ДУРМУШДА ТЫГШЫТЛЫЛЫК САПАКЛАРЫ

Е.М.КАНЕВСКИЙ
Э.В.КРАСНЯНСКИЙ
М.М. ЛЫСОВ

ДУРМУШДА ТЫГШЫТЛЫЛЫК САПАКААРЫ

2570

АШГАБАТ «МАГАРЫФ». 1987

Каневский Е. М. ве башг.
Қ 26 Дурмушда тыгшытлылык сапаклары. (Каневский Е.
Краснянский Э. В., Лысов М. М., Рус дилинден терҗиме
М. Худайбердиев. —А.: Магарыф, 1987. 220 с. 1 м.

Зибил окланян ере ийилмедик чөреги зыңмагымыз, чыраны сәхел в
лыгам болса өчүрмән гитмегимиз, бир литр бензини артык якмаг
ахыр нетиҗеде диңе бир өзүмизе дәл, эйсем, җемгыете-де әгирт улы
етирйәр.

Бу китап шулар ялы йитгилерин өңүни нәдип алмалыдыгы барада
берйәр.

Китап окыҗылар көпчүлиги үчин ниетленйәр.

Каневский Е. М. Краснянский Э. В., Лысов М. М. Уроки эконом
быту.

К $\frac{4802000000 \quad -1567}{М552(14) \quad - \quad 87}$ **без объявления** **37. 279**

© «Магарыф» неширяты, 1987.
Рус дилинден терҗиме эдилди.

Өз өйүмизиң эеси өзүмиздирис

Биз 277 миллион адам. Гылык-хәсиетлеримизем дүрли-дүрли. Бизи бирлешдирйән бир зат бар: ол хем бизиң әхлимизиң өз юрдумызың хожайынларыдыгымыздыр. Биз өз социалистик Ватанымызы шөхратландырмак үчин, онуң байлыгыдыр кувватыны артдырмак үчин зәхмет чекйәрис. Юрдумызда мүңлерче кәрхана гурулды, шәхерлериндир обаларың кешби өзгерди, медениет, билим, саглыгы саклайыш дережәмиз ёкарланды. Яшайыш-жай, медени-дурмуш шертлерини говуландырмак үчин көп ишлер эдилди. Шу затларың әхлисиниң җеми хөкмүнде болса халкың мадды хал-ягдайы месе-мәлим ёкарланды.

Хава, йылсайын, хер бәшйыллыксайын биз, —бизиң хер биримиз хем тутушлыгына аланымызда бүтин юрдумыз, — барха говы яшаярыс. Йөне чөрегиң хер путуның, этиң хер килограмының, сүйдүң хер литриниң, янгыҗың хер тоннасының... нәхили зәхметлер билен газаныляндыгыны ятдан чыкармалы дәлдирис. Оңат хасыл алмагымыз үчин топрак бизден барха көп идег этмегимизи хем-де барха көп серишде сарп этмегимизи талап эдйәр, газылып алынян пейдалы магданлар болса барха ериң җүммүшинде «гизленйәр», сенагат меркезлеринден барха узага чекилйәр, диймек, бизе барха гыммат дүшйәр. Шонуң үчинем дөвлет эмләгине хем өз эмләгиңе башарныклы, акыллы-башлы чемелешмеги өвренмек бизе дийсең зерурдыр.

«...Биз, айдалы, энергетика ве чиг мал ресурсларының өндүрилишини түкениксиз артдырып билмерис. Металың, небитиң, дөкүнлериң хер тоннасының, электрик энергиясының хер киловатыны, агаҗың хер кубометрини эчиликли пейдаланмагы өвренмек герек» дийип М. С. Горбачев айтды. Шонда гүнүң эсасы шыгарларының бири хөкмүнде Тыгшытлылык хем агзалды.

Бизиң өйүмиз, бизиң квартирамыз, бизиң машгаламыз — машгалаларың саны болса хәзир 70 миллиондыр — яшайыш шертлерини үпҗүн эдиҗи умумы бир система бирлешдирилен ялыдыр. Бу системаның каналлары боюнча — электрик хем йылылык бериҗи сетлер боюнча, сув проводлары боюнча, газ

проводлары боюнча, сөвда, дурмуш, коммунал, үпжүн эдиҗи гурамалардыр эдаралар аркалы биз өз машгала оҗагымызы сакламак үчин зерур болан әхли герекли затлары алярыс.

Шунда ене-де бир зады белләп гечмек зерурдыр — биз бу затлар үчин тутушлайын алаҗында оларың җемгыете дүшйән гымматындан хас арзан төлейәрис. Хәзир шәхер илатының 80 проценте голайы айратын квартираларда яшаяр хем яшайыш җайы ве коммунал хызматлар үчин дөвлетиң яшайыш җай фондуны хем коммунал хоҗалыгыны сакламак үчин чыкарян эксплуатацион чыкдайҗыларының үчден бириниденем азыны төлейәр. СССР-де квартира төлеги 1928-нҗи йылдан бәри үйтгевсизлигине дуряр ве электроэнергия, йыладыш, сув, газ, телефон үчин төлеглер билен биле аланыңда ишчилериң хем гуллукчыларың машгалаларының әхли чыкдайҗыларының ортача 3 процентини тутяр. Деңешдирмек үчин аланымызда, АБШ-да ве Великобританияда шу чыкдайҗылар машгаланың бюҗетиниң бәшден бир бөлегини тутяр.

Ине, шу ерденем бизиң өз өйүмизде энергияны, йылылыгы, сувы, азык өнүмлериңи нәхили дереҗеде пейдаланышымыз диңе өз шахсы ишимиз дәлдиги барадакы нетиҗе гелип чыкяр. Бу яшайыш эшретлериниң әхлисине тыгшытлылык гөзи билен гарамак дүшүнҗеси дең дереҗеде хем социал-ыкдысады дүшүнҗедир, хем ахлак дүшүнҗедир.

«СССР-и ыксысады ве социал тайдан өсдүрмегиң 1986 — 1990-нҗы йыллар үчин ве 2000-нҗи йыла ченли дөвүр үчин Эсасы угурлары» тыгшытлылык режимини гүйчлендирмәге, ресурсларың әхли гөрнүшлериниң рационал ве тыгшытлы сарп эдилмегини туганъерлилик билен газанмага, оларың йитгилерини азалтмага, дурмушда энергетик ве бейлеки ресурслары эечиликли пейдаланмага чагыряр.

Ыкдысады тербие өйде, машгалада башлаяр. Грамлары, ваттлары, минутлары хасапламагы оңармаян я-да шоны ислемейән адама гөйә затлара эечилик гөзи билен гарамазлыгың микробы ёкушан ялыдыр. Өз өйүниң хакыкы хоҗайыны болан адам көпленч ягдайда өнүмчиликде, колхозда, совхозда, гурлушыкда, эдарада хем хакыкы хоҗайындыр. Зибил дөкүлйән провода хеңлән чөрегиң гыңагыны окламаян адам завод ховлусындакы зыңылып гойберилен деталың хем деңинден гечип гитмез.

Хич ким бизи Шекспириң Шейлогының; Бальзагың; Гобсегиниң, Гоголың, Плюшкининиң болшы ялы болмага чагыранок. Гүррүң башга зат барада —Пайхас билен Ислегиң җебис союзының болмалыдыгы барада баряр. Гүррүң хер бир мадды эшретиң, —машгалада болса өңи билен, —зәхмет чекилип ве дер дөкүлип газанылян әхли зада тыгшытлы, небсагырыҗылыклы гарамаздан мүмкин болмаяндыгы барада баряр. Элбетде, бейле гатнашык өз-өзүнден дөрәймейәр, бейле гатнашыгы өй хоҗалыгыны тыгшытлы алып бармагы өвредйән өзболушлы мекдеп-

де формирлемек зерурдыр, шейле мекдепде болса адам җемгыетчилик эмлогине тыгшытлы гарамагың ахлак сапакларыны аляр. Бизиң хеммэмиз шол мекдебиң окувчыларыдыр мугаллымлары болмалыдырыс.

Аслында хич ким хич хачан өзүни соважаң я-да гысганч дийип хасап этмейәр. Хеммелер алтын аралыкда дурмага чалышяр, мунуң өзи говы зат. Биз өзүмизи тебигатың ярадышы ялыдырыс. Йөне биз ене-де нэхили болмагы ислесек шол хилидирисем. Кәмахал бизе угрукдырыҗы сөз айтмак, маслахат бермек, игенмек етерлик боляр, онсоң зыңян эл саклаян эле өврүлйәр. Шу китап хем сизе шейле маслахатчы болар дийип умыт эдйәрис. Элбетде, бу китап шахсы хоҗалыгыңы тыгшытлы алып бармагың эхли тилсимлерини өвредйэн окув китабы, хоҗалыгы доландырмага дегишли эхли сораглара җогап тапып болҗак, өй хоҗалык ылмының ве тежрибесиниң бир ере җемленен йыгындысы дәлдир. Бизиң умумы бир совет өйүмизиң бир бөлеҗиги болан шахсы өйүмизде хакыкатданам өй эеси болмак ислейэн болсак эхлимизиң билмели затларымызың иң мөхүмини, зерурыны, иң гызыклысыны бир сахабың ичинде йыгнамага сынанышык эдилди.

ХАСАПЛАМАГЫ БАШАРЫҢ

Исле ол завод болсун, исле колхоз я да өй—хер бир хожалык белли бир ыкдысады эсасда доландырыляр. Хава, бизиң өйүмиз хем, ягны, яшаян, сөйүшйән, окаян, чага етишдирйән, улалып-өсүп гарраян, агтыклара йүзүмиз дүшүп ене йигделйән өйүмиз хем белли бир ыкдысады эсасда доландырыляр. Шонуң үчинем тыгшытлылык режиминиң өзүмизиң байлыгымыза тарап ёлумыздыгы, тутушлыгына аланымызда бизиң хеммәмизиң, айратынлыкда аланымызда болса бизиң хер биримизиң мадды хал-ягдайымызың өсмегиниң Эсасыдыгы барадакы дүшүнҗәниң аңымызда чуңңур орун алмагы герек.

Биз өзүмизиң ыкдысадыетде, социал-сыясы ве рухы дурмушда газанан үстүнликлеримизе кануны ягдайда гуванярыс. Совет Союзының Коммунистик Партиясының «әхли зат адам үчин, әхли зат адамың эшрети үчин» дийййән программалайын шыгары барха чуңңур хем конкрет мана эе боляр. СССР-де илатын жан башына дүшйән реал гирдейжи соңкы йигрими бәш йылың ичинде 2,5 эссе артды.

Шол йыллар ичинде жемгыетчилик сарп эдиш фондлары 5 эсседенем көпрәк артды. Бу чешмеден төленйән төлеглер ве еңилликлер илатың жан башына хасапланында 1984-нжи йылда 508 манат болды.

Мәлим болшы ялы, мугт окув, ишгәрлериң квалификациясыны ёкарландырмак, мугт медицина көмеги, пособиелер, окувчылара стипендиялар, отпускларa төлеглер, мекдебе ченли чагалар эдараларында чагаларың сакланылмагы ве бейлеки төлеглердир еңилликлер жемгыетчилик сарп эдиш фондларындан үпжүн эдилйәр. Муңа пес квартира төлеглерини өңки мөчберинде сакламак үчин гойберилйән дотациялар хем, медени хызмат чәрелериниң кәбир гөрнүшлери-де (театрлар, китапханалар, клублар), шәхер ёлагчы транспорты-да ве ш.м. гирйәр.

Соңкы йылларда партиямыз ве хөкүметимиз халкың мадды хал-ягдайыны мундан бейләгем ёкарландырмага гөнүкдирилен чәрелери амала ашыряр, шол чәрелер СССР-иң Азык програм-

масының ве Халкың сарп эдйән харытларыны өндүрмегиң ве хызмат сферасыны өсдүрмегиң 1986—2000-нжи йыллар үчин комплекслейин программасының чәклеринде амала ашырыляр. Шу өрән мөхүм документлерде өңде гойлан везипелер бизиң сачагымызың үстүндәки наз-ныгматларың гүнсайын болмагыны, өйүмизиң аматлы болмагыны, дурмуш аладаларымызың еңил болмагыны, дынч алышымызың болса хас манылы болмагыны газанмаклыга гөнүкдирилендир.

Шу везипелери үстүнликли чөзмеклигиң эсасында ики саны чешме ятандыр, оларың бири-хә мадды эшретлери көпелтмекдир, бейлекиси хем шол эшретлери рационал уланмакдан ыбаратдыр. Шунда бу айдыланлар зәхмет коллективине-де, дөвлетиң ячейкасы болан хер бир машгала-да дең дережеде дегишлидир. Ики саны хакыкатың болмагының мүмкин болмайшы ялы, ики саны мораль хем болуп билмез. Эмләк өз эмләгиңе ве җемгыетчилик эмләгине бөлүнмейәр. Шу ерде диңебир дурмуша болан гражданлык ой-пикирлериң өңе чыкмаяр. Бу ерде ишиң практики тарапы хем бардыр: социализмде умумы бир кануналайыклык гутулгысыз херекет эдйәр — дөвлетимиз нәче бай болса,

бизиң хер биримизем шонча-да оңат яшарыс. Я-да башгача айданымызда: биз өй хожалык ресурсларымыза нәче тыгшытлы, акыллы-башлы чемелешсек, бизиң юрдумыз шонча-да чалт беркәр ве байлашар.

Ине, шонуң үчинем дурмуш ыкдысадыетимизе дөвлетимизиң ыкдысадыетиниң состав бөлежиги хөкмүнде гарамак герек. Диймек, дурмуш ыкдысадыетимизе чынлакай, эечиликли чемелешмек герек.

Гепиң гердишине гөрә айтсак, илкибада ыкдысадыет өзүниң ирки өсүш дөврүнде өй хожалыгыны алып бармагың усулларыны өвренйән билимлер топлумы болупдыр. «Ыкдысадыет» сөзүниң гөс-гөни терҗимеси-де «өй хожалыгы» диймеклиги аңладяр. Эмма хәзир, гөрүп дуршумыз ялы, ыкдысадыет ылмы бизиң дурмушымызың ыкдысадыетиниң проблемаларындан дийсең дашда дуряр.

Бизиң узакда галан ата-бабаларымыз арифметиканың дөрт амалыны билмеселерем тыгшытлылык пикирлеринден угур алыпдырлар, өз бәхбитлери барада башарҗаңлык билен аладаланыпдырлар. Гадымы гүндогар акылдарларының бири «байлашмагың ики усулының бири хожалыкчылыкдыр» дийип, хәзирем дөвребап хакыкаты айдыпдыр, ол байлашмагың биринҗи усулы дийип гирдейҗилериң көпелдилмегини гөз өңүнде тутупдыр.

Халк арасында: «Пулы елиң ыгына совурмак итиң аңсады» дийилйәр. Пулы хут шу пурсатың өзүнде өзүңизе герек болан зада, машгала мүмкинчилигиңиз ...

Йөне бизиң көпимиз гелҗек йыл үчин совгутларымызы планлашдырмага-ха дәл, иң бәркиси, өңүмиздәки ай үчин совгутларымызы бир гөз өңүнде тутярмыкак? Гөз өңүнде тутмаян болсак герек. Йөне велин, планлашдырылмаса машгала ыкдысадыети узага гидип билмез.

Тыгшытлылык билен гысыклыгың арасында хич хили умумылык ёкдур, «тыгшытлылык» дийленде герек-ярак затлара пулуң оңат ойланышылып сарп эдилмеги, хожалыгың акыллы-башлы йөредилмеги, азык өнүмлериниң максадалайык уланылмагы хем-де эмләгиң сересаплы уланылмагы гөз өңүнде тутуляр. Ислендик гирдейҗили ягдайымызда-да төверегимиздәки затлары узак вагтың довамында уландырар ялы оңат ягдайда сакламагымыз герек. Гейим-эшиге вагтал-вагтал середилип дурулмагы, гүнделик дурмушымызда хәли-шинди уланып йөрен хожалык предметлеримизи догры уланмагы башармагымыз оларың өмрүни узалдяр.

Бир сөз билен айданыңда, хасапламагы башармалы. Өз пулуңы хасапламагы башармалы, йөне шонда җемгыетиң, дөвлетиң бәхбитлери хем ятдан чыкарылмалы дәлдир.

Өкде адамың гечйән сапагы

Нәдип өз өйүңде стратег болмалы

«Хожалыгы алып бармак» диен җүмле хеммәмизе таныш җүмледир, шу җүмледен өй рахатлыгының, абаданлыгының эшрети дуюляр. Соңкы дөврүрде хожалыгы алып бармак өзүмизе-де билдирмән кем-кемден гүнделик дурмушымыздан йитип гидип уграды. Эркек кишилериң ызы билен аялларам башбитин гуллук ишлерине берилдилер. Онда өй киме галяр? Өй хожалыгыны алып бармакда биз барха өз дуйгурлыгымыза, эҗелеримиздир энелеримизиң теҗрибесине бил баглап уградык. Йөне велин, хайп. Хожалыгы алып бармагың өзи гиден бир ылымдыр, шол ылымсыз болса гүнделик машгала дурмушында хич оңуп болмаз. Хожалыгы алып бармак ылым болян болса, диймек, шол ылмың барлагчыларыдыр мугаллымлары-да болмалыдыр. Ине, шейле мугаллымлары хем авторлар шу китабың сахыпаларына СССР Госпланының янындакы ылмы-барлаг ыкдысадыет институтындан чагырдылар.

Таныш болуң: О. П. Саенко ве А. Л. Малов—ыкдысады ылымларың кандидатлары, илат үчин мадды эшретлери өндүриш ве сарп эдиш проблемалары бөлүминиң специалистлери. Олар хожалыгы рационал усул билен алып бармагың угурларыны оңат билйән адамлардыр.

—«Хожалыгы алып бармак» ылмы нәхили ылымка?

—«Хожалыгы алып бармак» дийленде гүнделик машгала дурмушының әхли тараплары гөз өңүнде тутуляр. Шейле дийленде онуң хожалык тарапы: нахар тайярламак, квартираның арассачылыгына эсеван этмек, хожалык үчин дүрли харытлары сатын алмак, тикин-чатын ишлерини этмек, дурмушда тыгшытлылык дүзгүнлери барада йөнекейҗе маглуматлардан хабардар болмак хем-де шулар ялы биртопар шертлер гөз өңүнде тутуляр.

Хожалыгы акыллы-пайхаслы алып бармак үчин хәзирки заман машгаласына шахсы медениетден башга-да йөрите эндиклериниң тутуш бир комплексини эле алмак герекдир. Соңкы дөврүрде илатың бу меселелери өвренмәге ислеги артды. Бизиң пикиримизче, муны бир тарапдан совет адамларының мадды хал-ягдайының тутушлыгына аланында ёкарлананлыгы себәпли

көп машгалаларың хетденаша совружылыгы билен дүшүндирмек болар.

Пулуны сага-чепе ойланышыксыз совурян адам өз өйүнде зерур болмаса-да янып дуран лампочканы өчүрмеги я-да сув краныны япмагы ятдан чыкарян адам, зибил дөкүлйән провода чөрек зыңян адам өнүмчиликде материаллары тыгшытламак үчин чынлакай гөрешип билерми? Бу совалың жогабыны окыҗының өзи билйән болса герек.

—Совет адамлары өзлериниң мыхмансөерлиги, элачыклыгы, сахылыгы билен таналяр. Гүррүңсиз оңат хәсиетлер болан шейле хәсиетлериң, айдалы, сизиң өйүңизе мыхман гелендәки ягдай билен нәхили утгашдырмалы?

—Бизиң хеммәмиз мыхманчылыга гитмеги говы гөрйәрис, йөне мыхман кабул этмеги ондан-ам говы гөрйән болсак герек. Гүлер йүзли, эсерден өй эелери мыхманларыны мүмкин болдугыча жайлашыклы орнашдырмага, оларың гөвнүни ачмага хем-де хеззет-хормат этмәге ховлукяр. Бизиң мыхмансөерлигимизиң аңырдан гелйән дәплери беян эдилйән накылда «Мыхмана хормат ягшы, өй эесине — сынаг» дийилйәр.

Совет адамларының мыхмансөерлиги бүтин дүнйә мешхурдыр. Дуз-чөреклилик бизиң юрдумызда яшаян әхли миллетлериң векиллериниң тапавутлы айратынлыгыдыр. Бу хәсиет говы, ажайып хәсиетдир. Мыхман кабул эдилмейән өй бош, совук, йүрекгысгынч өйдүр. Дүнйәде хич бир зат адамлар билен өзара гатнашык эдениндәки шатлыгың орнуны тутуп билмез.

Бу затлар догры. Йөне кәвагтлар мыхманлары уградып, зибил ташланылян провода тарелкаларда галан галындылары дөкуп, иййлмедик азыклардан холодильниги дыкалап долдурып, депе болуп үйшүп дуран гап-гачлары бирлай ювуп, квартираны өңки каддына гетирмек үчин йыгнашдырып өзүңизи халыс лагшан гөрнүшде дуйяндыгыңызы ятлаң ханы. Онсоңам нәче гезеклер гайдып бейле көп мыхман чагырмазлыга өз яныңыздан шерт эденсиңиз.

