têxe hundirê wê û qedeh datanî ser sênîkê.”

Birinca Îranê li Îranê xwarinek sereke ya hema hema her şev tê çêkirin û tê xwarin e. Dibêjin ji ber ku xwarina sereke ye ji bo pêşkêşîya wê zêdetir girîngî tê dayîn. Li Tirkîyê mîqtarek pir hindik serwîskirina wê di demên pêşî yê hatina wê de rewşeke Mercan Yenga nekarîbû bielimîyaya bû ji ber ku li Îranê birincê bi awayê girekî datînin ser tepsîyekê û li ser wê bi zeferanê şiklên curbicur, sembol an jî navan dinivîsînin. Roja birinca Îranê bi taybetî tê xwarin jî roja îne ye. Dibêjin roja îne rojek mirov weke betlane pîranî bi malbatên xwe re li malê derbas dikin e, em dikarin weke roja yeksemê ya li Tirkîyê bifikirin. Gava ji bo ez pîranîya mezaxa birincê fêhm bikim pîrsa savarê dimezêxin an namezêxin dikim bersiva “Savar pir hindik tê bikaranîn. Bi awayê ‘Ayyy ma emê xwarina mirîşkan bixwin’ difikirin. Birincê dixin nava savara dipije, nîv birinc nîv savar çêdikin da ku illim birinc be” distînim û ev bersiv têrê dike ku ez fêhm bikim birinc ji bo wan xwedî girîngîyek çiqas mezin e.

Xalek girîng ya birinca Îranê jî baş dem stendina wê ye, ewê agirê binê beroşê bê hûr kirin û bi sebreke mezin bê sekinandin. Xalek girîng a din jî zeferan xistina hundirê wê ye. Zeferan biharatek têra xwe biha ye ji ber ku zeferana weke biharat tê bikaranîn ji nav pelên taç ên kulîlka jê re kulîlka zeferan tê gotin pela pir hindik e tê hişk kirin û paşê tê hûr kirin û tê bidestxistin. Mercan Yenge dibêje zeferan bextewarîyê tîne û ji psîkolojîya xerab re pir baş e û pêşniyar dike ku her roj teqez bi qasî qedehêk çayê bê demkirin û vexwarin. Hilbet gihastina tiştêkî evqas biha jî qet ne hêsa ye. Dibêje li Tirkîyê çend caran kirîye lê ji ber ku fikirîye ku sexte ye êdî tenê ji mervên xwe yê li Îranê ji ber ku pir biha ye “bi fedî” dixwaze. Piştî digihêje zeferanê li metbexa xwe bikaranîna wê jî dîsa ew bi xwe eyar dike. Dibêje li ser meselê hin êvaran mêrê wê yî dibîne pir zeferan bi ser birincê dakirîye yekser pîrsa “Mercan xêr e ewê kî bê, mêvan heye?” dike. Dibêje ji xeynî êvarên mêvanên wan ên taybet hebe û remezanan ji bo zû xelas nebe pir hindik dimezêxin.

Noşîcan be!

Birinca Îranê

Malzeme

- Birinca Îranê
- Leymûndiz
- Rûnê ron
- Lewaş
- Petat

Çêkirina wê

“Birincê li ser meselê em dixwazin wê êvarê çêbikin rojek berê birincê şil dikin li Îranê. 3 caran bi xweşkayî dişon, xwê davêjine hundirê wê, devjê berdidin disekinînin lê piştî ez hatim vir ez weha çênakim; ez serê sibehê şil dikim birincê tavilê êvarê çêdikim. Dema tu şil dikî gava tu çêdikî zû çêdibe heke tu şil nekî dereng çêdibe. Paşê tu avê datîne ji bo kelandinê, ewê ji nivê beroşê zêdetir av bikele. Tê xwê bavêje nava wê. Û 3-4 heb jî leymûndiz. Ev rengê birincê spî dike. Gava ava te kelîya tê birinca xwe bişo û ava wê baş vala bikî birincê vala nav ava dikele bikî, ewê bi xweşkayî bikele; carê tê kefa wê jî bistîni paşê tê bibîni ku birinc heb hebî derdikevin jorê tê hebek birincê bibî û bixwî qet di hundirê wê de tişteki dike git git tune ye bi xweşkayî tê wê punç punç bibî û biparzinîni, tê rûnê xwe têxî beroşa xwe, rûnê ron; heke nanê lewaş hebe bi xweşkayî nanê lewaş bavêje têxe binê beroşê, petatan bîne ji bo hundirê wê zirav zirav gulover gulover jê bike petatan, bi peçeteyê zuha bike, li ser nan rêz bike.