Галыберсе-де, узага чекен шейле отуршыклардан соң аша артык иймекден яңа иениңизи синдирип билмән дүшеге гечен вагтларыңызы ятлаң. Шейле болупды герек?! Хава, өзара гатнашыкларың шейле гөрнүшинден соң адамда якымсыз дуйгылар галяр.

Мунда кими гүнәкәр хасап этмели? Өзүңи, диңе өзүңи гүнәкәрлемели. Нәме үчин? Себәби, хемме задың себәпкәри сизиң гөз гөркезмек үчин, өзүңизисөйүҗиликли, «иллериңкиден үйтгешик» шады-хоррамлык этмәге болан ымтылмаңыз. Шол болгусыз максада етмек үчин биз машгала бюҗетинден биртопар серишделери бөлүп алярыс, өз әхли гуҗур-гайратымызы, саглыгымызы сарп эдйәрис, ахырнетиҗеде-де хем өзүмизе, хемем мыхманларымыза зыян эдйәрис.

Элбетде, мыхманлары гүлер йүз билен гаршыламагам, сачагыңы гиңден язып беземегем зерур зат. Йөне шунда байрамчылыгы ызы үзүлмейән ичхә-ичлиге, ийхә-ийлиге өврүрмели дәл. Узын гүнләп өзүңе ченденаша зор салмак, өй билен магазин аралыкда агыр сумкалары гөтерип азык дашамак, энчеме сагатлап плитаның башындан айрылман дурмак, соңундан болса ашхана билен мыхманхана аралыкда гатнап халыс лүт болмак герек затмыка бери? Шейдип гүйчден-гурбатдан гачандан соң хем зораякдан йылгыран болуп сачак башына гечмек, әхли гүйҗүңи-гайратыңы берип, бүтин укыбыңы җемләп тайярлан ныгматларындан гөвүнли-гөвүнсиз тамшанмак герекмикә бери? Шейлелик биленем бирек-бирек билен гөвүн ачышып отурмак, саз диңлемек, танс этмек үчин гуралян байрамчылык агыр зәхмете, хатда исленилмейән борҗа өврүлйәр.

Онда мундан чыкалга ниреде? Достларың, доган-гарындашларың, гоңшуларың билен отурышмакдан йүз өврәймелими? Дүнйә чыкман отураймалымы? Асылам бейле этмели дәл. Йөне байрамчылыгы гурамага акыллы-пайхаслы чемелешәймели.

— Дурмушда тыгшытлылык барада гүррүң ачмаклык гылык-хәсиетиң гысыклыгындан хабар берйәр диен пикир бар Бу пикире нәхили гаршы чыкмак бор?

—Өрән йөнекей. Машгала ичинде тыгшытлылыгы берҗай этмегиң гысыклык билен хич бир хили умумылыгы ёкдур, бу диңе пулуң оңат ойланышылып совуляндыгына, хоҗалыгың акыллы-башлы алнып барылянлыгына, өйде болан әхли зада аявлы чемелешилйәнлигине шаятлык эдйәр. Эмләге шейле чемелешилмеги болса, дүзгүн болшы ялы, белент гражданлык

кәмиллигиниң гөркезиҗесидир, себәби биз дурмушымызда чыкдайҗылары көпленч суратда дөвлетиң өз үстүне аляп гымматлыкларыны уланярыс ахыры.

Машгалаларың көпүсиниң кынчылык чекйән ери оларың өз гөвүн йүвүртмелерини гирдейҗилери билен утгашдырмагы оңармаянлыгындадыр. Шу ягдай хем көпленч ягдайда машгала бюҗетиниң гирдейҗилер бөлүми билен чыкдайҗылар бөлүминиң деӊ гелмезлигине гетирйәр. Бу, гынансагам, шейле йөнекейҗе усул билен йүзе чыкяр. Айлыкларыны алып адамлар магазинлере топулярлар, көпленҗем герекмеҗек харытлары аляρлар, чыкдайҗыларыны планлашдырман: «ай, соңунынҗам бир зады бор-ла» дийип, пулларыны еңилкеллелик билен совярлар. Гепиң гердишине гөрә айтсак болса, машгаланың мадды-хал ягдайының реал дережеси гелйән гирдейҗилериң дережеси билен дәл-де, хоҗалыгы алып бармак башарныгы билен өлчелйәр. Ханы өйдәкилериң хайсыдыр болса бириниң хич бир себәпсиз ере: «Хол-ха гоңшуларымызың гирдейҗиси аз хем болса бергилерем ёк, ёгсам бизден кем иенокларам, геенокларам» дийип ген галма билен гүрләп гезеклерини ятлап гөрүң. Гоңшуларыңыз болса, гөрсеңиз, сизден тапавутлылыкда, пулларының хасабыны йөретмеги, олары герекли ерине акыллы-башлы харчламагы өвренендирлер.

Хәзир бизде илатың 60 процентинденем көпүсиниң хер машгала членине дүшйән гирдейҗиси 100 манатданам гечйәр. Он бәш йыл мундан озал болса йүз манатлык чәкден илатың диңе 18 проценти гечйәрди. Гирдейҗиниң шу суммасы специалистлер тарапындан өзболушлы бир чәк хасапланыляр, специалистлер шу чәкден гечилсе затлары ислегиң боюнча сайлап алмак чәги башланяр дийип хасаплаярлар. Йөне, элбетде, бейле дийилдиги шейле гирдейҗили машгалаларда артыкмач пул пейда боляр дийилдиги дәлдир. Иш йүзүнде хич хили артыкмачлыгың асла болмага хакы ёк, себәби ислегиң өсмегиниң чәги ёк. Ислегиң боюнча сайлап алынмагы дийилдиги иймите, геймите дегишли зерур ислеглериң, медени-дурмуш ве хоҗалык максатлы эсасы харытлара, өзем йөне бир харытлара-да дәл-де, ёкары хилли харытлара болан ислегиң канагатландырылмагы дийилдигидир.

—Йөне эдил шу ерде-де иң мөхүм зат: өз гирдейҗилериңе акыллы-башлы ыгтыяр этмек зерурлыгы йүзе чыкяр-да. Муны болса хемме адам башармаяр. Меселем, сазың өлеменини алып гөрелиң. Сазың шол өлемени әхли серишделерини өз гызыкланян зады үчин — аппаратуралар, плёнкалар, пластинкалар алмак үчин совяр. Гөрәймәге серишде-де етерлик ялы, машгала болса ол айлыкдан ол айлыга зордан гүнүни гөрйәр.

—Хайсам болса бир зат билен гызыкланмак, гүррүңсиз, оңат зат. Йөне мунуңам, хер бир затда болшы ялы, чәгини билмели. Шу себәпли Гегелиң илки гөрәймәге дүшүнмеси кын болан, эмма дийсең анык айдылан бир пикирини гетирсек җай болҗак. Ол шейле дийййәр: «Бизиң эдйән харажатларымыз барасында

ылкибада кәбир гинишлик боляр, шонуң чәклеринде бирнеме көп я-да аз харч эдилмегиниң әхмиети ёк. Эмма индивидуал ягдайлар тарапындан хер бир адам үчин кесгитленйән өлчегиң ол я-да бейлеки чәгинден анры гечөнимизде өлчегиң хил тебигаты өзүни дуйдуряр... Шоңа гөрә-де яп-яңылар хем хожалыгы оңат алып бармак хөкмүнде гаралмалы болан зат хусытлыга я-да совружылыга өврүлйәр». Гөршүңиз ялы, тас ики асыр мундан озалам хожалыгы акыллы-башлы доландырмак проблемалары өңдебарыжы акыллары толгундырыпдыр.

Хожалыгы алып бармак хер ким өз келлесине гелен зады эдип йөрмели өзакымлайын процес дәлдир. Мунда кесгитли бир кануналайыклыклар херекет эдйәр. Шолары билмек герекдир. Шолары гөз өңүнде тутмак зерурдыр.

—Окыжылара сиз нәхили практики маслахатлар берип билерсиңиз? Меселем, машгаланың бюджетини нәхили эдип бөлүшдирмели? Хайсам болса бир зат сатын алнанда нәмелерден угур алмалы? Иймитде тыгшытламак герекмикә? Шулар ялы сораглар санардан көп.

—Айлыгыны алып, оны «Ай, соңуныңам бир зады бор-ла» дийип совян, соңам зордан индики айлыга етйән машгалалара душ гелмек миессер этди. Бюжетини бейле гурмак болмаз. Онда нәмеден угур алмалы?

Бир шулары теклип эдип билерис. Илки билен нәче пулуң дүшжегини өңүнден — бир хепде бир ай өңүнден кесгитлемек герек. Шунда әхли гирдейжилери —айлыгы, пенсияны, стипендияны, меллекден йыгналан өнүмлериң гымматыны ве бейлеки затлары гөз өңүнде тутмак герек.

Шондан соң мыдама төленилип гелинйән төлеглери — квартира, коммунал хызматлар үчин төлеглери, чагалары яслилерде, чагалар багында, интернатда сакламак үчин төленйән төлеглери гөз өңүнде тутмалы, соңра болса вагтал-вагтал төленйән төлеглериң суммасыны —шәхерара телефон гүррүңлери үчин, гейим-эшиклери ювдурмак үчин төлеглери хем-де машгаланың иймити үчик герек болар өйдүлйән чыкдайжылары гөз өңүнде тутмалы.

Хер бир бюжетде, хатда ол бюжет о диен кәнем болмаса, гөз өңүнде тутулмадык харажатлар үчинем белли бир сумма бөлүнип айырмалыдыр, булардан башга-да сезон билен багланышыклы эдилмели чыкдайжылар, меселем, одун, көмүр, гыш үчин картошка эдинмек, гөк-өнүмдир мивелери эдинмек үчин ве ш.м. зерур харажатлар бөлүнип айрылмалыдыр. Бу затлары бир айың довамында алмак хожалыга кын дүшйәр, шонуң үчинем олар үчин сүйшүриктгилери бирнәче айың довамында топламалы. Меселем, гыша тайынланян мүрепбедир джем үчин герек болжак ганды өйүң кейванысы хер айың довамында герегинден бирнәче килограм артык сатын алып гойса ерликли болар. Байрамчылык сачагы үчин зерур болжак, көп дураны билен заяланмаян өнүмлери хем байрамчылык гүнлеринден бирнәче хепде өң сатын алып гоймак герек.

Шу айың довамында гөз өңүнде тутулмадык харыды (яглык, аякгап ве ш. м.) сатын алмага мүмкинчилигиңизиң барлыгыны-ёклугыны айыкламак үчин, бизиң санап гечен чыкдайжыларымызың әхли жемини гошага-да, алнан жеми умумы гирдейжиден бөлүп айырмалы. Эгер-де шу хасап боюнча алнан пул суммасы ниет эдилен харыдың бахасына етмесе, бу суммаиы өе герек болжак овнук-ушак затлар үчин совман сакламак үчин аманат кассада гояндан говусы болмаз. Гошмача гелен гирдейжилер барада-да шейле эдилсе говы болар. Аз-аздан хем болса шол гоюмлар белли бир вагтың довамында кем-кемден көпелерлер ве ахырында машгала гымматбаха харыды эдинмәге мүмкинчилик алар.

Иймит үчин гөз өңүнде тутулян, көп дуранда-да заяланмаян биртопар зады, меселем, макароны, ярманы, уны, чайы, ганды, шейле хем сабыны, диш пастасыны, гейим-гежимлердир гап-гачлары ювмак үчин порошогы ве ш. м. айлык алнан бадына бир ая етжек мөчберде алып гоймак максадалайык болар. Галан

пулы гүнде алынмалы затлар үчин гоймак герек. Пулы гыраден совмак үчин, айлыгың галан суммасыны индики айлыга ченли гүнлериң санына пайламалы, шонда алнан саны едә көпелтмели. Шейлелик билен хер хепдеде нәче пул совуп болҗаклыгыны аныклап болар.

Иймит үчин эдилйән чыкдайҗылара айратын үнс бермек герек. «Адам диңе чөрек билен яшамаяр» дийилсе-де, хакыкат йүзүнде ол хут чөрек иййәни себәпли яшаяр. Иймитде пул тыгшытлаҗак болмалы дәл, йөне иймитлик хер хили өнүмлер үчин ойланшыксыз пул совурмагам ерликли дәлдир...

—Шу меселе өрән зерур меселе. Иймитлик хер хили өнүмлери тыгшытлы пейдаланмак барада индики бапларда гүррүң эдилер.

—..Шейлелик билен, иймитли меселе гөз өңүнде тутулды. Инди гейим-геҗим үчин чыкдайҗылар барада ойланмак герек. Юрдумызың дүрли районларында яшаян бирнәче машгалаларда гечирен барлагларымыз зенанларың ярысындан хем көпүсиниң, эркеклериң 60 процентиниң хемише модалы ве соң узак вагтың довамында гөвнәп гейҗек эшиклерини сатын алмаяндыгыны гөркезди.

Шу гүн бизиң гардеробымызда үстки гейим-геҗимлериң бирнәчеси ве аякгабың бирнәче җүбүти бар. Муңа geң галмагың гереги ёк. Бу, хакыкатданам, шейле. Өйүңизиң зат гоюлян күнҗеклерини үнс билен гөзден гечирип гөрүң. Гизләп отурасы иш ёк — бизиң квартираларымыз герекмеҗек затлардан яңа хырын-дыкындыр. Гардеробымызы тәзеләп дурмага велин «комиссионка» магазинлери, гейим-геҗимлери реконструкция эдип берйән йөрите уссаханалар бизе кән көмек эдип билерди. Гепиң келтеси, өз гардеробыңы, нәме ислейәнлигиңи, өзүңе нәмәниң зерурлыгыны оңат билмән зат сатын алмалы дәл. Шонуң үчинем йылың довамында нәме гейим-геҗим алҗаклыгыңызы планлашдыраныңызда өз гардеробыңызы гөзден гечирмеги, иң эсасысам, өзүңизиң нәме ислейәнлигиңизи анык билмегиңизи маслахат берйәрис.

Адамлара өнден мәлим болшы ялы, машгала бюҗетиниң аграмлы бөлегини овнук-ушак затлар «иййәр». Көпиңиз эййәм гүррүңиң ювуҗы порошоклар, сабын, диш пастасы ялы хемише сатын алып дурмалы болян затлар барада гидйәндигини аңансыңыз. Ине, шол овнук-ушак затлара эдилйән чыкдайҗылары хем хемише контроллык астында сакламак герек. Йөне, диңе олара эдилйән чыкдайҗыларам дәл-де, оларың сарп эдилишине-де контроллык этмек герек. Ёгсамам кир ювмак үчин бир овуч порошогың етерлик халына пачканың ярысыны гуйян вагтымыз гыт дәл ахырын.

Йөне, дурмушың гөркезиши ялы, эдилҗек әхли чыкдайҗылары гөз өңүнде тутмак мүмкин дәл. Шонуң үчинем хер айлык бюҗетде айлык бюҗетиң 3-5 процентини тутян страховой фонд дийилйәнини айратын бөлүп гоймак герек.

Кино, театра, концертлере, ягны медени чәрелер дийилйәне-де чыкдайжылары, бир йылың довамында нәче гезек машгала болуп медени йөрүшлери гечирйәндигиңизи такмынан хасаплап, бюжетде гөз өңүнде тутмак герек.

—Сизиң гүррүңиңиз нетижесинде шейле сораг йүзе чыкяр, планлашдырылан чыкдайжыларың белленилен тертипде совулянына-совулмаянына нәдип контроллык этмели?

— Өй хожалыгының алныш барлышына контроллык этмелидигине хич хили гүррүң болуп билмез. Хер айың ахырында гөз өңүнде тутуланындан артык чыкдайжы эдиленини-эдилмәнини барлап дурмага-да ялтанмалы дәл. Эгер артык чыкдайжы эдилен болса нәме үчин шейле боланлыгының себәбини аныкламалы. Муңа нәхили контроллык этмели? Яткешлигиңе бил багламалымы? Элбетде, бейтмели дәл. Мыдама әхли гирдейжилериң хем чыкдайжыларың язгысыны йөретмек герек. «Онсузам вагтымызың етмейән халына, инди өй хожалык бухгалтериясыны хем йөретмелими?» диййип, гаршы чыкмагыңыз мүмкин. Йөне өй хожалыгыны өзакымлайын доландырмагы еңип гечмеги, машгалада «бюджет дефицитиниң» соңуна чыкмагы максат эди-

болсаныз муны шейтмек зерурдыр. Гирдейжилериң ве чыкдайжыларың язгысыны йөредйән машгалаларда бу иш 10 минутдан көп вагт аланок. Учёт йөретмегиң пейдасына гаранда шол йитирилен 10 минут хич затдыр.

Гирдейжилер ве чыкдайжылар йөредилйән өй китабында гирдейжилер, гүнделик чыкдайжылар, сүйшүринтгилер ве төлемели төлеглер бөлүмлери болмалыдыр. Бу өй китабы үчин адаты депдери уланмак болар, йөне шол депдерде ёкардакы гөркезилен графалары гөркезмелидир. Депдерде өңи билен ахли пул гирдейжилерини хем-де хер гүнде эдилйән чыкдайжылары беллемели. Шейле эдиленде өй бухгалтериясының жикме-жик картинасы месе-мәлим болар дурар.

Хожалыгы рационал доландырмагың усуллары барадакы гүррүңимизиң ахырында машгалалара, ылайта-да яш машгалалара бир заты ятладасымыз гелйәр: өй хожалыгы доландырыланда өз газанан тежрибәң ялы гымматлы тежрибе болмаз. Үнсүңизи бир заты өңүнден дуйдурмак ислейәрис: илки башланда ахли зат кынчылык билен башардяндыр. Өзүңе контроллык этмели, бюджетден чыкмазлык үчин өзүңе басалык этмели болянды. Хава, өй хожалыгыны рационал доландырмак аңсат иш дәл. Йөне шейтмек зерурдыр. Бу өңи билен машгаланың бәхбитлери үчин зерурдыр. Бу довлет үчинем зерурдыр. Себәби өз пулуның хасабыны йөретмеги онармаяна, өз өйүнде хожалыгы йөретмеги онармаяна жемгыетчилик бәхбитлери гораган ишде ынам эдип болмаз.

Өй ыкдысатчыларына көмек хөкмүнде

Өй бухгалтериясыны алып бармак үчин өңи билен ики саны китап — хожалык ве касса китапларыны йөретмек герекдир.

Биринжи китапда өйдәки ахли эмләк гөркезилйәр, шонда шол задың өйде нәчесиниң барлыгы, сакланыш ягдайы гөркезилмелидир. Булара гап-чанак ве гүнделик дурмушда уланылян затлар (тутулар, халылар, картиналар, скульптуралар, радиоприемник, телевизор ве ш. м.), ашхана энжамлары ве гуралар (нахар приборлары, фарфор, айна, фаянс), кровать, орган-дүшек, ички эшиклер шейле хем үстки эшиклер, азык запаслары, тайынланан өнүмлер, янгыч ве ш. м. гирйәр.

Эмләклары кыты депдерде алып бармак герек, хер бөлүм үчин етерлик дережеде сахыпа хем хайсы бөлүмдигини гөркезйән гапжа гоймалыдыр.

Икинжи китап — касса китабы. Бу китаба хер гүнде эдилен чыкдайжылар: гирдейжилер, чыкдайжының эдилен вагты, чык-

дайжының гөрнүши, чыкдайжы эдилен пулуң мөчбери, пулуң умумы суммасы язылмалыдыр.

Шу китабың көмеги билен ислендик вагт чыкдайжыларың ислендик графасы боюнча жеми чыкармак мүмкин. Чыкдайжыларың жеми хер айың ахырында жемленсе говы боляр, йөне муны хер квартал боюнча я-да йыл боюнча жемлесең хем боляр.

* * *

Адамларың аглабасы «машгалада етерлик серишделер бар болса рационал иймитленмек боляр» дийип хасаплаяр. Йөне бу эдил бейле дәлдир. Сизиң өнүңизде «Работница» журналының хөдүрлән өйләнлик нахарының үч дүрли менюсы бар.

Меню №1.

	Колориялылыгы, ккал.	Белогың мукдары
Ак дүйп келемден тайярланан салат	85	1,0
Гөк өнүмлерден тайярланан нохутлы чорба	232	7,9
Сувы чекдирилен томатлы балык	250	18,5
Гарнир—гайнадылан картошка	239	2,9
Тәзе мивелерден тайярланан кисель	143	0,3
Чөрек—100 г.	220	6,2
Хеммеси...	1169	36,8

Меню №2.

Хыяр билен помидор логралан сметанлы салат	104	1,9
Гөкли (туршужа отдан тайынланан) щи	234	7,1
Үвелен этден бифштекс	410	20,3
Гарнир — буга ятырылан кәди	106	1,1
Тәзе мивелерден тайярланан компот	106	0,2
Чөрек—100 г.	220	6,2
Хеммеси...	1180	36,8

Меню №3.

Гастрономик балык өнүмлеринден тайярланып, үстүне керчелен гөк от сепилен, нахарың яны билен ийилйән ярна	165	8,7
Совук шугундыр чорбасы	178	2,4
Говрулан хинди товугы	170	15,0
Чылшырымлы гарнир — гөк салат ве	94	0,5
говрулан картошка	209	0,8
Үстүне ягы алнан гаймак гуйлан тәзе мивелер	238	3 0
Чөрек	220	6,2
Хеммеси...	1174	36,6

Бу ерде бизе узак хасаплап отурасы зат ёк, шейлелейин хем бу өйләнлик нахарларың бахаларындакы тапавут деррев мәлим боляр. Шонуң билен бирликде болса оларың калориялылыгы деңдир, оларда бар болан малдан алынян белокларын мукдары хем деңдир, булардан башга-да ол нахарлар бейлеки бабатларда-да деңдирлер.

Адатча, биз өнүмлериң гымматлылыгы оларың бахасына гөрәдир өйдүп пикир эдйәрис: «бу өнүмиң бахасы гыммат, диймек, онуң хили ёкарыдыр, бу өнүм болса арзан, диймек, онуң гымматлылыгы хем песдир» дийип пикир эдйәрис. Меселем, бир манада нәме алып боляр? Бир манада ярым кило эт я-да, 1,5 килограм макарон, я-да болмаса бирнәче килограм келем алып боляр. Шундан угур алсаң «сан тайдан утсаң, хил тайдан месе-мәлим утуляң» диен пикир келлә гелйәр. Йөне, гелиң, өзүмизе келләмизе хемише гелип дурмаян логики сорагы берелиң: биз пулы нәхили иймит үчин төлейәрис? Эт үчинми я-да келем үчинми? Ёк. Биз пулы азык өнүмлериниң белли бир топлумы үчин төлейәрис.

Сиз эсасы азык өнүмлеринден өзүңизе герек болан калорияларың герекли мукдарыны нәхили ёл билен эдинип билерсиңиз? Бу гүн, айдалы, сизиң өйләнлик нахарыңыз этден, гөк өнүмлерден ыбарат болуп, сизе гыммат дүшсе, эртирки гүндәки өйләнлик нахарыңыз балыкдан, картошкадан ыбарат болуп, сизе бирнеме арзан дүшер, биологик гымматлыгы боюнча болса сизиң арзан нахарыңыз гыммат нахарыңыздан кем болмаз. Ине, шу нукдай назардан хем угур алып иймитде тыгшытламагың гереклигини-герек дәллигини, эгер тыгшытламак герек болса нәдип тыгшытламалыдыгыны ве нәмеде тыгшытламалыдыгыны чөзүп билерсиңиз. Машгала менюсының биологик дүзүмини песе гачырып саглыгыңа тәсир этмек ёлы билен тыгшытлылык газанжак болмак, сыпайчылык билен айдамызда, акыллылыкдан дәлдир. Йөне өзүңе ве өз якынларыңа зыян етирмезден иймитиң бахасыны регулирлемек, — өз гөршүңиз ялы, — долы мүмкин затдыр. Бу ерде эсасы зат — өзүңизде бар болан серишделере акыллы-башлы чемелешмәге чалышмакдан ыбаратдыр.

* * *

Өз гөрүп гечишиңиз ялы, өй ыкдысадыети хасап-хесибиң дүрли-дүрли гөрнүшини өз ичине аляр. Бу хасап-хесип ишлерини еңиллешдирмек үчин микрокалькуляторларың хызматындан пейдаланмагы маслахат берйәрис. Өзүмизиң гүнделик өй хожалык аладаларымызда бизе хачанда болса бир вагт электрон--хасаплайыш техникасы көмеге гелер дийип, хей, пикир эдипмидик? Мундан бәш — он йыл озал бизе бу пикири айдян болсалар биз икиржиңленмән: «Бу айдян затларыңыз бош гүррүң, фантастика!» диердик. Бу гүн нәхили? Бу айдылян

шу гүн бизиң хер биримизиң анык гөз өңүне гетирйән задымыз. Эййәм микрокалькулятор эдинмәге етишен адамлар мундан озал бу акыллы хем диенедижи энҗамсыз нәхили оңуп билендиклерине-де geň галян болсалар герек. Бу энҗамы эдинмәге етишмедиклер болса: «Бу тәсин техника өйүмизе герекмикәбери?» дийип сорап билерлер.

Оңа: «Хава, герек» дийип җогап берип билерис. Максимум вагтыны тыгшытлап, өй хожалыгыны мүмкин болдугыча рационал доландырмак үчин бу энҗам зерурдыр. Меселем, хер айдакы якан электроэнергиямызың хасабыны чыкармак үчин нәче вагтымыз гидйәр? Квартира, телефон ве бейлекилер үчин төлемели пул суммамызы хем хасаплап чыкармалыдыгымызы гөз өңүнде тутсак, муңа бизиң өрән көп вагтымызың гидйәндиги месе-мәлим боляр. Микрокалькуляторың көмеги билен болса, сиз бу хасапламалары сәхелче пурсатың ичинде гечирип билерсиңиз. Гөз өңүнде тутулян машгала бюҗетини, өңүмиздәки айдакы, кварталдакы, йыллдакы гирдейҗилеримиздир чыкдайҗыларымызы хасапламакда хем мини-ЭХМ-лериң көмегиниң бахасына етип болмаҗакдыгы дүшнүклидир. Элбетде биз микрокалькуляторың өй хожалыгында уланылҗак әхли мүмкинчиликлери барада гүррүң эдемизок. Микрокалькуляторың мүмкинчиликлери чәксиздир, микрокалькуляторлары уланмагы көпчүликлейин өвренмек болса гележегиң иши. Йөне эййәмден бир зат белли: хәзирки чагалардыр етгинҗеклер эртир хожалык электрон-хасаплайыш техникасыз оңуп билмезлер.

Микрокалькуляторлары дөредиҗилер хәзирки вагтда олары хас камиллешдирмегиң, оларың мүмкинчиликлерини хас гиңелтмегиң, шол аппаратларың уланылышда хас аматлы болмагының үстүнде келле дөвйәрлер. Меселем, хәзир кәбир приборларың таблосындакы санлар гызыл реңкде яняр, бу болса гөзи тиз ядадяр. Шонуң үчинем калькуляторларың тәзе нусгалары дөредиленде оларың таблоларында гөзүни ядатмаян яшыл светоидлериң — ягтылтгычларың отурдылмагына гечйәрлер. Сувук кристалларда ишлейән хас тыгшытлы микрокалькуляторларың өнүмчилиге гойберилмегине тайярлык гөрүлйәр. Ине, шейдип яңкы «фантастика» диййән задымыз кем-кемден дурмушымыза орнашяр.

Электрон көмекчилер гележекде бизиң чагаларымыза хас ыхласлы, тыгшытчыл, аладачыл хожайын болмага хөкман көмек эдер.

Гоймадыгың гөзлеме.
Пул болды — күл болды.
Пулы ойланышыксыз совурмак итиң аңсады.

Пул хасап сөййәр.

Ерини билип сөзлесең йүзүң нуры дөкүлмез, ерини билип харчласаң җүбиң пулы түкенмез.

Ашыны аян аша етер, донукы аян — тоя.

Яман — битер, ямамадык — йитер.

Йыртыгы улалманка яма.

Малы ёгуң—халы ёк.

Пула мәтәчлик чекмезлигиң иң аңсат усулы — герегинден артык пулуң хасабына дәл-де, мүмкин боланындан аз пулуң хасабына яшамакдан ыбаратдыр.

(В. О. Ключевский)

Чәкден чыкмаклык әхли бабатда-да ховплудыр.

(А. Некрасов).

Өз гадырын билмейәк зат гадырын билермикә?

(Плиний Старший.)

Азапсыз газанылан пул йүреги толгундырмаз.

(Арап накылы).

ЯЗЫҢ ЮВУНДЫСЫ — ГЫША ГАТЫК

Хер бир халкың, хер бир юрдуң өз сачак безейиш медениети, иймитлениш дессуры бар. Йөне дүнйәниң хич бир юрдунда биздәки ялы боллук билен иймит тайынланып мыхмана хөдүр-керем эдилмейәр, биздәки ялы доюлмаяр, онсоңам дүнйәниң хич бир юрдунда өй хожалыкчы аяллар тагамлы пироглар гутап тайярламакда бири-бири билен биздәки ялы бәслешмейәр. Булардан башга-да гуракчылыкдыр эпидемиялар, урушлар себәпли энчеме ач-хорлуклы йыллары башындан гечирен бизиң юрдумызда сачагың үстүнде наз-ыгматың боллугы асырларың жүммүшинден бәри абаданчылыгың аламаты хөкмүнде гөрлүп гелнипдир. Онсоңам, бизиң юрдумызың территориясының көп бөлегиниң климаты газаплы, онсоң, өз билшимиз ялы, ач гарның совук хова билен ойны деň гелмейәр. Шонуң үчинем дайхан өйлеринде иш гүнини бир стакан сок ичип дәл-де, борщдыр шүле билен башлапдырлар, агшамсына болса запаслары (алапалары) мүмкинчилик берйән болса герк-гәбе доюпдырлар.

Бу гүнлер о гытчылыклы дөврүлер дәл, эмма бу дәп хәзирем довам эдйәр. Статистиканың гөркезмегине гөрә дүнйәниң хич бир еринде ундан эдилйән өнүмлере йыкгын эдилиши ве оларың сарп эдилиши биздәки ялы дережеде дәлдир.

Бир-ики онйыллыкда-да биз дынч алышдан гайдып геленимизде аграмымызың бирнәче килограм артаныны канагатланмак билен беллейәрдик. Инди болса йыгы-йыгыдан мунуң терсине болмагы угрунда чалышярыс... Долмушлыгың саглыгың аламаты дәл-де, терсин аламатдыгыны медицина береййәм субут этди. Халк арасында: «Этленмек —гаррамагың аламатыдыр» дийилйәнлиги йөне ере дәл ахырын.

Бир факта үнс берелиң. Юрдумызың улы яшлы илатының ярысының диен ялы артыкмач аграмы бар. Хер бир бәшинжи чага семизликден эжир чәкйәр. Шонуң үчинем медиклериң ховсала дүшмесине гең галып отурасы иш ёк. Олар долмуш-

лыгың йүрек, багыр кеселлери билен кеселлемәге ёл ачяндыгыны тассыклаярлар. Бизиң асырымызың адамсының он докузынжы асырда яшан өз ата-бабаларындан энергияны 94 процент аз харчлаяндыгыны алымлар хасаплап гөрдүлер. Бизиң асырымызың адамсының иймитлениш калориясы болса эп-эсли артды. Гепиң келтеси, көплер герегинден артыкмач ийип башлады, мунуң нетижесинде болса долмуш, хатда семиз адамлар көпелди.

Хәли-шинди: «Яшайшың эсасы эшрети оңат хем тагамлы иймекден ыбаратдыр, шонуң үчин хем өзүңи бейле леззетден кесмегиң гереги бармы нәме?» дийилйән геп-гүррүңлери эшидйәрсиң. Мунуң болгусыз пелсепедигини айдалың. Семизлик кеселине дучар боланыңдан соң артыкмач иймәниң нетижелерини ачлык чекме билен хем еңип болмаяр. Диңе өзүнде иймитлениш медениетини тербиеләп, яшлыкдан башлап өзүңи чәклендирмек режимини берк саклап форманы сакламак, сырдам, сагдын, диймек, четинлик, укыплы, дурмушың берйән әхли шатлыкларындан пейдаланмагы башарян адам болуп болар.

Элбетде, адамың тагамлы хем доюп иймэге, башаржак ве аладачыл эл билен безелен сачак башына гечмэге мүмкинчилиги болмалыдыр. Азык өнүмлери барадакы алада, зәхмет адамының гарны док, аягы аякгаплы болмагы, йылы ерде яшамагы онуң ылымың ве техниканың әхли газананларыны пейдаланып билмеги барадакы алада партияның әхли өңде гоян везипелериниң хем планларының илкинжи ве баш аладасы болупды. В. И. Ленин иймитленмек ве өнүмлериң сарп эдилишиниң рационал нормаларыны кесгитлемек угрунда ылмы барлагларын алнып барылмагының зерурлыгыны энчеме гезек ятладыпды. 1918-нжи йылда Владимир Ильич: «...Җемгыетчилик өнүмчилигини ве өнүмлери пайламаклыгы ылмы пикирлер эсасында, әхли зәхметкешлериң дурмушыны хас еңил, оларың хал-ягдайыны говуландырмага мүмкинчилик берйән дурмуша өврер ялы эдип гиңден яйратмага хем-де хакыкы суратда шоңа табын этмэге диңе социализм мүмкинчилик берер» дийип языпды. Шол йылың өзүнде-де сердарың талабына гөрә Руссия азык ылмы-техники институты ачылыпды. Шол вагтдан бәри гечен йылларың ичинде рационал иймитленмек усуллары барада гиден бир ылым дөреди.

Адамың кадалы яшайшыны үпҗүн этмек үчин оңа нәче мукдарда ве нәче мөчберде иймит герек? Иң бир умумы җогап шейледир: оңа ол нәче энергия сарп эдйән болса шонча-да иймит герекдир. Шундан көпем болмалы дәлдир, азам. Себәби көпем болса я-да азам болса адамының саглыгына зыян етйәр.

Екарда айдып гечишимиз ялы, нәме үчин юрдумызың улы яшлы илатының ярысының диен ялы артыкмач аграмы бар? Бу нәме билен дүшүндирилйәр.

Мунуң бирнәче себәби бар. Шоларың эсасыларыны агзап гечелиң. Машгалаларың көпүсинде эне-аталар азыгың сарп эдилиш медениетине айратын бир үнс берип дурмаярлар, шол себәпден бу медениети өз чагаларында хем тербиелемейәрлер. Гүррүң чагалара бир дөвүм чөреги зыңмалы дәлдигини өвретмек, адам зәхметиниң өнүмлерине аявлы гөз билен гарамагы өвретмек барада гиденок. Бу меселеде көп машгалаларда ягдай оңатдыр. Йөне «Какаң хорматы үчин ене бир дөвүмҗик ий, инди эҗең үчинем бир дөвүмҗик ий, ханы, бол, хайыш эдйәс...» дийип, чаганың зор билен нахарланылян ягдайларына энчеме гезек габат геленсиңиз. Чага конфет сораса, бирини ериңе үчүсини берйәрис. «Лена дүйн тутуш тортуң ярысыны ийди» дийип айтсалар: «Мунуң нәме гең ери бар? Ишдәси ачык болсун!» дийип җогап берйәрис.

Себәплериң ене бири болса дәп болуп галан кадалардыр эндиклер болуп дуряр. Биз өз нахарланышымызы соңкы он йыллыкларың довамында дурмушымызда болан әгирт улы өзгерилишиклер билен багланышдырмагы ятдан чыкаряры. Йылсайын зәхмет шертлеримиз говулашяр, бизиң зәхметимизи тәзе-тәзе машынлардыр механизмлер еңиллешдирйәр. Шахсы тран-

спорт көпелйәр. Җемгыетчилик транспорты хем өсйәр: өйүмизден бары-ёгы бәш-алты йүз әдимликде метроның станциясы бар, эмма эдил гапымызың агзында диен ялы троллейбусдуралгасы бар, онсоң биз шу бәш-алты йүз әдим аралыгы йөрәп гечмейәрис-де, улаглы гечйәрис.

Өйүмизде болса агач оврадып от якмак зерурлыгы арадан айрылды — инди меркези йыладыш системасы бар. Буларың үстесине-де, электрик көмекчилеримизем бар: өйүң ичиндәки чаң-тозаны тозан соружы машын айыряр, гейим-эшиклеримизи машын ювяр, ийҗек этимизи болса элекгрик билен эт үвейән машын үвәп берйәр.

Гепиң келтеси, бизиң херекет эдип йитирйән энергиямыз йыл гелдигиче азаляр. Иймитленишимиз болса, мунуң терсине, йылсайын говулашяр. Иң гымматлы өнүмлери: эти, ягы, гөк өнүмлери ве мивелери барха көп иййәрис. Мысал үчин аламызда, гандың сарп эдилиши физиологик нормадан ёкары болан тутуш регионлар бар. Иймитленишимиз шейле болансоң биз гушагымызда ене-де бир дешик артыкмач дешмели болярыс я-да улы размерли көйнек сатын алмалы болярыс.

Ол я-да бейлеки иймит өнүмлериниң калориялайыклыгыны билмән догры иймитленип болмаз. Ызлы-ызына он адамдан 100 грам ак чөрекде нәче калорияның барлыгыны сорасаң, оларың бирем бу сорага җогап берип билмесе герек. Я-да башга бир мысал гетирелиң. Хорланмак ислейәнлериң көпүси биринҗи нахарлары иймекден йүз өврүйәр. Хакыкатда вели, дийсең сейрек ягдайларда болаймаса, хут шол нахарларың калориялылыгы песдир.

Аз иймек үчин нахары ярамаз тайынламалы дийип пикир эдйәнлер хем бар. Бу ялңыш пикирдир. Мунуң нәхили нетиҗелере гетирйәндигини ийилмән галан биртопар иймити азык галындыларына дөкйән җемгыетчилик иймити кәрханаларының мысалында гөрмек болар. Ёк, сарп этмегиң ёкары медениети башга затдан ыбаратдыр, бу өнүмлери башарҗаң, эечилик гөзи билен харчламакдаң, нахары тагамлы тайынламакдан, рационал ягдайда иймитленмекден ыбаратдыр.

Ашханамыздакы, өйүмиздәки азык өнүмлерине болан шахсы гатнашыгымыз хем сарп эдиш сферасына дегишлидир. Магазинден сатын алян я-да меллегимизден, көмекчи хоҗалыгымыздан алян өнүмлеримизи аявлы, тыгшытлы пейдаланмагы башармагымыз болса сарп эдиш медениетине дегишлидир.

«Өнүмлери сакламаны, олары тыгшытлы пейдаланманы оңарярмыкак?» диен сорагы өзүмизе берип гөрелиң.

Бу сорага сизиң өзүңиз җогап берип билерсиңиз өйдүп пикир эдйәрис.

?! **Сатын алан азык өнүмлеримизиң 10 процентини нахар тайынламызда йитирйәрис. Бу болса бир йылда 10—12 миллиард манада барабардыр.**

Бу йитги машгала бюджетине нәхили тәсирини етирйәркә? Муны заяланан азык өнүмлери я-да ийилмән галан нахар гөрнүшинде алсак, машгаланың хер членине дегишлиликде гүнде 12 көпүкден 35 көпүге ченли я-да йылда 44 манатдан 128 манада ченли йитги чекйәрис.

Ашханамызы галындысыз технология боюнча ишлейән кәрхана өврүмегимиз үчин ужыпсызҗа зат герек, ягны үч шерти элмыдама ятда сакламагымыз герек.

Биринҗиден, азык өнүмлериниң артыкмач запасларыны дөретмели дәл. Азык өнүмлерини нәхили башарҗаңлык билен сакласагам, барыбир олары сакламагың аңрыбаш чәги бар. Өнүмлери сакламагың холодильник я-да морозильник (буларың хәзир 1000 адама 274-си дүшйәр) ялы аматлы складыны эдинен кәбир өй хоҗалыкчы аяллар оларың ичини хер дүрли өнүмлерден дыкып долдурярлар ве көпленч ягдайда оларың ичинде нәмәниң ве нәче вагтдан бәри сакланяндыгыңам ятдан чыкарярлар.

Икинҗиден, элмыдама машгаланың бир-ики гүнүң ичинде ийип билҗек мөчберинде нахар тайынламалы.

Үчүнҗиден болса заяланҗак болан азык өнүмлерини зыңмага ховлукмаң. Өнүмлериң тагам хем азыклык хәсиетлерини сакламага көмек эдйән биртопар усуллар, гизлин сырлар, кичиҗик мекирликлер бардыр.

Шейлелик билен, азык өнүмлерини тыгшытлы харчламак үчин нәмелери билмек герек? Бу сораглара җогаплары сиз шу предметден сапак гечмек үчин чагыран специалистлеримизден алып хемем бабың ахырында ерлешдирилен маслахатлардан тапып билерсиңиз. Элбетде, бу җогаплардыр маслахатлар шу угурдан йүзе чыкҗак әхли сораглара гутарныклы җогап болуп билмез.