Ji zeferanê bi ser de wer bike, û xwê jî bi ser de wer bike paşê birincê vala ser wê bike, paşê tê rûn bera ser bidî, paşê poşetên sarincokê hene ya wê weha bi xweşkayî biçirîne, li ser beroşê bi cî bike ku dûkel dernekeve derve, qapaxa wê dîne ser, binê wê hûr bike. Di 15-20 xulekan de dem distîne. Bi xweşkayî dem stend. Demê çawa distîne gava te kapax weha rakir tê bibîni ku dûkelî bûye. Niha tê bibî û serwîs bikî. Weha bi xweşkayî beroşê kil bike, em ji nan û petatên binî re dibêjin ‘kazmak.’ Birayê min digot ‘Mama, birincê çêneke kazmakê çêbike’; dayika min digot kurê min qet kazmaka bê birinc dibe?’ Ewqas pir jê hezdikir ha. Zeferanê hin bi qeşê dem dikin hin jî bi ava germ dem dikin lê qeşa çêtir e ji ava germ, hê xweşiktir reng û bêhnê dide. 3-4 heb qeşayan têxe qedehê, zeferanê bavêje ser wê, gava qeşa helîya hinekî ji birinca xwe bera nav bide û li hev bixe û şikil bidê. Tu dixwazî tavê xêz bikî tu dixwazî hêvê xêz bikî tu dixwazî çixêzê xêz bikî, tu çawa dixwazî weha desenê li ser çêbike.”

Birinca Îranê ya bi Fasolîyên Şîn

Malzeme

- Fasolîyên şîn

- Nîskên kesk (li gor xwestinê)
- Pîvaz
- Rûnê ron
- Birinca Îranê
- Xwê
- Îsota reş

Çêkirina Wê

“Fasolîyên şîn jê bike baş bipijîne, paşê tê rûn pîvazê sor bikî, fasolîyê bavêje nav, biharatên wê jî bavêje nav paşê nîskên kesk jî tu bixwazî tê têxê. Tê jî bo 1 qedeh birincê 2 qedeh avê bera bidê, gava kelîya tê binê wê hûr bike ewê dem bistîne.”

Birinca Îranê ya bi Gêzeran

Malzeme

- Gêzer
- Pîvaz
- Birinca Îranê
- Xwê
- Îsota reş
- Zerdeçal
- Îsota sor
- Rûnê ron
- Bexdenûs
- Pûjan

Çêkirina Wê

“Birincê bişo dîne alîyekî, bila di avê de bisekine hebekî. Tu dixwazî gêzer kûpik kûpikî hûr bikî dixwazî rende bikî. Heke tê kûpik kûpikî hûr bikî jê pêv jî bila di beroşekê de hebekî bikemide. Talîyê pîvaz û gêzerê di nav rûn de bipijîne paşê birincê lê zêde bike, ava wê bi ser de zêde bike, herî dawî biharatan û bexdenûs û pûjanê jî lê zêde bike.”

Birinca Îranê ya bi Kelemê

Malzeme

- Kelem

- Birinca Îranê
- Rûnê ron
- Xwê

Çêkirina Wê

“Kelemê bişo, bi xweşkayî hûrik hûrikî hûr bike weke tu zeletê çêdike, di miqilkê de bêyî rûn kapaxa wê bi ser de bigre, bila hebekî biçilmisin paşê rûn bera bidê û hebekî biqelîne, birinca wê têxe ser paşê bihêle bila dema xwe bistîne.”

Bonûs: Şorba Sup

Malzeme

- Genimê aşûrê
- Gêzer
- Petat
- Tirş
- Zereşk¹
- Ava lîmonan



Çêkirina Wê

“Tu vey a bi genimê aşûrê çêdikî. Genimê aşûrê bi xweşkayî bişo, bi awayê ser wê derbas bike avê lê zêde bike bila li ser êgir bikele, gava kelîya kapaxa wê dîne ser, binê wê vemrîne bila bisekine. Piştî 1-2 saet derbas bû were dîsa binê wê vêxe, gava kelîya vemrîne, 3 caran bi vî awayî vey a bike. Kûpik kûpikî gêzer û petatan hûr bike, divê petat jî gêzeran hindikir be. Têxe nava genim bila bikemide bipijin vana. Jê pêve di qabekê de ava bi tirş çêbike û bi xweşkayî têxe hundirê beroşê. Tirş nahêle gêzer bipije. Heke tu bixwazî tu dikarî îsotan jî têxe hundirê wê. Em zereşkê jî dixin hundirê wê, tiştêkî weke kişmişê ye. Ji Îranê tê ev jî min re, li Tirkîyê min qet nedîtîye, tahmek wê yî tirş heye. Dara vey a heye. Jê pêve tê ava lîmonan bera hundirê vê şorbeyê bidî, taybetîya wê ew e.”

¹ Tiriye Îranê ye hûnê dikaribin di wêne de jî bibînin.