Өкде адамың гечйән сапагы

Нахарланмак медениети барада пикир алшалың

Сиз ичи бир хепдә етерлик азык өнүмлеринден долы сумканы гөтерип өйүңизе гелдиңиз диелиң. Ол өнүмлериң хайсысыны холодильниге салмалы, хайсысыны шобада сачага әбермели, хайсысыны болса газана атмалыдыгыны болса, элбет-

де, диңе сизиң өзүңиз чөзмели. Ашханада ики хожайын болса, өз билшиңиз ялы, шондан эрбет зат ёкдур. Йөне ашханадакы столуң үстүнде даг ялы болуп үйшүп дуран азык өнүмлерини нэтмелидигини кемсиз-көссүз билйэндигиңизе ынамыңыз бармы? «Хава» дийип җогап бермэге ховлукмаң ханы. Бу сорага объектив җогап бермезден озал азык галындыларыны оклаян бедрэңизе гөз айлаң. Көпиңиз онуң ичинде гатан, хенлэн чөрек, аҗан шүле, заяланан говрулгы колбаса гөрерсиңиз Онсоңам туршан сүйдүңизи ятлан...

Азык өнүмлерине нэденинде говы чемелешип болҗак? Бу йөне-мөне сораг дэл, шонуң үчинем нобатдакы сапага бирем дэл-де бирбада үч саны оңат билйэн адамы —өз хүнэрлериниң специалистлерини чагырдык. Азык өнүмлерине нэхили аявлы чемелешмелидигини диңе бир ятлатман, эйсем олары уланмагың кэбир инче тилсимлеринем өвретҗек адамлары гөз өңүмизе гетирелиң. Ине, шейлеликде, бизиң гөз өңүне гетирйэн тегелек столумызың башында РСФСР Саглыгы саклайыш министрлигиниң управлениелериниң бириниң баш терапевт—диетологы, медицина ылымларының кандидаты В. И. Воробьев, җемгыетчилик иймити боюнча технолог, техники ылымларың кандидаты В.С. Михайлов хем-де СССР Медицина ылымлары Академиясының Институтының старший инженер-технологы В. В. Чумакова отыр.

—Бу берйэн сорагымызың халыс гөнүмел болмагы хем мүмкин, мунуң үчин бизи багышлавериң, йөне бу сораг дийсең зерур сораг. Зибил атылян яшиклере азык өнүмлериниң галындыларыны оклап биз нэме йитирйэрис?

—Бу сорага: «Бейтмек билен биз азык өнүмлерини я-да шондан галан галындылары йитирйэрис» дийип җогап берсек етерлик болҗак ялы — дийип, В. И. Воробьёв гуррүңе башлады. — Йөне, мегерем, хич биримиз азык өнүмлериниң галындыларыны зыңмак билен биз өз җанымыза-ганымыза сиңйэн хайсыдыр бир массаны дэл-де, бизе гүйч-кувват, саглык хем шэхдачыклык берйэн зады зыңяндыгымыз барада ойланан дэл болсак герек. Өйүнде оңат хожайынчылык эдип билмейэниң бири келемиң япракларыдыр гаты өзенини аркайын зибиле зыңып дуршуна: «Бейле овнукчыллыгың нэмэ гереги бар? Герек болса, магазине гидэге-де, ене-де бир токга келем алаярын, бу көпүге дурян зат ахыры» дийип җогап берер.

Бейле пелсепе билен дүзүвли эмлэкли болуп болмаҗагыны айтмагымыз герек. Онсоңам шол «көпүге дурян» азык өнүминиң бахасына етип болмаҗак гымматы бар. Элбетде, геп бу ерде пулда дэл. Адамларың кэбириниң шол келем токгасында өрэн говы пропорцияларда биртопар пейдалы маддаларың сакланяндыгыны билмейэн болмагы хем ахмалдыр. Өңи билен айтмалы задымыз, онуң дүзүминдэки клетчатка, медицина дили билен айданымызда, ичегэниң херекет эдиш функциясына ярдам эдйэр, адама пейдалы болан «ичеге тая-

жыгы» атландырылян микробың яшап-ишлемегине көмек эдйәр. организмден холестериниң бөлүнип чыкмагыны гүйчлендирйәр. Бу айдыланлардан болса көплере мәлим болмадык шейле нетиже гелип чыкяр: келем атеросклерозың өсмегиниң өңүни аляр. Келемиң ене-де бир артыкмачлыгы болса онуң дүзүминде шекериң азлыгыдыр. Келем минерал дузлара, ылайта-да калий дузуна байдыр, келемиң дүзүминде көп мукдарда фосфор, кальций дузлары, марганец, демир, ферментлер, фитонцидлер, органики кислоталар бардыр. Бизиң гөзүмизиң өвренишен келемимизиң организмимизи кувватландырян, оңа гүйч гошян хәсиетлерине баха берип Пифагорың келем «...шәхдимизи ачяр ве оңат кейп берйәр» дийип беллемеги йөне ерден дәлдир. Ёгсамам, «келем» (капуста) атландырылян бу тәсин өсүмлүгиң ады гадымы рим сөзи болан «кaутум» — «келле» диен сөзден гелип чыкяр.

Инди болса келемиң янкы агзалып гечилен гаты өзени барада. Келемиң гаты өзени онуң бүтин массасының бары-ёгы 5 процентини тутяр. Йөне велин шол өзенде витаминлериң биртопары, шол санда С витамини хем бардыр. Бу витамин болса келемиң япракларына гаранда онуң өзенинде хас кәндир. Онсоң бу затлары билйән хайсы адам бу гаты өзени зыңып билер? Меселем, бизиң машгаламызда-ха хич ким оны зыңанок!

—Оны нәме үчин зыңмалымышын? —дийип, дурмушда хер дүрли нахарлары ве кулинар өнүмлери тайярламагың тыгшытлы усулының технологиясыны ишләп дүзен, бу иши СССР ХХГС-ниң алтын медалына мынасып болан В. С. Михайлов гең галып гүрледи. —Ине оны пейдаланмагың рецептлеринин бири. Гаты өзени эт үвелйән машындан гечириң, дуз, сүйт гошун-да гайнадың. Онсоң 5 минутлап буглаң, соң болса габың гапагыны япып 15—20 минут гоюң. Шулары эдениңизден соңам оңа яг гарың. Шейлелик билен тагамлы, ёкумлы икра эдинерсиңиз. Муны нахарың гапдалы биленем я-да гарнир хөкмүнде-де ийип билерсиңиз.

—Шу меселе билен бағланышыклыкда мен нәме барада пикир этдим дийсеңизләң — дийип, В. И. Воробьев башланан гүррүңе доланып гелди. — Адамының азык өнүмлери сарп этмек медениетини эле алмагы, ягны, өзи үчин иймитлениш режимини ве иймитлениш чәгини ишләп дүзмеги герек. Шу медениетиң болмазлыгы адамда азык өнүмлерине пайхассыз чемелешмек хәсиетини дөредйәр ве онуң саглык ягдайыны ярамазлашдыряр.

—Бу, Василий Иванович, адамларың догры нахарланмагы билмейәнлиги, азык өнүмлерини рационал пейдаланмагы башармаянлыгы себәпли болаймасын? Догры нахарланмагы ве азык өнүмлерини рационал пейдаланмагы башармак диймек хем сарп эдиш медениети дийилйән дүшүнжәни дүзйән болса герек.

—Хут шейле. Өзүмизиң «көне достларымыз» — азык өнүмлери барада биз көп зат билйәрмикәк бери? Нахарланмак үчин башына гечен сачагыңызың үстүне гөз айлаң, онуң үстүндәки кәбир азык өнүмлери, меселем, сүйт, картошка, чөрек барада сиз нәмелер айдып билҗек? Ёгсам оларың херсиниң өз «шеҗереси», өз гызыклы хем тәсин тарыхы бар. Иң эсасысам, олар дуршы билен химики өнүмлериң җемленен еридир, олары уланмагың өз дүзгүнлери бардыр, оларың өз энергетик гүйҗи бардыр. Хакыкат йүзүнде әхли гөк өнүмлер адама зерурдан-зерур герек азык өнүмлеридир, шоларың көмеги билен адам өз саглыгыны саклаяр, шонуң билен бирликде-де өмрүни узалдяр. Хер бир улы яшлы адам картошкадан дашгары гүнде 400—500 грам гөк өнүм иймелидир.

Ёгса-да, картошка барада дуруп гечелиң. Халк арасында оңа йөне ере икинҗи чөрек дийилмейәр. Оңдан йүзден говрак нахар тайярлап боляр, кулинарларың мениң айдан саныма дүзедиш гиризмеклери хем мүмкиндир, йөне олар шол картошкадан тайярланян нахарларың саныны азалтмазлар-да, гайтам, көпелдерлер.

Картошканың бир токгасының нәче гымматының барлыгыны билмек бизе зыян этмесе герек. Картошканың 100 грамында 20 грам крахмал, 2 грам белок, 1,2 грам минерал дузлар бардыр. Картошка С, B_1, B_2 B_6, РР, К витаминлерине байдыр. Гыш ве бахар айлары олар бизе аскорбин кислотасының эсасы «гетирип беріжә» өврүлйәр. Ине шунуң үчинем биз картошканың гымматыны хасам говы билмелидирис хем-де оңа шол «гетирип берижиниң» ролуны ерине етирмәге көмек этмелидирис. Бейле дийдигимиз, картошка гайнадыланда, бишириленде ондакы витаминлериң көпүсиниң йитмегине ёл бермели дәл дийдигимиздир.

—Биз дийсең мөхүм пурсата — азык өнүмлерини тыгшытлы уланмак барадакы гүррүңе етип гелдик. Йөне оңи билен сизден бир зады сорасымыз гелйәр. Алымларың бу проблеманың диңебир ыкдысады тарапынам дәл-де, медицина тарапыны хем ныгтап гөркезйәндиклери чынмы?

—Хут шейледир. Азык өнүмлериниң башарныксыз уланылмагы бизиң заманамызың бетбагтлыгы болан семремек

беласына гетирйәр ахыры. Алымлар артыкмач этлилик билен саглыгың бир ере сыгышмаян затдыгыны субут этдилер.

Иймитленмегиң хәзирки заман проблемаларының етерлик иймитленмезлик себәпли дәл-де, азык өнүмлерини хетденаша артык сарп эдилмеги себәпли йүзе чыкандыгы өңден бәри мәлимдир. Асырың башында адам йылың довамында ортача 2 килограм гантдыр сүйҗи затлары ийипдир, хәзир болса 20 эссе көп иййәр! 20 эссе көп! Организмде, гөр, нәче артыкмач, сарп эдилмедик энергия топланяр! Шол энергия болса йитип гитмейәр-де, запас эдилип йыгналып гоюляр. Меселем, артыкмач 200 калория — 100 грам чөрек, 2—3 конфет, 50 грам торт —организмде 20 грам ягың йыгнанмагына гетирйәр. Мунуң бир айың довамында 600 грам, бир йылың довамында болса 7 килограм болҗагыны хасапламак кын дәлдир. Бу депгинлер болса диабете, атеросклероза элтйән гөни ёлдур.

Шонуң үчин хем кюрма боюнча бир гиже-гүндизиң довамында 70—100 грам гант ийилмели халына көплериң 160—180, хатда 200 грамданам көп иймеклерини дүйпден ёл берилмесиз ягдай хасаплаярын. Бу айдыланлар айратынам чагалара дегишлидир. Шу ерденем сарп эдилмедик энергия артыкмачлыклары, мадда алыш-чалышыгың әхли гөрнүшлериниң бозулмагы, дүрли кеселлер хем-де... герекмеҗек пул чыкдайҗылары пейда боляр. Аз-азданам болса хут көпүклерден манат дөрейәр ахыры. Шол манатлар болса, ёкарда гөрүп гечишимиз ялы, өз саглыгымызың гаршысына совуляр.

Санларың хатарыкы ене довам этдирейин. Сегсенинҗи йылларың башындан дийсең тәсин ягдай дөреди. Җан башына хасап эдиленде бизиң юрдумызда маргариниң сарп эдилиши 5,1 килограм, месге ягының сарп эдилиши 5,7 килограм болды. Меселем, АБШ-да болса бу гөркезиҗилер башгачадыр: ягны маргарин 13 килограм, месге ягы хем 2 килограмдыр. Хер бир бельгиялы йылың довамында ортача 16 килограм, ГДР-иң ящайҗысы болса 11 килограм маргарин иййәр. Хатда дәп болуп гелйән «сүйтчүл» юртлар болан Голландияда, Швецияда, Данияда хем бизиң билен деңешдиренинде месге ягы эп-эсли аз сарп эдилйәр, маргариниң сарп эдилиши болса җан башына 15 килограмдан хем гечйәр.

Бу юртларда месге ягы билен маргарине шейле баха бермек соңкы онйыллыкда биологияда ве медицинада эдилен улы ачышлар себәпли ылайта-да актив болды. Биз, диетологлар, җан башына йылда 11 килограм өсүмлик ягыны, шол санда 6,5 килограм маргарин иймеги маслахат берйәрис.

—Маргариниң артыкмачлыклары, хусусан-да, яга гаранда артыкмачлыклары нәмеден ыбарат?

—Бу барада җикме-җик айдып дурман эсасы зады айдаяйын. Онуң организме хас көп пейдалыдыгы ылым ве практика тарапындан анык субут эдилди. Маргарин еңил синйәр. Специалистлериң дили билен айданымызда, онуң дүзүминде

доймаз-долмаз яг кислоталары бар. Хут шолар хем ган докумаларының диварларында холестериниң йыгнакмагына ёл бермейәр. Холестерин болса, мәлим болшы ялы, адам организминиң эсасы душмакларының биридир.

Бу ерден гелип чыкян сап практики нетиже хем месе-мәлимдир. Эгер маргарин шейле пейдалы болса, нәме үчин оны хас көп уланмалы дәлмишин? Бу машгала бюжетиниң гөз өңүнде тутанында хем хас пейдалы ахырын. Шейле дәлми нәме? Элбетде, мениң бу айданларыма ягы тутушлайын маргарин билен чалшырмалы дийип дүшүнмели дәл. Ене-де гайталап айдярын, гүррүң бары-ёгы азык өнүмлерини сарп этмегиң акыллы-башлы пропорцияларыны сакламак барада гидйәр. Ол я-да бейлеки өнүмиң гымматыны билмән болса ислендик нетижәни газанып болмаса герек. Саз билиминиң нота язгысыны билмекден башланышы ялы, сарп эдиш медениети хем шулары билмекден башланяр.

«Ачлык дуйгусы билен сачак башындан туруң» я-да «Доя гарна иймәң» диен ялы маслахатлары бермегиң, мениң пики-

римче, хич хили практики манысы ёк, себәби, чәги билмек дуйгусына хер ким бир хили дүшүнйәр. Долмуш адам көпленч кемишдәлигинден зейренйәр, хор адам болса дийсең ишдәменлигини айдып өвүнип йөр. Әхли затда система герек. Диңе шейле чемелешмеги акыллы-башлылык хасаплаярын.

Йөне энергияның сарп эдилишини кесгитлемезден өңүрти азык өнүмлериң энергетик гымматыны (калориялылыгыны) билмек зерурдыр, себәби белоклар, яглар ве углеводлар долы туршанларында өзлеринден энергияның дүрли-дүрли мукдарыны бөлүп чыкарярлар (дүрли өнүмлериң 100 грамында нәче мукдарда калория бардыгыны гөркезйән таблица серет). Бир грам мадда долы туршанда бөлүнип чыкян йылылыгың мукдары калория коэффициенти хөкмүнде алынды. Барлаглар нетижесинде калория коэффициентиниң белокларда 4 килокалория, ягларда 9 килокалория, углеводларда болса 3,75 килокалория деңдиги белли эдилди. Энергия сарп эдилиши кесгитлененде угур алыш нокады болуп адамын относител дынч халдакы ягдайы (ятан вагты, ажөзе, минимал йылылык ягдайындакы халы ве ш. м.) хызмат этди.

Муны билмек пейдалыдыр

Дүрли өнүмлериң 100 грамында нәче мукдарда калория бар

Мивелер

Шетдалы—50
Черешня—52
Армыт—50
Алма—52
Малина—635
Хоз—660
Какадылан мивелер—240
Земляника—45
Кишмиш—270
Гаралы—56
Үлҗе—22

Гөк өнүмлер ве көмелек

Нойба—340
Гурадылан нохут—325
Гөк нохут—76
Көмелек—45
Реңкли келем—30
Дуза атырылан келем—28
Говурлан картошка—215
Гайнадылан картошка—120
Көзе гөмүлен картошка—96
Биширилен кәшир—42
Помидор—20
Редиска—20

Белоклар

Сувда гайнадылан картошка—85
Ягы алнан кефир—74
Яглы гатык—125
Сметана—160
Сүйт—65
Яглы творог—295
Ягы алнан творог—165
Сыр—540
Гаймак—300
Ягы алнан сүйт—40

Яглар

Маргарин—729
Месге яг—758
Өсүмлик ягы—900
Доңуз ягы—940

Мал эти, гуш эти, колбаса өнүмлери

Гайнадылан гоюн эти —140
Говурлан гоюн эти—165
Сосиска—238
Говрулан товук—210
Говрулан доңуз эти—275
Гайнадылан, ягсыз доңуз эти—110
Бугланан сыгыр эти—165
Говрулан өрдек—345
Гайнадылан, ягсыз товук эти—135
Гайнадылан, яглы товук эти—195
Бугланан, ягсыз доңуз эти—245
Яглы доңуз эти—390
Гайнадылан яглы сыгыр эти—205

Балык

Гайнадылан треска—44
Говрулан загара балык—145
Гайнадылан форель — 45
Яга атырылан сардина—275
Маринирленен такгаз—155
Яга атырылан тунец — 300
Гайнадылан загара—95
Линь (сүйҗи сувда йүзйән загара балык)—40
Гайнадылан судак—30
Гайнадылан чүй балык—45
Какадылан такгаз—218

Ун өнүмлери

Ак чөрек —265
Арпа ярмасы —330
Түви —345
Сүйҗи өнүмлер—400
Човдары унундан чөрек —253
Манна ярмасындан биширилйән каша —325
Сүле харпыгы—375
Сүйҗи сухарилер —350

Бейлеки өнүмлер

Гант —395
Шоколад конфетлери —460
Майонез —500
Шоколад —680
Какао —400
Ары балы —365

Бу затларың хасабыны чыкармага бизиң ишләп дүзен «Рацион» атлы калькуляторымыз көмек эдер. «Рацион» калькуляторы калорияларың счётчиги гиризилен маглуматлы блокнот гөрнүшиндәки китапчаҗыкдыр. Калькуляторың (ол дерманханаларда сатыляр) иш принципи өнүмлериң азыклык гымматына сан тайдан — оларың калориялылыгы ве химики дүзүми эсасында—баха бермек принципинде гураландыр. «Бу калькулятордан пейдалансак санлары гошушдырмалы, көпелтмели, ятда сакламалы ве шулар ялы бир топар иши этмели боларыс» диен пикир келләңизе гелмесин. Бу асла бейле дәлдир. Шу калькуляторың көмеги билен хер бир адам өз организминиң айратынлыкларына гөрә рекомендациялар алып билер. «Рацион» калькуляторың таблицаларының биринде ол я-да башга бир ишде, спорт билен мешгулланыланда йитирилйән ортача энергия чыкдайҗылары кесгитленилйәр. Еңе бир таблица болса чагаларың организминиң оларың яш айратынлыкларына гөрә талап эдйән азык өнүмлерине ве энергиясына дегишли маглуматлары берйәр...

Бизиң калькуляторымыз нормадан гышармазлык үчин герек болжак өнүмлериң топлумыны кесгитлемәге көмек берйәр. Шунда ол азыгың химики дүзүмини хем гөз өңүнде тутяр. Бу калькулятор дүрли кеселлерде берхиз сакламагың хем ёлларыны өвредйәр.

Кимдир бириниң нәмелердир ве нәче ниймелидигиниң хасабыны чыкармагы, азыкдакы маддаларда нәхили химики «чемениң» барлыгыны кесгитлемеги йүрегедүшгүнч пише хасапламагы мүмкин. Йөне гайталап-гайталап айдярыс, бу диңе илкибадалар шейле болуп гөрнер. Соң болса өз-өзүңе контроллык этмек эндиге өврүлип гидер.

Хәзирликче калькулятор хеммелерде болманы үчин ондан алнан кәбир умумы маглуматлары гетирейин. Хәзирки дүшүнжелере гөрә организме зерур болан белокларың умумы мукдарының 50 процентден аз болмадык мөчберини маллардан алынян белоклар дүзмелидир. Өсүмлик ягы болса рационда ягларың умумы мукдарының 30 процентден аз болмадык мөчберини дүзмелидир. Углеводлар хем, эдил яглар ялы, организме энергияны эсасы берижилердир. Оларың гиже-гүндизиң довамында ортача сарп эдилиши 400—500 грам болмалыдыр, организме интенсив ягдайда физики нагрузкалар дүшйән вагтында болса гиже-гүндизиң довамында ортача сарп эдилиши 800—900 грама етирилип билнер. Рационда эркин сувуклыгың мукдары бир гиже-гүндизиң довамында 1,2—1,5 литрден гечмесе говудыр.

—Мөхүм теманың —азык өнүмлерини акыл-пайхаслы уланмак темасының гүррүңини довам этдирип, сөхбетимизе Владимир Сергеевич Михайловы хем чагыралың. Владимир Сергеевич, хайыш эдйәс, нахар тайынламагың тыгшытлы технологиясы билен окыжыларымызы таныш этсеңизләң.

—Гүррүң ёкарландырылан биологик гымматлылыгы болан нахарлары тайярламагың оригинал методикасы барада баряр. Бу меселә бикәрликден йүзленилмеди. Сонкы йылларың ылмы барлаглары азык өнүмлери дәп болуп галан, онларча йыл бәри уланылып гелйән температурада тайярланыланда оларың дүзүминдәки белокларың, ягларың, углеводларың, витаминлериң көп ягдайда дарган гидйәндигини гөркезди. Билимлериң хемме затдан гымматлы гөрүлйән шу гүнки гүнүнде бейле зат билен хей-де ылалашып болармы?

Бу ишиң диңе бир тарапы. Ишиң бейлеки тарапы хем бар. Азык өнүмлерине тыгшытсыз диймег-ә бейле-де дурсун, хатда әсгермезчиликли гаралындыгына гөз етирмек үчин кәмахаллар кәбир өй хожалыкчы аялларың нахар тайярлайшына гөзегчилик этмек етерликдир.

Ине, шейле маглуматлара үнс берелин. Гиже-гүндизиң довамында улы адамының ичмели сүйт нормасы 0,5—0,6 литрдир, чагаларың хем етгинжеклериң нормасы болса 1 литр

төверегидир. Бизиң юрдумызда иш йүзүнде шу кормалары канагатландырҗак мөчберде сүйт өндүрилйәр. Шейле-де болса кәмахаллар бизде сүйт етмезчилиги дуюляр. Бу нәме себәпденкә?

Көпимизиң бу дийсең гымматлы азык өнүмине аявлы, эечиликли гарамагы башармаянлыгымыз мунуң себәплериниң биридир. Хайсы өй хоҗалыкчы аялың практикасында ашакдакы ялы ягдай болан дәлдир өйдйәрсиңиз: ол ичилер өйүдйәр-де бирнәче букжа сүйт гетирйәр, йөне сүйдүң диңе аз мукдары ичилйәр-де, галаны холодильникде 2—3 гүн дурандан соң туршап уграяр. Онсоң оны дөкмели боляр. Бейле ягдай хәли-шинди болуп дур, хакыкатда вели бейле зат болмалы дәл. Сүйт ичилҗегинден кән алнан хем болса, оны тәзелигине ичип етишмедик болсаңыз, ондан өй шертлеринде аңсатлык билен гатык, творог ве бейлеки көп санлы азык өнүмлерини тайярлап болҗак ахыры.

Кәмахаллар болса өсүмликлерден тайярланян азык өнүмлерине — меселем, гарнирлере, ылайта-да гөк өнүмлерден ве

ярмадан тайынланян гарнирлере, гөр, нәхили жогапкәрчиликсиз гараярыс. Өңүмизе эберилен гарнириң хатда ужунам гәтмән диен ялы биз табагымызы ызына сүйшүрмейәрисми, нәме? Хакыкатда болса гарнир иймитленмегиң хөкманы компонентидир. Өсүмликлерден тайынланян иймитде витаминлер, микроэлементлер, белоклар, яглар, углеводлар, шол санда пектин маддалар ве клетчатка бардыр. Саглыгыңы сакламак үчин болса клетчатка ве пектин маддаларына бай болан гөденси иймити иймек, ягны, өсүмликлерден тайынланян иймити иймек дийсең пейдалыдыр. Ёкарда ады агзалан маддалар организмде диңе деңаграмлылыгы сакламак үчин герек дийлип дүшүнилйән дөвүрлер хем болупды. Бу дийсең ялңышдыр..

Өнүмлериң бидерек ере йитирилмегиниң нәдип өңүни алмак болар? Нахары тыгшытлы ве рационал технология боюнча тайярламак барадакы маслахатлары тезислер хөкмүнде ашакдакы ялы кесгитләп болар:

Иймити хич хачан говурмалы дәл, гөк өнүмлери хем говурмак болмаз. Азык өнүмлерини диңе гайнатмак хем-де дагламак герек.

Нахар тайярланыланда аккумилирленилен йылылыгы уланмалы.

Әхли нахарларың ве кулинар өнүмлериң мөчберини көпелтмек үчин диңе гөк өнүмлери уланмалы.

Үвелен этден тайынланян өнүмлерде чөрегиң ерини ярма ве гөк өнүмлер билен чалшырмалы.

Нахара гошунды хөкмүнде аз мукдарда кәшир, шугундыр, турп, редиска, реңкли келемиң япракларыны, ак келемиң гаты өзенини уланмалы.

Алан хамыра юмуртга, яг, гант гошмалы дәл. Хамырың ичине салмак үчин чиг гөк өнүмлери, мивелери, сүйт өнүмлерини пейдаланмалы.

Суп-пюрелери онуң дүзүмине гирйән өнүмлери овунжак-овунжак кесишдирип тайынламалы.

Гайнадылан гөк өнүмлериң, макарон өнүмлериң, ярмакың петинден тайынланан ичгилери уланмалы.

—Хәзир болса окыжылар, ылайта-да өй хожалыкчы аяллар, анык рекомендациялардыр маслахатлара гарашян болсалар герек. Сиз оларың бу кануны ислеглерини канагатландырып билмезмикәңиз?

—Хөвес билен. Месслем, ярмадан нахарлары нәдип тайярламалыдыгыны алып гөрелиң. Ярманы 1—3 сагатлап сува эзип гоймалы, онсоң сувуны дөкмән гайнатмалы, соң болса нәхили ярмалыгына гарап оны 30—50 минутлап соватмалы. Ягдыр сүйди болса диңе нахар эберилжек мүтдети гошмалы.

Сүйтли шүлелери ашакдакы ялы эдип тайярламагы маслахат берйәрис. Ярманы ювмалы-да үстүне сув гуюп бир гижеләп холодильникде гоймалы. Эртир ирден болса үстүне гуйлан шол сува гайнатмалы. Гайнандан соң болса оңа ислегине гөрә

сүйт гошмалы. Ике, шейлелик билен хем тагамлы, хем организме пейдалы шүле тайяр боляр.

Я-да болмаса этли нахары нәхили тайярламалыдыгыны алып гөрелиң. Эти арасына «антрактлар» —аракесмелер салып гайнатсаң тагамлы хем-де организме пейдалы болар. Бу нәме диййлдиги? Бир бөлек эти гызгын сува атып гайнамыны чыкармалы, онсоң сувуң йүзүне чыкан көпүржиги хем айырмалы 5 минутлап гайнатмалы, соң болса газы сөндүрип, газаның гапагыны япып бирсалым гоймалы. Соң нахары ене-де 5 минутлап гайнатмалы. Бу ягдайы газаның ичиндәки эт говы юмшаянча бирнәче гезек гайталамалы.

—Сизиң технологияңыза тыгшытлы технология дийилйәр. Бу ислендик өй хожалыкчы аяла герек зат. Йөне бу тыгшытлылык нәмеден ыбаратдыр?

—Бу шундан ыбаратдыр. Меселем, илатың арасында үвелен этден тайярланян нахарлар улы мешхурлыга эедир. Котлетлериң гүберилип дурмагы, агзында эрәп бармагы үчин үвелен эте гатан бугдай чөрегиң сүйтде я-да сувда эзилен маңызы гошуляр. Йөне өй хожалыкчы аял үвелен эте чөрек гошса тайярланҗак нахарда кислотаның мукдарының артяндыгындан бихабардыр. Эмма бу-да хеммеси дәл. Эгер-де үвелен эте гошулҗак чөрек маңызы ярма билен (арпа ярмасы, сүле ярмасы) чалшырылса, тайярланҗак нахар диңе бир хас тагамлы хем болман, онуң мөчбери хем артар, себәби үвелен эте гошулан яңкы ярмалар этиң сувуны өзлерине синдирйәрлер, шонуң үчин хем эт отда гойланда йитирилйән хөкманы сувун мөчбери азаляр. Эгер-де шүледир ярмадан тайярланян гарнирлер аккумулирленен йылылыгың хасабына биширилсе нахарың мөчбери 10—15 процент төвереги артар.

Ене-де бир хасабы гетирейин. Этден, балыкдан, ярмадан ве сүйтден ата-баба дәп болуп гелйән усул боюнча нахар тайярланыланда шол нахарлар 3 сагатлап ызыгидерли гайнадыляр. Меселем, шейле усул билен чорба бишириленде нахардакы диңе бир витаминлер, пигментлер даргаман, эйсем олардакы ёкумлы маддаларың хем 20 проценте голайы йитйәр. Бу болса, элбетде, тайын өнүмлериң иймитлик гымматының песе гачмагына, ене-де бир эсасы зат хем азык өнүмлериниң, газың, электроэнергияның артыкмач сарп эдилмегине гетирйәр. Ине, хут шу ерде-де «антракт» усулы билен гайнатмак методы бизе көмеге гелйәр.

Ене-де бир зат барада айдайын. Иш йүзүнде хер бир хожалыкчы аял азык өнүмлерини, — гой ол гөк өнүм болсун макарон, ярма, картошка я-да болмаса ислендик башга зат болсун, — гайнадан сувуны (пети) дөкйәр. Бейдилмеги догры дәлдир. Диңе бир зады белләйин: макарон өнүмлериниң 1 килограмы гайнадыланда биологик гымматы болан иймитлик минерал маддаларың долы комплектини өзүнде жемлейән 4 литр гайнаг сув — пет галяр.

Онда шол пеги нәдип уланмалыка? Оңа өсүмлик ягыны, сүйт гарага-да нахарың яны билен эберәймели. Бир өнүмиң гайнадылан сувуна башга өнүми гайнатмак хем болар. Шейдиленде, элбетде, оны дөкенден-э хас кән пейда аларсыңыз.

Кәбирлери картошканы дилкав-дилкавҗа кесип ягда говурмагы говы гөрйәр. Шейдиленде картошканың 60 проценте ченлисиниң йитирилйәндигини айтсам, мегерем, көплер бу усул билен нахар тайярламагың максадалайыкдыгының я-да дәлдигиниң үстүнде ойланса герек. Шу йитги болмаз ялы, картошканы өңинчә сувда гайнадып, шондан соң говурмак герек.

Ашакдакы бержек маслахатым хем пейдалы болса герек. Пироглар, пирожкилер тайярланыланда, хеммәмизе мәлим болшы ялы, үвелен, керчелен хер хили өнүмлер пейдаланыляр. Меселем, өй хожалыкчы аял келемли пирогы нәхили тайярлаяр? Ол илки келеми яга говуряр, оңа овнук догралып говрулан соган, гайнадылан юмуртга гаряр-да буларың әхлисини хамырың арасына салып биширйәр. Пирогың ичине салнан шол өнүмлер шейдилип ики гезек иш эдилип бири-бирине гарыландан соң өнүмлер иймитлик хәсиетлериниң эп-эсли бөлегини йитирйәр.

Гайнадыланда сүйдүң өз тебигы хәсиетлерини гутулгысыз йитирйәндигини хем билип гоймак герек. Сүйт гайнадылан габың диварларында кесмек эмеле гелип, хожалыкчы аял хем оны иш эдинип чотгалап айыряр. Хакыкатда болса бу кесмеклер организме пейдалы болан гымматлы белокларың — альбуминлериң хем глобулинлериң кесмеклеридир. Сүйт гайнамак хетдине етириленде габың дүйбүдир диварларына сүйтдәки белок маддаларың әхлиси диен ялы чөкйәр. Сүйт гайнадылса ондакы көп ферментлериң активлиги песелйәр, витаминлериң мукдары азаляр. Меселем, сүйт үч минутлап гайнадыланда ондакы витаминлериң 55 проценти йитйәр, аминокислоталарың дүзүми үйтгейәр. Онсоң өрән гымматлы бу өнүмден нәме галяр? Хич зат галмаяр диен ялы.

Тәзе технология боюнча нахара сүйди диңе нахар тайын болaндан соң гуймалы. Меселем, шүләни өңүнден сувда эзилип гойлан ярмадан тайынламак герек. Ярманың гайнамы чыкандан соң 20—40 минутлап (ярманың гөрнүшине гөрә) соватмалы. Шондан соң онуң үстүне сүйт гуюп (кашаны буламалы дәл) ене-де гайнаянча гыздырмалы. Шейле эдиленде белоклар габың дүйбүнде ве диварларында галмаяр-да, олары ярма өзүне сиңдирйәр.

Сүйт бишириленде оңа хөкманы суратда аз-овлак гөк өнүм —картошка, кәшир, келем атмак герек. Олары ири-ири доградшдырып габың дүйбүнде режеләп гоймалы. Сүйт шейле усул билен бишириленде гөк өнүмлердәки маддалар эрәп сүйдүң дүзүмине гечйәр, онсоңам сүйдүң тагамы ве ысы говулашяр. Шейле усул билен биширилен гөк өнүмлери болса соңра салат тайынлананда пейдаланмак болар.

Онсоңам өй хожалыкчы аялларың көпүси бисарпалак эди: алманың габыгыны, реңкли келемиң япракларыны уланмаяр лар, редисканың, кәшириң, шугундырың, турпуң япракларыны сүйжи бурчуң, кәдиниң чигитлерини зыңярлар. Хакыкат йүзүнде болса хут шол япракларда, чигитлерде гымматлы, актив ёкумлы маддалар —фитонцидлер, биостимуляторлар, витаминлер, минерал маддалар бардыр.

Гадым дөврлерден бәри рус обаларында черниканың, малинаның, смородинаның, земляниканың... япракларыны нахара гарңув хөкмүнде ве тайын нахары беземек үчин уланып гелипдирлер. Азербайжанда ве Эрменистанда болса толма — доламa тайынламак үчин үзүм япрагыны гиңден пейдаланярлар. Умуман, тебигатда өсүмликлериң 500 мүңе голай гөрнүшиниң бардыгыны, оларың аглабасының хем иймит үчин уланмакда бахасына етип болмажакдыгыны беллемек герек. Барып Гиппократ: «Азыклык маддалар бежерижи серишделер болмалыдыр, бизиң бежерижи серишделеримиз болса азыклык маддалар болмалыдыр» дийип языпдыр. Гынансагам, биз бу акыллы маслахата хемише эерип дурмаярыс.

Ёгсам гөк өкүмлериң япракларыны, чигитлерини уланмагымыз билен диңе бир тайынлаян нахарларымызың иймитлик гымматы артман, эйсем нахарын мөчбери хем артяр ахыры. Шу усул билен тайынланылян нахарың мөчбери дәп болуп гелйән усул билен тайынланылян нахарың мөчберинден 20 процент төверeги көп боляр.

Ине-де бизиң үчүнжи бир сөхбетдешимиз Вера Васильевна Чумакова. Ол бизе шейле маслахат берйәр. Онуң маслахатының дүйп манысыны гысгача шейле чагырыш билен аңладып билерис: «Зыңмага ховлукмаң!»

—Айдалы, сизде картошка, макарон, шүле, уян сүйт ве бейлеки иймитлер ийилмән галыпдыр диели — дийип, ол гүррүңе башлаяр. — Олары зыңмага ховлукмаң. Олары тәзеден пейдаланып боляр. Муны болса шейле этмели.

Көпленч хеммелериң эдиши ялы, гайнадылан совук картошканы диңе бир говурман, ондан пюре тайярламак хем болар. Мунуң үчин картошканың үстүне аз-кем сув гуюп, питиниң гапагыны япың-да 3—5 минутлап отда гыздырың. Соң болса картошканы овуң я-да гыргычдан гечириң. Онуң үстүне бирнеме гызгын сүйт гуюп оңат эдип гарышдырың. Буларыңам үстүне месге ягы я-да маргарин гуюң.

Гөк өнүмден тайынлакан сован ислендик нахары аңсатлык билен тәзе нахара өврүп боляр. Мунуң үчин өңки нахары гайнадып, үстүне томатлы я-да сметанлы соусы гуяга-да 10—12 минутлап гоймалы. Тәзе нахар сачага әбериленде болса үстүне гөк отлары керчәп сепмели.

Шүледен дүрли гөрнүшли запеканкалары (дагламалары) ве пудиңглери тайярламак боляр. Сован шүләниң үстүне оңат эдилип ювлан кишмиш, ярым стакан сүйт, гант билен гарылан

юмуртга гошмалы. Олары оңат эдип гатышдырмалы-да, дуйбүне-гыраларына яг чалнан сажа гуюп духовкада дагламалы я-да форманың ичинде ерлешдирип бугламалы. Тайын болан нахарың үстүне мүрепбе гуйсаңыз хем болар.

Дүйнки гүн ийилмедик макароны ене-де иер ялы этмек боляр. Мунуң үчин овнук дограланан кәширдир соганы өсүмлик ягына говурмалы, оларың хем үстүне томат-пастаны гошуп совук макарон билен гарышдырага-да дүйбүне яг чалнан сажа гуюп 10—12 минутлап гыздырмалы. Макароны башгача-да «гөзелән» болар: макароны дүйбүне-гыраларына яг чалкан сажа салып үстүне юмуртганың агыны-сарысыны гарышдырып гуймалы, ене-де бир чүммүк дуз атмалы, ярым стакан совук сүйт гуймалы, оларың хем үстүне гыргычдан гечирилен (яйылан хем болса боляр) сыр сепеләп тә алтынсов өвүшгүне гелйәнчә духовкада биширмели.

Туршан сүйди нәтмелик? Бу сораг өй хожалыкчы аялларың көпүсини гызыкландырян болса герек. Туршап угран сүйди әхли вагт хамыра уланып дуруп боланок ахыры. Туршап угран сүйтден долы бахалы белок — творог алып боляныны ве тагамлы хем ёкумлы башга-да биртопар нахар тайынлап боляныны аз-аз адам билйән болса герек.

Туршан сүйди питә гуюп, пес янян отда тә питиниң йүзүнде токга ак лагта (белок) ве ачык-яшылымтыл айран пейда болянча гыздырың. Соң болса ичи сүйтли шол питини хайдан-хай совадың. Шондан соң белогы дөрт эпленен хасаның үстүне алың, айраны хем хасадан сүзүлип гечйәнчә 1—2 сагатлап гоюң. Сизиң алан ярымфабрикатыңызың — творогың якымлы тагамы хем ысы бардыр. Творогдан тайярланан нахарлар иймитиниң дүзүминде белоклары көпелтмек маслахат берлен адамлара, меселем, аз ганлы я-да ёканч кеселден айңалан адамлара хас хем пейдалыдыр. Сүйтден шейле усул билен

НИРЕДЕН ВЕ НӘДИП ГЕЛИП ЧЫКЫПДЫР...

Сачагымызың үстүндәки кәбир азык өнүмлери барада гызыклы гүррүңлер

Картошка

Бизиң картошка шейлебир гөзүмиз өвренишипдир вели, ол сачагымызың үстүндәки иң бир гадымы иймитдир өйдүп пикир эдйәрис. Йөне бу гатыбир бейле дәлдир.

Картошканың өзи адаты бир иймит хем болса онуң өрән гызыклы гелип чыкыш тарыхы бардыр. Онуң Европа гетирилмегини иңлис деңизде йүзүжиси, фице-адмирал, Ф. Магелландан соң илкинжи болуп ериң дашына айланып чыкан, Испанияның «Еңилмез армадасыны» дерби-дагын этмәге гатнашан, адыны эшиденлеринде деңиз мөжеклериниң хем еле-гүне гайзыган йүзлериниң ак кагыз ялы агарян адамы, «Королева Елизаветаның

алнан айраны хем хөкман уланмак герек, ол бахасына етип болмажак азык өнүмидир. Онуң дүзүминде минерал дузлардыр сүйтден алнан гант бардыр.

Азык өнүмлерини сакламагы башаряңызмы?

«Бу ерде нәме үйтгешик зат бармышын? Азык өнүмлерини текжелерде гоюшдырага-да оларың гапыжыкларыны япсаң болдугыдыр-да» дийип пикир эдйәнлере бу сорагың артыкмач болуп гөрүнмеги хем мүмкиндир. Шейлеликде...

Өңи билен холодильник барада. Гүррүңимизи холодильнигиң доңдурыжы бөлүминден башлалың. Бу бөлүм өңи билен доңдурылан өнүмлери — эти, балыгы, гушы, гөк өнүмлери ве ш. м. сакламага ниетлененди́р. Доңдурылан ягдайларда-да яңкы ады агзалан өнүмлер тагамыны хем-де ёкумлылыгыны саклаяр. Йөне өнүмлери башаржаңлык билен доңдурмак герек.

Балыгың, ылайта-да ичи арассаланан балыгың доңуны чөзмегиң гереги ёкдур. Меселем, навага балыгының хамыны сыпырага-да, деррев говурмак герек. Шейдиленде онуң тагамы онат сакланяр.

Ёгса-да, эгер согандыр кәшири совук уран болса, оларың доңуны чөзмән, шол дуршуна гайнап дуран газана я-да гызгын сажа атмалы.

Доңдурылмадык кәбир өнүмлери хем, меселем, аз я-да арам дузланан балыгы, «Океан» пастасыны холодильнигиң доңдурыжы бөлүминде сакламалы.

Гөк өнүмлерден галан әхли бейлеки өнүмлер холодильникде 4—8° С-дең ёкары болмадык температурада сакланыляр.

деңиз галтаманларының» бири Фрэнсис Дрейкиң ады билен багланышдырярлар. Иши хемише шов алян ганожак рыцарь талап алан байлыклары мас йүкленен гәмилеринде Тәзе Дүнйәниң индейлериниң иймити болан үнси чекип дурмаян бужагаз тогалажык затлары гояра-да ер тапыпдыр.

ХУШ асырың икинжи ярымында картошка билен французлар гызыкланыпдыр. Ызлы-ызыңа гелип узага чекен хасылсыз йыллар себәпли Безансон ылымлар академиясы «Ачлык йылларында чөрегиң ерини тутуп билжек өсүмликлер барада» диен темадан байрак гоймага межбур болупдыр. Бу темадан иши «Картошканың ёкумлылыгы барада» диен ат билен парижли дерманханачы Пермантье хөдүрләпдир. Ол бу өнүми Германиядака гөрен экен. Германиядан есирликден доланып геленден соң ол Инвалидлер өйүнде дерманханачы болуп ишләп башлапдыр ве шол өе дегишли болан меллек еринде картошканы көпелдип уграпдыр. Ол өзүни король Людовик XVI-ның ве онуң аялы Мария Антуанеттаның кабул этмеклерини газаныпдыр хем-де олары тәзе өсүмлиги гинден яйратмагың перспективалары би-

Гапсыз өнүмлери хем-де йити ысы болан я-да шейле ыслары өзүне чекйән өнүмлери азык өнүмлерини салмага ниетленилен целлофана, полиэтилен плёнка долаң, алюмин габа салың ве ш. м. Сувуклыклары диңе агзы япылы гапларда сакланң. Мундан башга-да бейдилмеги холодильнигиң деталларының буз өртүгиниң галңамагының өңүни алар.

Шоколад, конфет ялы иймитлер холодильникде сакланылмаса говы. Бу айдылан консервлере хем дегишлидир.

Гөк өнүмлердир мивелери сакламагың ярамлы температурасы 1°-дан 3°С-е ченлидир. Шунда белли бир чыглылыгы сакламак хем дийсең зерурдыр —гуры ховада өнүмлериң көпүси чыглылыгыны, витаминлерини йитирйәр, мыссаряр. Бу шерт диңе соган билен сарымсага дегишли дәлдир — олар хөкманы суратда гуры ховада сакланылмалыдыр.

Аз мукдардакы гөк өнүмлердир мивелери сакламагың иң оңат усулы олары полиэтилен букжалара салмакдыр. Себәби сизиң сатын алан шол өнүмлериңизде эктегем яшайыш довам эдйәндир: олар бишип етишйәндирлер, өз дүзүминдәки чыгы харчлаяндырлар ве ш. м. Шу процеслериң довамында букжаларың ичинде өнүмлериң бөлүп чыкарян көмүртуршы газы топланяр. Бу газ болса өнүмлердәки биохимики процеслери бөкдейәр. Йөне гөк өнүмлердир мивелери букжа салмазыңыздан өңинчә оларың хем де букжаның гурулыгына-дәллигине эсеван эдиң, диңе шондан соң өнүмлери букжа салып холодильникде гоюң. Ёгсам өнүмлериң дашында конденсант пейда болар; чыглылык өнүмлериң хеңлемегине, чүйремегине аматлы шертлер дөредер.

* * *

Әхли өнүмлери гараңкыда сакламалы. Йөне ягтылык яглара хасам ярамсыздыр: яг ягты ерде көп саклананда ажаяр. Бу

лен гызыкландырмага чалшыпдыр. Людовик XVI ве Мария Антуанетта бу өсүмлик билен гызыкланыпдыр. Картошка гең галдырыжы чалтлык билен әхли юртлара яйрап уграпдыр. Инди болса картошканың Руссия нәдип дүшендиги билен гызыкланалың. Илкинжи халта картошканы Руссия Голландиядан Петр I иберипдир дийип хасап эдилйәр. Русларың «ер алмасы» билен көпчүликлейин танышлыгы болса Пруссия билен болан Едийыллык уруш дөврүнде болупдыр. Руссияда агрономчылык ылмының дүйбүни тутанларың бири, язы**жы** хем-де мемуарчы Андрей Болотов Пруссиядан Руссия — Туланың этегинде ерлешйән мүлки Дворяниново обасына гайдып геленде экмек үчин картошка хем гетирйәр.

Кем-кемден Руссияның бирнәче губерниясында картошкадан оңат хасыл алып уграярлар. Эмма картошканы эсасан шәхерлилер ийипдир. Ёкардан орнашдырылян әхли тәзелиги стихиялайын инкәр эдйән дайханлар болса тәзе гөк өнүме душманчылыклы гарапдыр. XIX асырың 30—40-нжы йылларында Николай I-ниң патышалык эден дөврүнде дайханларың турзан «кар-

айдылан өз дүзүминде көп мукдарда яг саклаян өнүмлере — халва, майонезе, шоколада хем дегишлидир. Иң эсасы белле-мели зат хем ягтылыгың тәсир этмеги себәпли көп өнүмлериң дүзүминде болан B_2 витамин йитип гидйәр.

* * *

Сакланылян өнүмлериң аглабасына чыг ярамаз тәсир эдйәр. Шонуң үчин хем узак вагтлап сакламага ниетленилнэ өнүмлери, меселем, уны, ярманы, дузы, какадылан мивелери өңүнден гуратмак зыян этмез. Мунуң үчин иң говы усул шол өнүмлери меҗмә салага-да агзы ачык духовканың ичинде 40—50° С температурада сакламакдыр я-да олары гураксы ховалы йылы җайың ичинде ювкаҗык гат эдип язып гоймакдыр. Бу өнүмлери мата халтаҗыкларда, кагыз букҗаларда, гапаклары җебис япылян метал я-да айна банкаларда сакламак герек. Йөне шейле гапларда сакланылян өнүмлериң хем, вагтың гечмеги билен, өзлерине махсус ысыдыр тагамының пейда болмагы мүмкин. Шонуң үчин хем банкаларың агзыны вагтал-вагтал ачып елеҗиретмели.

* * *

Тебигы ягтылык гөк өнүмлере зыянлы тәсир эдйәр. Меселем, картошкада адам организмине дийсең зыянлы болан мадда — соланин пейда боляр. Бу картошканың гөгерен ерлеринде ве өсүнтгилериниң дүйбүнде хас хем көп топланяр.

* * *

Җәбир адам гөк өнүмлерден тайярланылан нахары хөкман совук ерде сакламалыдыр өйүдйәр. Бу ялңышдыр. Гөк өнүмлерден тайярланан нахарларың көпүси пес температурада

тошка топалаңлары» хем болупдыр. Хакыкат йүзүнде болса бу топалаңлар помещиклериң эзиши себәпли болупдыр.

Хәзир болса картошка Европаның ве Американың илатының иң бир эсасы иймитлериниң биридир.

Келем

Русда айдылып гелнен гадымы гүррүңлерде ве хекаятларда келемиң ады агзаляр. Шу чешмелерден хем бу өсүмлигиң гүнорта славян тайпаларының арасына нәдип дүшендиги бизе мәлим болды. Гадымы славянлар бу өсүмлик барада Крымда ве Гара денизиң кенар якаларында яшаян грек-рим колониячыларындан эшидипдирлер. Грек-рим колониячылары славянлара келемиң диңе бир адыны (капутум) бермән хем-де оны етишдирмегин гизлин сырларыны өвретмән, эйсем бу өнүми Гадымы Римде гевүнҗенлик билен экйәндиклерини ве иймит хөкмүнде гиңден уланяндыкларыны хем

саклананда С витамини чалт йитирйәр. Меселем, гайнадылан келем бир гиҗе-гүндизден соң бу витаминиң 90 процентини, говрулан ве бөлек-бөлек кесилен картошка болса 4 сагат геченден соң бу витаминиң 40 процентини йитирйәр. Дуза ятырылан келем доңдурыланда онуң дүзүминдәки С витаминиң 20—40 процент йитирилйәр. Шонуң үчин хем сирке я-да сметана гошулмадык салатдыр винегретлери холодильникде я-да совадылян җайда 12 сагатдан көп сакламазлык маслахат берилйәр. Йөне гөркезилен бу мөхлет аңрычәк мөхлетдир, муны хем мүмкин болдугыча гысгалтмак герек.

* * *

Этиң доңуны чөзмекчи болсаңыз, доңы чөзүлмек процеси нәче хаял гитсе ондакы ёкумлы маддаларың шонча-да аз йитирилйәндигини ятда саклаң. Этиң доңуны чөзмегиң иң оңат усулы оны агзы өл мата билен даңылгы питә салып холодильнигиң өзүнде гоймакдыр. Шейдиленде буз хаял чөзүлйәр, шол эрән бузлар болса этиң өзүне сиңип, эт чишйәр. Шейлелик билен, эт өз ёкумлылыгыны көп дережеде саклаяр. Эгер-де этиң доңуны чалтыраҗык чөзҗек болсаңыз, оны отаг температурасында 2—3 сагат саклайың. Йөне хич хачан этиң доңуны гызгын сува салып я-да йылы ерде гоюп чөзмели дәлдир.

* * *

Ардылан картошканың дашы гаралмаз ялы, оны сува атярлар. Йөне картошканы сувда аз салымлык сакламак болар. Картошка сувда көп гоюлса онуң дашкы гатлакларындакы азотлы маддалар ве гант сува гечйәр, онуң дүзүминдәки С витамини йитйәр.

айдыпдырлар. Бу өсүмлик гадымы славянлара ярапдыр, вагтың гечмеги билен олар келемден салатдан, башлап тә мешхур келемли чорбадыр келемли пирога ченли өрән көпдүрли нахарлары тайынламагы өвренипдирлер. Шонда келемден тайынланян нахарлары ийип гөренлериң әхлиси келем дине бир өрән тагамлы өсүмлик болман, эйсем адам организмине-де дийсең пейдалы зат диен пикире гелипдирлер. Оларың бу пикирини соңра ылмы барлаглар хем тассыклапдыр.

Дуз

XIII асырда яшап гечен мешхур итальян сыяхатчысы Марко Поло Хытайда дуздан нәдип пул ясаяндыкларыны шейле язып беян эдйәр: «Мунуң үчин шеребәни кичеңрәҗик газанда гайнадярлар. Бир сагатдан соң дуз хамыр ялы боляр, онсоң ондан пирожки кысымында бир затлар ясаярлар... Хакыкы металдан ясалан пуллара меңзәр ялы «пирожкилере» императорың

* * *

Дуза ятырылан келеми хем аявлы уланмалы. Дузлы сувдан чыкарыландан 3 сагат гечендеи соң ондакы С витаминиң 33 проценти йитйәр, 12 сагат гечендеи соң болса 50 проценти йитйәр. Шонуң үчин хем дузлы сувдан чыкарылан келеми дерրев иймели я-да йылылык билен тәзеден ишләп гечмели.

Азык өнүмлерине чемелешмеги башаряңызмы?

Гүнебакар ягының ажамазлыгы үчин, оны, иң говусы, габың гапагы җебис япылан ягдайда дәл-де, бирнеме ачык ягдайда сакламалы. Яга бирнеме нахар дузуны гуйсаңыз говы болар.

* * *

Консервлешдирилен нохудың я-да нойбаның сувуны дөкмәң. Онуң сувуны хем уланмак герек, себәби онуң дүзүми ганда, витаминлере, минерал маддалара байдыр.

* * *

Бирнеме доңан картошканың якымсыз ысыны айырмак үчин оны нахара атмаздан озал совук сувда аз вагтлык саклаң, соң гайнаг сува атың-да бир чемче сирке гуюң.

* * *

Көсүклилер машгаласына гирйән өсүмликлер узак вагтлап гайнадылмалы боляны үчин, олары нахара атмаздан өңинчә совук сувда эзип гоймалы (йылы сувда эзсең туршаяр).

мөхүри басыляр, шундан соң олары гызгын тоюн бөлеклериниң үстүнде «биширйәрлер».

Гадым дөврлерде-де дузуң дийсең улы гымматы болупдыр. Меселем, гадымы римлилерде «Salarium» диен сөз «дуз үчин пул» диймеги аңлапдыр. Орта асырларда кәбир юртларда салгыды дуз билен төләпдирлер. Хатда орта асырларда дуз үстүнде гандөкүшикли урушлар хем болупдыр.

Белли сыяхатчы Н. Н. Миклухо-Маклай папуасларың деңизиң дузлы сувуны өзүне синдирен агач бөлеклерини якып оларың дузлы күлүни иййәндиклерини, мунуң папуасларда халанып ийилйән затдыгыны гүррүң берипдир.

Руссияда гадымы дөврлерде-де көп мукдарда дуз газып алыпдырлар. Йөне, шейле-де болса, ол көпленч вагтда йөнекей халка етдирмәндир. Дуз үстүнде халк топалаңларыдыр гозгалаңлары турупдыр. Эдебиятда «дузлы топалаң» адыны алан, 1648-нжи йылда Москвада болан гозгалаң белли вака хөкмүнде тарыха гирди.

* * *

Йүзи көпүкләп дуран оңат балык чорбасыны биширмек үчин уллакан балык бөлеклененде галян оңургасыны, гөвнежай арассаланан келлесини уланың. Овнук балыгы; өңинчә ичгошуны арассалап, тутушлыгына говурсаң говы боляр.

* * *

Келем буглананда көпленч габың дүйбүне елмешип яняр. Онуң янмазлыгы үчин габың дүйбүнде хемише сувуклык болмагына гөзегчилик этмели хем-де йыгы-йыгыдан оны булап дурмалы.

* * *

Кисел токга тутмаз ялы, крахмалы совук сувда гөвнежай язмак герек. Язылан крахмалы гайнап дуран сиропың ортасына гуймалы дәл-де, питиниң диварындан гуймалы хем-де одуң гатыбир гүйчли болмазлыгына гөзегчилик эдип дурмалы.

* * *

Алма бишириленде даргамаз ялы хем-де сажа елмешмез ялы, алманы хер ериндеи-хер ериндеи дешмели, сажа болса бирнеме сув гуймалы.

* * *

Тәзе сүйди гараңкы ерде сакламалы, ягтылыкда онуң дүзүминдәки витаминлериниң көп бөлеги йитйәр.

* * *

Сүйт узак вагтлап туршамаз ялы, бишириленде аз-овлак шекер гошмалы (бир литр сүйде I чай чемчеси мөчберинде).

Дуз адама герек илкинжи зерур затларың биридир. Ол адам организминиң ишлемегинде мөхүм роль ойнаяр. Адам беденинде 300 грам төвереги дуз бардыр. Адам организми оны хемише сарп эдип ве онуң үстүни гүнде долдурып дуряндыр. Адам организми нахар дузы болмаса оңуп билмез.

Дуз диңебир иймитиң тагамыны говландырмак үчинем зерур дәлдир. Мундан башга-да ол организмде сувуң сакланмагына көмек эдйәр хем-де ашгазанда дуз кислотасының дөремеги үчин материал болуп хызмат эдйәр. Хут шол себәпли хем ашгазандакы иймит говы сиңдирилйәр, зыянлы микроблар болса өлйәр.

Дуз азык сенагатында эти, балыгы консервлешдирмек, туршатмак, гөк өнүмлери дуза ятырмак ве ш. м. үчин герекдир. Месге ягы дузлананда, тагамлы эт ве балык өнүмлери дузлананда гурадылан вакуум дузы хас оңат хасапланыляр: бу дузуң дүзүминде гарындылар аз боляр, бу дуз арасса-ак ренкде, овнук зеррелер гөрнүшинде боляр.

Фридрих Энгельс сагат, әйнек, ел дегирмени, магнит иңңеси (компас)

* * *

Сүйт биширилйәркә габың дүйби янса, сүйди шол бада башга габа гуймалы-да, бир чүммүк дуз сепип совук сувлы легенде гоймалы.

* * *

Ягдыр яглы өнүмлери полиэтилен букҗаларда сакламалы дәл, бейдилсе олар тиз заяланяр, онсоң оларда якымсыз ысың дөремеги мүмкин.

* * *

Яныксы ыслы месге ягы тәзеден эретсеңиз якымсыз ысы айрылар. Ягы тегележик эдип кесилен соган бөлеклерини атып гыздырсаңыз хем яныксы ыс айрылар.

* * *

Яныксы ягы ашакдакы усулы уланып хем иймит үчин тәзеден пейдаланып болар. Мунуң үчин шейле этмели: ягың үстүне аз-кем азык содасыны гошага-да гайнаг сув гуймалы, булары говы эдип буламалы. Яңкы гарынды совандан соң сувы дөкмели. Бу иши 2—3 гезек гайталамак герек. 500 грам яга 2 литр сув гуймалы, 8 грам хем сода атмалы.

* * *

Апельсиндир лимоның дашына өсүмлик ягыны чалып целлофан халтаҗыга я-да болмаса агзы япык габа салып салкын ерде гойсаңыз узак вагтлап терлигини йитирмез.

* * *

Лимоны сувлы банка салып, банканың сувуны гүнде 1—2 гезек чалшырсаңыз, оны узак мөхлетләп тер саклап билерсиңиз.

ве бейлеки мөхүм ойлап тапышларың арасында «такгаз балыгың» дузланышының хем ойланып тапылмагыны белләп гечйәр.

Совет Союзында дуз кәндир, өзем ол арзандыр хем хеммә элъетерликдир. Русда гадым вагтлардан бәри мыхманы «дуз-чөрек билен» гаршыламак дәп болупдыр, элачык, мыхмансөер адама болса бизде «дуз-чөрекли адам» дийилйәр.

Чай

Бу вака б. э. өң 4 муң йыл мундан озал диен ялы болупдыр. Чопанлар гең бир зада үнс берипдирлер: дага чыкмаздан озал гоюнлар голайларында мыдама гөк өвсүп отуран агаҗыкларың япракларыны иййәр экен. Шолары иенлеринден соң болса шейле бир чуслук хем еңиллик билен ёкары галян экенлер вели чопанлар оларың ызына зордан эерипдир. Чопанлар ойланып-ойланып ахыры хем шол япраҗыкларың тәсирини өзлеринде сынамакчы болупдырлар. Олары йыгнашдырып гурадыпдырлар-да үстүнден

Йөне гуры чәгә гөмүлен лимон хас оңат сакланяр. Мунуң үчин чәгәни гурадып ящиге гуймалы-да лимонлар бири-бирине галташмаз ялы эдип ерлешдирмели.

* * *

Дуз саклаян габыңызда бир тагта соргуч кагыз я-да бирнәче дәне түви гойсаңыз дуз чыг чекмез хем-де токга тутмаз. Барды-гелди чыг чекәенде-де оңа картошка крахмалының 8—10 процентини гошсаңыз, ол исләндик чыглы ховада-да гурылыгыны саклар. Крахмалың аз-овлак мөчбери болса дузуң тагамыны хем-де реңкини үйтгетмез.

* * *

Кофени айна габа я-да метал банка салып гуры хем салкын ерде сакламалы.

* * *

Чай саклаян габыңызда кичеңрәжик лимон я-да апельсин габыгыны гойсаңыз ичйән чайыңыз хасам хошбой ыс берер.

* * *

Гөк отлары өңүнден говы ювуп, кенепден докалан мата долап гурадып, соңам гапагы җебис япылан айна габа салып холодильникде гойсаңыз узак сакланар.

* * *

Дүйп соганың габыкларыны гызгын сувда ятырып, оны хем узак вагтлап сакламага ниетлән кәшириңизиң үстүне сепсеңиз, кәшир оңат сакланар.

* * *

Тәзе помидорлары гөбегини ёкары эдип хатара дүзүп гойсаңыз узак вагтлап терлигини саклар.

гайнаг сув гуюп ичип гөрүпдирлер. Шейдибем өң хич ким тарапындан ичилип гөрүлмедик, хошбой ыслы, шәхдини ачыҗы ичги дөрәпдир.

Элбетде, аңлайшыңыз ялы, гүррүң ичгилериң иң бир мешхуры, бизиң өз атландырышымыз ялы «шәхдачыклык эликсири» болан чай барада гидйәр. Чайың адамың гүйҗүне гүйч, кувватына кувват гошянлыгының себәби болса онуң дүзүминде кофеиниң барлыгындандыр. Аҗы демленен чайың бир стаканында 0,05 грама ченли я-да келлагыры дерманының бир таблеткасындакы мөчбере барабар кафеин бардыр. Гепиң гердишине гөрә ене бир зады белләп гечелиң: гуры чай япрагындакы кофеиниң мукдары кофе дәнелериндәкиден 3 эссе көпдүр.

Руссияда чай ичгисини 1638-нҗи йылда монгол ханы Алтын хан патыша Михаил Фёдоровиче дөрт пут чай япрагыны иберенден соң ичип башлапдырлар. 1679-нҗы йылда Руссия билен Хытайың арасында Хытайың Руссия ызыгидерли суратда чай иберип дурмагы хакында шертнама баглашылыпдыр;

* * *

Эгер-де дүйп соганың диңе ярысыны уланан болсаңыз кесилен ерине яг чалайың — ол оңат сакланар.

* * *

Сүллерип барян укропдыр петрушканы сиркели сува салсаңыз еке-де терленер.

* * *

Чиг гөк өнүмлердир гөк отлары өлленен полотенцә доласаңыз терлигини саклар.

* * *

Салатдыр ысманагы говы ювуп гөзененин үстүнде гурадаңыздан соң, агзы гапаклы питә салып, салкын ерде гоймалыдыр.

* * *

Редисканы ичине аз-кем совук сув гуйлан табагың ичинде яшларыны ашак эдип гоюп салкын ерде сакламалы, вагтал-вагтал болса үстүне сув сепеләп дурмалы.

* * *

Гөк хыярың сапагыны ашак эдип дөртден үч бөлегини сува чүмдүрип гойсаңыз бирнәче гүнләп терҗелигине саклап билерсиңиз. Йөне сувы хер гүн чалшырмагы ятдан чыкармаң.

* * *

Ятырылан сувы хеңләп угран дуза ятырылан келеми дузлы сува ювмалы-да арасса габа гечирип, үстүне тәзеден гайнадылан, йөне хас шеребелирәк сув гуймалы. Сува ятырылан, заяланып башлан алманы хем шейле усул билен тәзеден япып болар.

XVIII асырда Руссия чай гетирилиши эп-эсли артяр, бу ичгиниң илат арасында мешхурлыгы хем артяр.

Бу мешхурлыгың йөне ере дәлдигини белләп гечелиң. Специалистлериң шаятлык этмегине гөрә өсүп етишен чай япрагында 300 дүрли мадда бар. Шоларың арасында иң эсасысы үч маддадыр, олар: кофеиндир (чайың адам организмине гүйч бериҗи хәсиети шу мадда себәплидир), танинлердир (чайың гаңшыравугыңы түтедиҗи якымлы ысы шу мадда себәплидир) хем-де эфир ягларыдыр (олар чая гайталанып болмаҗак хошбой ыс берйәр). Мундан башга-да, чайың дүзүминде С витамини ве В витаминлериниң топары бардыр. Р витамининиң мөчбери боюнча болса өсүмлик дүнйәсинде онуң тайы ёкдур. Онуң дүзүминде минерал маддалардыр микроэлементлер аминокислоталардыр белоклар хем көпдүр.

Бир дүвүр гант билен ичилен чай 25 килокалория берйәр, шол чая бир нахар чемчеси сүйт гошсаң вели, 40 килокалория ченли берйәр.

* * *

Тәзе йыгналан көмелек, — ылайта-да ягышлы гүн йыгналан болса, — тизден заяланмак билен боляр. Көмелеги корзинада бары ёгы бирнәче сагат гойсаң хем мыссарып эййәм иймәге ярамсыз боляр. Шонуң үчинем көмелекден нахар тайынлажак болсаңыз хаял-ягаллыга ёл бермели дәл. Йөне көмелекден тайярланан нахарлары хем узак сакласаңыз деррев заяланмак билен болар.

* * *

Дузланан көмелеги йылы ерде сакламалы дәлдир, олары доңдурып сакламак хем максада лайык дәлдир: ики ягдайда-да олар гаралып ураяр.

* * *

Юмуртганы холодильникде ики хепдеден артык сакламалы дәл. Йөне хер юмуртганы айратынлыкда кагыза долап хер хепдеде-де тәзеден доласаңыз олары хас көп вагтлап хем саклап болар. Юмуртганың дашына доңуз ягыны я-да гүнебакар чигидинден алынян ягы чалсаңыз, оны холодильниксиз хем эп-эсли вагтлап саклап билерсиңиз.

Тиз тайынлап болжак нахарлар

Мыхман геленде сиз ашакдакы рецептлер боюнча тайярлан нахарларыңызы, ширин ныгматларыңызы хем-де алькоголсыз ичгилериңизи хөдүрләп билерсиңиз.

Хамыра буланып говрулан колбаса· 500 грам колбаса, 2

Гызгын чай бедениңе дынч берйәр, сувсузлыгыңы гандыряр. Муны хеммелер билйәр. Йөне, булардан башга-да, ол өз дүзүминде организме пейдалы маддаларың бай топлумыны жемләни үчин, адамың ысгынсыз богунларының кувватланмагына, ган дамарларының басышының песе гачмагына ярдам эдйәр, цинга, гөкбогма, сарыгетирме, йити гурагыры кеселлерини бежермекде, богунларың гайталанып дуран агырысыны айырмакда пейда берйәр.

Медиклер чайың бейлеки бежерижи хәсиетлерини хем уланмагы маслахат берйәрлер. Автобуса я-да самолёта мүнен адамың башы айланса оңа гөк чайың гуры япрагыны чейнемек маслахат берилйәр. Чай япрагының күлкеси бедениң янык ерлериниң битмегине ярдам эдйәр. Ажы демленен гөк чай өзүниң организми бактериялардан арассаламак хәсиети билен, ашгазан ярасыны оникибармак ичегә дүшен яраны, битмезек яралары бежермекде хем-де адамың дерисини совук аланда бежермекде көмек эдйәр.

саны юмуртга, 3 нахар чемчеси ун, ярым стакан сүйт, 1 чай чемчеси гүнебакар ягы, 100 грам эредилен яг.

Колбасаның габыгыны сыпырып ярым сантиметр инлиликде кесишдирмели. Юмуртганы уна гарып кем-кемден үстүне сүйт гуюп сувгартмалы. Гүнебакар ягыны хем буларың үстүне гошмалы. Хамыр бызмык биширмек үчин тайынланян хамырдан гойы болмалыдыр. Хамыр тайын боландан соң кесишдирип гоян колбаса бөлеклериңизи чаршак билен алага-да хамыра булап сажда гайнап дуран яга атмалы. Дашы гызаран колбаса бөлеҗиклерини тарелка чыкарып үстүнден гөк от сепелемели. Колбасаның яны билен картошкадан тайярланан пюре, дуза ятырылан келемиң үстүне гант, гүнебакар ягы ве соган гуйлуп тайярланан салат я-да ислендик гөк өнүмлерден тайярлан салатыңызы әберип билерсиңиз.

Сухари билен говрулан сыр. 300 грам сыр, 2 **саны юмуртга,** 1 стакан панировка эдилен сухари, 100 грам сарыяг.

Голланд я-да Руссия сырыны 0,5 сантиметр галыңлыкда дөртбурч эдип кесишдирип уна буламалы-да язылан юмуртга батырып, соңунданам сухара буламалы, соң болса яга говурмалы. Яны билен гайнадылан, үстүне яг дөкүлен макарон әберсеңиз хем болар.

«Гаржагаз» кекси. 1 банка сүйтбал, 1 юмуртга, 6 нахар чемчеси картошка уны, ярты чай чемчеси сода, 1 лимон.

Юмуртганы яйып үстүне кем-кемден сүйт гуймалы. Буларың үстүне болса ярты лимонын ширесини, хем-де овнук гөзли гыргычдан гечирилен габыгыны гошмалы. Картошка унуның үстүне сода гуюп буламалы-да, өнки тайярлап гоян буламагыңызың үстүне гуймалы. Форманың дүйбүне яг чалнан ак кагызы, (иң говусы, пергаменти) язмалы. Форманы оңат эдип ягламалы, үстүне-де боллук билен ун сепелемели. Тайынлан хамырыңызы форма гуюп, пес янян отда духовка гоймалы. Кексиң тайын боланлыгыны-болманлыгыны агач чөпҗагаз дүртүп барламак болар. Эгер-де кексе дүртүлип чыкарылан агач гуры болса кексиң тайын болдугы. Тайын кекси тагта гапага чыкарып соватмалы. Кекси соң иймек үчин тайярлан болсаңыз, оны арасса салфетка долага-да ичине хова гирмез ялы гапагы җебис япылян галайы гута салып салкын ерде гоймалы.

Алмалы рулет. 600 грам рулет, 1 стакан шекер, 100 грам творог, 100 грам яг ве 1 стакан ун.

Алманың габыгыны айрып хем-де ичини арассалап, алманы 8 бөлеге бөлмели, хер бөлеги хем кеселигине ювкаҗык эдип кесишдирмели. Яг билен творогы оңат гарышдырмалы, дуз сепмели, буларың үстүнден хем ун гуймалы. Шейдилип тайын эдилен хамыры ики бөләге-де, холодильникде 3 сагатлап гоймалы. Алан хамыры 2 саны күлче чыкар ялы эдип бөлмели-де яймалы. Яйылан хамырың үстүнде кесилен алмалары язышдырып гоймалы, онуң үстүнден хем боллук билен шекер дөкмели. Хамыры долап, дашына юмуртга чалмалы-да одуны

арам якып духовкада гоймалы. Рулетиң дашы оңат гызарандан соң духовкадан чыкармалы.

* * *

Квасы мүң йыл мундан озал хем, Киев Русы дөремезинден кән озал билйән экенлер. Шонды бәри энчеме вагт гечди, квас болса хәзир хем мешхур. Йөне бизиң гүнлеримизде онуң диңе бир гөрнүши — чөрекден тайярланян квас илат арасында гиңден мәлимдир. Руссияда болса өңки девүрлерде Пётрың квасыны, Боярларың квасыны, Солдат квасыны, Өй квасыны, Туршы квасы, Ак квасы, шекерли квасы билипдирлер хем-де хер дүрли мивелердендир ир-иймишлерден алыпдырлар. Ашакда шу ичгилериң бирнәче рецептини берйәрис (15—20 адама ниетленилип тайынланҗак бу ичгә харчланҗак эсасы өнүмлериң нормасыны куб сантиметрлерде ве грамларда гөркезйәрис).

Өй квасы. Човдары чөрегинден тайынланан сухари — 500, сув—4000 гр, хамырмая—45 гр, шекер күлкеси—200 гр, кишмиш—50 гр, тер нарпыз—5—10 саны тилисге, гара смородинаның япраклары —3—4 санысы.

Човдары чөреги кичеңрәҗик дөвүшдирип тә гоңур-гара реңке гелйәнчә духовкада гуратмалы. Шейдилип тайын эдилен сухариниң үстүне гайнаг сув гуюп, шол йылылыгында 3—4 сагатлап гоймалы. Эмеле гелен буламагы бирнәче гат хасадан сүзүп гечирип, үстүне шекер сепмели, хамырмая, нарпыз, гара смородинаның япракларыны атмалы-да, туршар ялы 10—12 сагатлап йылы ерде гоймалы. Гайтадан туршан буламагы ене-де хасадан сүзүп гечирип чүйшелере гуюшдырмалы. Хер чүйшәниң ичине 3—5 саны кишмиш атып агзыны дыкы билен җебис япмалы. Чүйшелере гуйлан квасы холодильникде 3 гиже-гүндиз чемеси сакланыңыздан соң өз элиңиз билен тайынлан ичгиңизи ичип билерсиңиз.

* * *

Морслары мивелериң я-да ир-иймишлериң петиниң гарындыларындан, соклардан хем гантдан тайынлап боляр. Морсы консервлешдирилен ширелерден хем тайынлап боляр. Мунуң үчин олары үстүне гайнаг сув гуюп сувгартмалы хем-де эгер герек болса гант гошмалы. Мөвсүме баглылыкда морсы совуклыгына я-да гызгынлыгына сачага эбермели. Оны күйзә гуюп эбермели хем-де сыгымы 250—300 куб сантиметр болан стаканларда ичмели. Совук морс тайынланан болса оңа күлкеленен буз гошмалы хем-де сыпалҗыкдан соруп ичмели. Морса лимон, апельсин дилимҗиклерини я-да шол мивелериң гыргычдан гечирилен габыгыны атсаңыз хем болман дурмаз.

Ашакда шу ичгилери тайярламагың ики саны усулыны гөркезйәрис (10 адама ниетленип тайынланҗак ичгә харчланҗак эсасы өнүмлериң нормасыны куб сантиметрлерде ве грамларда гөркезйәрис).

Ир-иймишлерден тайярланян морс. Ир-иймишлер (клюква, гара смородина, брусника, черника, малина, клубника)—500 гр, шекер күлкеси—150 гр, сув—1000 гр, бир лимоның ширеси.

Ир-иймишлери сайлап алып оңат ювмалы, мынжыратмалы. Мынжырадылан ир-иймишлери хасадан гечирип ширесини сыкып алмалы. Галан лөдерәниң үстүне гызгын сув гуюп 10—20 минутлап гайнатмалы. Эмеле гелен пети сүзүп алып, оңа шекер күлкесини, лимон ширесини гошуп соватмалы (эгер-де совук морс тайынламакчы болсаңыз). Сован пете ир-иймишиң ширесини гошмалы. Тайын болан морсы ичи бузлы күйзә гуймалы.

Шугундырдан тайярланян морс. Шугундыр—200 гр, шекер күлкеси—10 гр, сув—1000 гр, бир лимоның ширеси.

Шугундырың габыгыны айрып гыргыжың овнук гөзүнден гечирмели. Овнадылан шугундырың ширесини сыкып алмалы. Ширеси алнан шугундырың үстүне гызгын сув гуюп, гайнаянча отда гоймалы. Соң оны 10—20 минутлап бугламалы. Шулардан соң онуң үстүне шекер күлкесини, лимон ширесини, хәлки сыкылып алнан шугундыр ширесини гуймалы. Булары тә гайнамак дережесине етйәнчә ене-де отда гоймалы, эмма гайнатмалы дәл. Эмеле гелен пети ене-де сүзүп, ичи бузлы күйзә гуймалы.

* * *

Алкогольсыз крюшонлар дүрли мивелердир ир-иймишлере сироп, лимон ширесини, минерал я-да содалы сув гошуп тайынланяр. Адамларың йүрегини совадян бу ичгилери, адатча, 6—12 адама болар ялы ниетләп, көп мөчберде тайынлаярлар (шол себәпли хем бу ичги үчин харчланжак өнүмлериң мукдары адамларың ёкарда гөркезилен санына етерликли нормада куб сантиметрлерде хем грамларда гөркезилйәр).

Ир-иймишден тайярланян крюшон. Клубника—500 гр, шекер күлкеси—200 гр, лимон ширеси—100 гр, содалы я-да минерал сув — 1000 гр.

Клубникаларың сапакларыны айрып сув чүвдүримине тутуп ювмалы. Тайын эдилен клубниканы йөрите крюшон тайынламак үчин ясалан габың я-да болмаса күйзәниң ичине салып үстүнден шекер күлкесини сепмели-де 1—2 сагатлап холодильникде гоймалы. Сонра крюшон тайынламага ниетленен габың я-да күйзәниң ичине етерлик мукдардакы бузы атмалы, лимон ширесини, содалы сувы я-да минерал сувы гуймалы. Клубникалары мынжыратмазлык үчин, крюшоны эмай билен буламалы-да кәселере я-да стаканлара гуюшдырмалы. Клубниканың ериниислендик ир-иймиш билен хем чалшырып билерсиңиз.

Клюквадан тайярланян крюшон. Клюква—200, шекерли сироп—200, ювкажык дилимленен бир апельсин, содалы я-да минерал сув—1000.

Клюкваның такмынан ярысыны шекер билен гарып эзмели. Онуң үстүне апельсин дилимҗиклерини хем гошмалы. Галан ягдайларда бу ичгиниң тайярланышы ир-иймишлерден тайярланян крюшондан хич хили тапавутланмаяр.

Дуза ат дакмак болмаз.
Док баша дөвлет ягар.
Гарны дока бела ёк.
Бир доймак — чала баямак.
Дама-дама көл болар.
Саглыгыңы саклаҗак болсаң аша көп ийме
Гөрк—агыздан, гөрмек — эгинден.
Эрбет нахар ёк, тагамсыз нахар бар.

Артык иен нахарың җана азардыр,
Ченин билип ийсең өмрүң узалдар.

(Фердөвси)

Саклан, хоранлыгың азары кәндир,
Гарның гоюнларың мазары дәлдир.

(Асады Тусы)

Сакланмак йүз пай аңсатдыр,
Соң хорланмак меламатдыр.

(Гүргени)

Доюп ийме ашы —
Ишдәңи сакла.
Семизлик—дерт башы
Шуны ят бекле.

(Аттар)

Барыны берен уялмаз.
Бир гүн дуза — мүң гүн салам.
Мыхман аш дийип гелмез, гүлер йүз дийип гелер.
Орта сачак дүшмесе гепиң алышмаз.
Нахары —дузуна гарап, адамы —сөзүне гарап.

ЧӨРЕГИҢ ХЕР ГЫҢАГЫ — АЛТЫНА БАРАБАР

Инди болса шанына гошгулардыр айдымлар, эртекилердир хекаялар, накылларлдыр маталлар дүзүлен, бизе гүнделик герек болуп дурян өнүм — чөрек барада сөхбет ачалың. «Ярты петир — саг-аман гетир», «Чөрек ёк еринде хөрек ёк», «Гарны дока — бела ёк», «Сачагың долы — өйүң йылы, сачагың бош —өйүң гыш», «Ере урдум палтаны, агзы гызыл халтаны, ерден бир оглан чыкды — улы илиң солтаны» дийип, халк әхли ныгматларың сереси болан чөрек барада энчеме накылдыр матал дөредипдир.

Чөрегиң нәче яшы барка? Алымлар чөрегиң 15 мүң йылдаданам говрак яшы бардыр дийип хасаплаярлар. Йөне алымлар гадымыетде чөрегиң хәзирки ялы ягдайда болмандыгыны хем айдярлар. Шол дөврүң чөреги говрулан дәне токгалары гөрнүшинде болупдыр. Бәш мүң йыл мундан озал нәмәлим художник фараонларың бириниң губурханасының диварларында дәне йыгнамалшындан башлап тә чөрек тайынланылянча гечилйән процеси шекиллендирипдир. Швейцар шәхери Цюрихдәки музейде гурадылан көлүң дүйбүнден тапылан, ер йүзүнде сакланып галан иң «көне» чөрек сакланыляр. Ол 6 мүң йыл мундан озал биширилипдир. Нью-Йоркуң музейлериниң биринде болса ондан хас «яш» болан тегелек чөрек гөркезилйәр, онуң бары-ёгы 3400 яшы бардыр.

5—6 мүң йыл мундан озал Гадымы Мүсүрде чөрегиң икинҗи өмри башланыпдыр дийсеңем болҗак. Ол ерде микроскопик организмлериң — хамырмаяның хем-де туршадыҗы бактерияларың тәсин гүйҗи билен алдырылан хамырдан чөрек биширмеги өвренипдирлер. Бу болса, хакыкат йүзүнде, чөрек биширмегиң хәзирки заман технологиясына меңзешди. «Туршан чөрек» биширмегиң сырыны мүсүрлилерден греклер хем өвренипдир. Бизиң эрамыздан өңки 776-нжы йылда биринҗи Олимпия оюнларына гатнашыҗылар хем-де оюнларың мыхманлары үчин үйтгешик ныгмат — маңзы өйжүк-өйжүк болуп ду-

ран ак чөрек бишириндирлер. Оны айратын нахар хөкмүнде зейтунын хем-де балыгың яны билен әбериндирлер.

Маңзы өйжүк-өйжүк болуп дуран мыссык бугдай чөреги гадымы Римде хем үйтгешик тагам хасапланылыпдыр. Ол ерде дөврүниң уллакан чөрек биширйән ховлулары пейда болуп, оларда чөрегиң дүрли гөрнүшлери биширилипдир. Шол ховлуларда чөрек биширйән уссаларың бири Марк Вергилий Эврисака ики мүң йыл мундан озал бейиклиги 13 метр болан ядыгәрлик — монумент дикелдипдирлер, шол ядыгәрлик-монумент бизиң гүнлеримизе ченли сакланып галыпдыр. Эврисакың чөрек биширйән уссалары тутуш Рими диен ялы чөрек билен үпжүн эдипдир.

Русда хамыры алдырмагың сырыны гадым дөвүрлерден бәри билипдирлер. Бир заманлар чөрек биширилйән ерлериң «чөрек биширилйән ховлулар» дийлип атландырыландыгыны хем көплер билйән дәл болса герек. Йөне чөреги әхли өйде диен ялы бишириндирлер. Диңе бирнәче асыр мундан озал чөрек биширйән уссаларың арасында зәхмет бөлүнишиги болуп

гечип, олар чөрек өнүмлеринин диңе белли бир гөрнүшини биширмекде кәмиллешип башлапдырлар. Диңе чөрек, бызмык, гантлы көке, халка көке, гутап биширмек билен мешгул болян уссалар болупдыр.

Чөреге гадым дөвүрлерде хем сарпа гойлупдыр, ол мукаддес хасапланыпдыр.

Мүң йылларың довамында чөрек биширмегиң техникасыдыр технологиясы үйтгевсизлигине диен ялы галыпдыр. Диңе XIX асырың икинжи ярымында Руссияда механизмлешдирилен хамыр югружы, хамыр бөлүжи машынлар, конвеер усулда ишлейән печлер пейда болуп уграяр. Йөне энтегем чөрек биширйән аглаба ховлуларда чөрек биширижи уссаның эллери эсасы «механизмлигине» галяр. Биохимия ве микробиология ылымларының дөремеги билен, XX асыра гечилйән дөвүрде чөрек барада ылым йүзе чыкяр. Бу ылымың дүйбүни мешхур алымлар Д. И. Менделеев, К. А. Тимирязов, А. Н. Бах, А. И. Опарин дагы тутяр.

Диңе Бейик Октябрь социалистик революциясындан соң, йигриминжи-отузынжы йылларда бизиң юрдумызда чөрек бишрижи кувватлы индустрия дөредилйәр. Чөрек хәзиркизаман, ёкары өндүрижиликли абзаллар билен абзаллашдырылан кәрханаларда биширилип уграляр. Бу гүн чөрек биширмекде автоматика ве өңдебарыжы технология барха гиңден орнашдырыляр. Бир печ гиже-гүндизиң довамында 80—90 мүң буханка чөрек биширип, гүнде 200 мүң адамы — уллакан шәхериң илатыны чөрек билен үпжүк эдип билйәр.

Човдары унундан, човдары уны билен бугдай униуны гарып хем-де арасса бугдай унундан чөрегиң дүрли сортларыны ве гөрнүшлерини биширмегиң усуллары ишленип дүзүлди. Бизде әгирт көп мукдарда булкадыр күлчәниң дүрли гөрнүшлери биширилйәр. Бизде бир гүнде 30 миллион тоннаданам говрак чөрек, батон, булка, сухари, күлче, халка көке — чөрек өнүмлериниң 500 гөрнүшденем көпүси биширилйәр.

Совет сенагатының ишләп чыкарян чөрек өнүмлери дашары юртларың ишләп чыкарян чөрек өнүмлеринден хас ёкары хиллидир хем-де тагамлыдыр. Човдары унундан чөрек биширмегиң усуллары билен биртопар дашары юрт фирмаларының гызыкланмагы йөне ерден дәлдир.

Адамың яшамагы диңе бир чөреге баглы болмаса-да, чөрек барада, бизе гүнделик зерур болан бу өнүм барада алада бизиң дөвлетимизиң өңи билен алада эдйән зады болупды ве шейле болмагына-да галяр. Революция амала ашырылып гражданлык уршуның туташан дөврүнде, ачлыгың абанып, вейранчылыгың хөкүм сүрйән дөврүнде — яш Совет Республикасы үчин иң бир кынчылыклы шол агыр дөвүрде, 1918-нжи йылың томсунда В. И. Ленин: «Азык меселеси — мунуң өзи эсасы меселедир, мунуң өзи бизиң өз ишимизде хемме затдак көп үнс берйән меселәмиздир» дийипди. Шол агыр йыллар бир дөвүм чөрек адамың өмрүни халас эдйәрди. 1920-нжи йылың апрелинде Түркүстан фронтуның реввоенсоветиниң иберен үсти азык йүкли поезди — доглан гүнүниң 50 йыллыгы мынасыбетли В. И. Ленине фронтуң иберен совгады Москва гелйәр. Владимир Ильич иберилен совгады Москваның, Петроградың, Иваново-Вознесенскиниң ачлык чекйән чагаларына пайлап берйәр, ол шол совгадың бир бөлегини торф чыкарян ишчилере берйәр.

Габавдакы Ленинградда хем Бейик Ватанчылык уршы йылларында бир дөвүм чөрегиң гымматы өмре барабар болупды, тылда галан адамлар шол бир дөвүм чөреги хем бөлүп, онуң улы бөлегини фронтда сөвешйәнлере иберйәрдилер.

Инди кән вагтдан бәри бизде чөрек болчулыгы. Йөне онуң гымматына етип билжек зат ёкдур.

Гүнделик зерур болуп дуран чөрегиң боллугына бизиң гөзүмиз өвренишипдир, себәби ол хемише сачагымызда бар, оны

нансак-да, чөрегиң бу боллугы, онуң хемише тапылып дурҗакдыгына ынамымыз бизи халыс элжиредйәр. Җәмахаллар биз чөрегиң гымматыны көпүк билен хасаплап болмаҗагыны ятдан чыкарярыс-да, зибил ташланян провода я-да бедрә гатан чөрек гыңагыны я-да тутуш бир токга чөреги оклаярыс, яңы бир ужы гәдилен мыссык ак чөреги мейлис гуран еримизде гоюп гайдярыс, оңат булканы оңат ювулмадык чөрек гапда гойярыс. Бу диңе бир аявсызлыгам дәл-де, чөреге, оны өсдүрип кемала гетиренлере, өзүмизе хем-де бу мукаддес зады — чөреги мүң йыллыкларың гершинден ашырып бизе етирен ата-баларымыза сарпа, хормат гоймадыгымыз боляр.

Бизиң чөреги бисарпа тутмагымыз дөвлете нәчә дүшйәркә? Ине, йөнекейҗе, йөне дийсең ойландырян хасап.

?! **Эгер-де дөрт адамдан ыбарат хер машгалада гүнде 100 грам чөрек зыңылса — бу бир йылың довамында 36 килограм боляр. Бүтин юрдумыз боюнча шейле йитги хер бири 20 мүң тонна дәне саклап билйән 100-ден хем көп элеватор, 57 дегирмен, гиҗе-гүндизиң довамында 50 тонна өнүм берйән 130 чөрек биширйән завод гурмагы талап эдйәр.**

Шейлелик билен, мунуң үчин мүңлерче адамың зәхмети герек болар. Мукун барысы хем бизиң чөреге аявсыз, бисарпа гараянлыгымыз себәпли боляр.

Бизиң чөреге болан гарайшымыз билен баглы меселе —сап тыгшытлылык меселесиниң чәгинден хас даша чыкян меселедир. Онуң алыхезретлери Чөреге болан гарайыш адамының калбындакы медениетини кесгитлейән гөркезиҗилериң биридир. Сөзүң долы манысындакы медениетли адам чөреги зибил ташланян ящиге окламаз. Чөреге болан шейле гатнашыгы чагалыкдан тербиелемек герек. Ер сүрүп, галла экип өмрүни обада гечирен яшулылары үнс берип сынлаң, оларың ваввалары бар ялы эдип ики эллери билен чөреги алып, овунтыгыны ере гачырман дөвүп алышларына, галаныны сачага долап элъетерликли ерде гоюшларына сын эдиң. Бу херекетлери оларың гысганчлыгындан, овнукчыллыгындан дәл-де, чөреги чөреклик дереҗә етирен адамлара хормат гойяндыкларындан хабар берйәр. Инди меркезден дашдакы обалардыр посёлокларда хем чөрегиң биширилишини унудып уградылар. Себәби чөрек биширмек — агыр, өндүриҗиликсиз зәхмет. Герек болса биз чөреги магазинден алярыс, нахарханада иййәрис. Бир магазинден сатын алан чөрегимиз мыссыжакдыр, ысы җаныңы алып баряндыр, бейлеки бир магазинден сатын алан чөрегимиз болса гатап, даша дөнендир. Бу нәме үчин, нәме себәпден бейле боляр? Онуң себәби болса ене-де айланып-доланып бизиң чөреге болан гарайшымыза, гымматына етип болмаҗак

мукаддес заты — чөреги аямаклык ынанылан адамларың калбындакы медениетине сырыгар.

Чөреге эечилик гөзи билен, хормат билен гарамак барадакы бу гүррүңимиз хайсыдыр бир адатдан дашары ягдайлар себәпли эдилйәндир өйдүп асла пикир этмәң. Умуман аявлы болмак, хусусан-да чөреге аявлы гарамак барадакы меселе юрдумызың ыкдысадыетиниң өсүшини, илатың сарп эдиш медениетиниң өсүшини хем-де халкың рухы сагдынлыгыны кесгитлейән дүйпли факторларың биридир.

Өкде адамың гечйән сапагы

Дурмуш өлчеги

Чөрек барадакы сапагы СССР Азык сенагаты министрлигиниң Чөрек биширилйән сенагатың ылмы-өнүмчилик бирлешигиниң технология бөлүминиң мүдири Ирина Пантелеймоновна Петраш алып барар.

—Тарых өз гатларында адамларың чөрек барада эден аладалары хакында биртопар маглуматлары саклапдыр. Мунуң себәби хем дүнйә илатының аглабасының иймитинде чөрегиң сарп эдилиши боюнча-да илкинжи орунда дуряндыгындандыр. Бизиң юрдумызда чөрегиң хем-де чөрек өнүмлериниң сарп эдилиши гүнде җан башына 350 грамдыр, бу болса организмиң йитирйән энергиясының эп-эсли бөлегиниң ерини долдурмага мүмкинчилик берйәр.

Йөне чөрегиң әхмиети онуң энергетики гымматы билен асла тамам болайян дәлдир. Чөрегиң дүрли сортларында 4,7 процентден 7 проценте ченли белок бардыр. Шейлеликде, адам чөрегиң хасабына өзүниң белоклара болан ислегиниң 25—30 процентини канагатландыряр.

Бугдайың хем-де човдарының дәнесинде витаминлериң биртопары бардыр. Оларда ылайта-да витаминлериң В топары: тиамин (B_1), рибофлавин (B_2), никотин кислотасы (РР) көпдүр. Адам организминде B_1 витамини углеводлар чалшыгына гаткашяр. Бу витаминиң етмезчилик этмеги меркези нерв системасында агыры билен утгашян дүрли кеселлериң йүзе чыкмагына, богун учларының гурушмагына, нерв сүтүнҗиклериниң чишмегине гетирйәр. Бизиң иймитимизде B_2 хем-де РР витаминлериниң ролы хем дийсең улудыр. Оларың илкинжиси—рибо-

флавин — ылайта-да чагалар үчин зерур витаминдир, себәби ол чаганың боюның өсмегине ярдам эдйәр. Улы адамының иймитинде рибофлавиниң етмезчилик этмеги дери асты дем алыш процесиниң интенсивлигини хем-де организмде энергия дөрейиш чалтлыгыны песе гачыряр. Адам организминде B_2 витаминиң етмезчилик этмегиниң аламатлары хөкмүнде онуң дерисинде хем-де организмиң немли габыкларында яра йүзе чыкяр, гөзүниң гөрүши күтелйәр. Адам организминде болуп гечйән туршадыҗы процеслери сазлайҗы өрән мөхүм витаминлериң бири РР витаминидир. Организмде онуң етмезчилик этмеги нетиҗесинде адам чалт ядаяр, гахарҗаң боляр, бедени говшаяр, дериси кеселлейәр.

B_1, B_2 ве РР витаминлери бугдай хем-де човдары дәнелериниң габыкларында ве шинелеринде хас көп мукдарда боляр. Шонуң үчин хем дүзүминде кепеги көп ун сортлары адамың бу витаминлере болан ислегини канагатландыряр. Шулар ялы өнүмлере арасса дәнелерден алынян өнүмлер дегишлидир.

Чөрекде минерал маддалар хем бардыр. Меселем, калий меркези нерв системасының кадалы ишлемегини үпҗүн этмекде мөхүм ролы ойнаяр, демир болса ган өндүриҗи элементиң ролуны ойнаяр ве ш. м.

—Диймек, чөрек адам үчин пейдалы маддаларың биртопарыны өзүнде жемлейән өнүм-дә? Онуң дине езүни ийип хем оңуп болҗак-да?

—Хава, чөрегиң өзүни ийип хем энчеме вагтлап оңңут эдип болар. Айдалы, янында бугдайың, човдарының я-да болмаса бейлеки дәнели өсүмликлериң дәнеси болан адам ынсан аягы дүшмедик ада дүшенде-де өзүни яшамак үчин зерур болан азык билен үпҗүн эдип билер. Халтасының дүйбүнде аз-овлак арпа хем-де шалы дәнесини тапып, олары мейдана сепип, ыхлас билен идедип: хысырдылы зәхмет чекип хасыл йыгнан, шейдибем, вагтың гечмеги билен тагамлы хем-де ёкумлы чөрекли болан мешхур Робинзон Крузоны ятлалың.

—Чөреге болан ислег эхли ерде деңдәл ялы. Кәбир халклар-а оны көп иййәр, кәбирлери хем аз. Бу нәме себәпден шейлекә?

—Бизиң «чөрек» диййп атландырян өнүмимизи, ягны, хамырмаядыр туршадыҗы затлар гошулып бугдай хем-де човдары унундан тайярланылян өнүми Совет Союзында, Гүнбатар Европада, Демиргазык ве Меркези Америкада, Австралияда өндүрйәрлер хем-де иййәрлер Соңкы онйыллыкларың довамында Африканың, Азияның, Гүнорта Американың көп юртларында хем бугдай унундан чөрек биширмегиң хәзирки заман өнүмчилиги өсди.

Көп юртларда адамының энергия (калориялара) болан ислеги дәнели өсүмликлери иймегиң хасабына 40—50 процент өделйәр, Хиндистанда хем-де Гүндогар Африка юртларында болса 65 процент өделйәр.

Чөрек биширмек үчин ярамлы дәнели өсүмликлериң гео-

графиясы гиңдир, бу тарыхы, милли, климатик себәплер билен дүшүндирилйәр. Шу себәплере гөрә хер юртда илатың чөреги җан башына сарп эдиши хем дүрли-дүрлүдир. СССР-де бу гөркезиҗи ёкарыдыр. Догры, сүйт ве сүйт өнүмлериң, гөк өнүмлериң, мивелердир ир-иймишлер, гантдыр юмуртга ялы өнүмлериң сарп эдилишиниң артмагы себәпли соңкы йылларда чөрекдир чөрек өнүмлери бизде аз ийлип угралды. Йөне чөрегиң хемише барлыгына хем-де болҗаклыгына ынамымыз кәмахаллар бу гымматлы өнүми бисарпа тутмагымыза гетирйәр.

Халкың көп уланян харытларына илатың ислегини өврениш ве сөвда конюктурасы боюнча Бүтинсоюз ылмы-барлаг институтың (ИКБЫБИ) ишгәрлери гүнделик дурмушда дүрли себәплере гөрә чөрегиң 6—7 процентиниң йитирилйәндигини такмынан хасапладылар.

Шол институтың специалистлери 4600 машгаланың арасында сораг гечирди. Гөрлүп отурылса, хер бир онунҗы өйде чөрек өнүмлериниң — чөрегиң, унуң, дүрли ярмаларың артыкмач запасы (алапасы) бар экен. Шол маглуматлардан чен ту-

туп шейле хасаплама эдилди: юрдумыз боюнча хер йылда 2200000 тонна гаты чөрек ве чөрек өнүмлери йыгналяр. Оларың болса бары-ёгы 500000 тоннасы нахар тайынламак үчин уланылып, 1500000 тоннасы мала берилйәр. Галан 200000 тоннаны болса гөс-гөни йитгилериң хасабына гечирип билерис. Онсоңам, сөвда ишгәрлериниң хем-де халкың көп ислег билдирйән ве сарп эдйән харытлары боюнча специалистлериң гөзегчиликлерине гөрә, мала бермек үчин тәзеҗе чөрек хем сатын алыняр.

—Сизиң гетирен санларыңызың тассыкламасы хөкмүнде психология ылымларының кандидаты П. П. Ельчаниновың «Правда» газетинде чап эдилен макаласындан бир бөлек гетиресимиз гелйәр. Ол шейле ваканы суратландырып гөркезйәр: Москвада, «Сокольники» метросының янында етмиш яшларындакы аял 7 көпүклик булкадан сумкасыны долдурып алыпдыр-да площада чыкып.. кепдерилери иймләп уграпдыр. Макаланың авторы ол гаррыҗа аялдан: «Бейле сахылык сизи тоздураймаз-да хернә?» дийип сорапдыр. «Айдяныңыз нәме, мен оңат пенсия алян, өзүмем еке яшаян». —«Йигриминҗи йылларың башы ядыңыза дүшйәрми?» —«Эдил шу вагткы ялы ядымда. Шол йыллар мен етим галыпдым. Бизиңкилериң әхлиси ачлыкдан өлүпди. Соңкы урушда-да гаты хорланыпдык.. Чөрегиң бахасы алтынданам гымматды...». Шол гүн скверлердир площадларда тәк өзлери я-да агтыклары билен биле гушлара булка оврадып берйән яшы дуругшан 27 саны аял билен гүрлешип гөрдүк, оларың 24-си ачлыгы башларындан гечирипдир.

Эден өзара гүррүңлеримизден мәлим болшуна гөрә, өй хожалыкчы аялларың 102-синден 2-си сатын алнан чөрегиң 30--дан 50 проценте ченлисини, 13-си 10 процентден 15 проценте ченлисини, 47-си 1 процентден 5 проценте ченлисини зибил ташланян провода оклаяр экен. Машгалаларың диңе 11-синде сатын алнан чөрек долы ийилйәр экен. Өй хожалыкчы аялларың кәбири «Өйде гейилмейән эшиклердир аякгаплары гояра еримизем ёк, зыңмага болса дөземизок» дийип зейрендилер. «Онда нәме үчин чөреги зыңяңыз?» дийип берен совалымыза болса: «Чөрек кәче ийсең бар-а, өзем көпүге дуряр» дийип жогап бердилер.

Гөршүмиз ялы, хеммәмизе белли болан шол бир ягдайлар гайталаняр, шол бир пикирлер айдыляр. Дурмушда йүзе чыкян шейле ягдайлар билен гөрешмегиң ики ёлы —тербиечилик ёлы хем-де дуйдурыжы, профилактики, гурамачылык-технологик ёлы бар.

Бизиң яшайшымызда чөрегиң әхмиети, бу өнүме чуңнур хормат гоймагы тербиелемек барада өң гүррүң эдипдик. Мен хәзир чөреги аяп сакламак барада дуйдурыжы, профилактики чәрелер хакында дуруп гечмекчи.

Бизиң бирлешмәмиз чөрек биширижи кәрханалар билен билеликде аз массалы чөрегиң өндүрилишини хас артдырмак барада улы ишлери гечирди. 1—1,3 килограмлык буханкаларың дерегине 700-900 грамлык буханкалар биширлип угралды. Массасы 200—500 грам болан батонларың, булкаларың хем-де ундан эдилйән бейлеки өнүмлериң өндүрилиши артдырылды. 50 грамлык булкажыклары өндүрйән йөрите автоматик линиялар ише гиризилди. Бу затларың хеммеси чөрегиң хас тыгшытлы пейдаланылмагына гүррүңсиз өз оңын тәсирини етирди.

Чөрегиң тыгшытлы пейдаланылмагы онуң заводдан магазине ченли болан аралыгы нәхили чалт гечйәнлигине хем баглыдыр. Сенагат ве сөвда ишгәрлериниң билеликдәки тагаллалары билен чөрекдир чөрек өнүмлерини сөвда залларына етирмегиң контейнер усулы улагылып башланды. Хәзир шейле усул билен юрдумыздакы чөрек биширижи кәрханаларың өнүмлериниң 20 проценте голайы магазинлере етирилйәр.

Ёкумлылыгыны артдырмак, ассортиментини говуландырмак аркалы хем чөрек өнүмлериниң ресурсларыны эп-эсли тыгшытлап болар. Муны дәнәниң дүзүмине гирйән әхли зады хас долы пейдаланмак, чөрек өнүмлерини белок, витамин, минерал гошундылар билен байлашдырмак аркалы хем-де өңдебарыжы технологик усуллары орнашдырмак аркалы газанып болар.

Биз хатда, гөрәймәге, өзүмизиң ылмы хем-де өнүмчилик ишимизе дегишли болуп гөрүнмейән иш билен — чөрек сакланылян гаплары барламак билен хем мешгул болдук. Сенагат кәрханаларының 40-сында бу гапларың нусгаларыны барлап гөрүп, оларың металдан ясаян чөрек сакланылян гапларының көпүсиниң чөреги юмшак саклап билмейәндигине гөз етирдик.

Шунлукда, чөрек сакланылян гаплара эдилйән талаплар ишленип дүзүлди ве 1980-нҗи йылда ГОСТ-ың гүйҗүне эе болды. Бу ишде шейле тертип ёла гоюлды: металдан ясалян чөрек сакланылян габың хер бир тәзе гөрнүши экспертиза үчин института иберилйәр хем-де бизден шахадатнама алнандан соң өнүмчилиге гойберилйәр. Биз агачдан ясалян чөрек сакланылян гаплары хем гөзден гечирдик. Шу ишлериң әхлиси болса бизе 2—3 гиҗе гүндизләп чөреги юмшак саклап билйән чөрек сакланян гапларың чыкарылмагыны газанмага мүмкинчилик берди.

Өйүң кейванысына ятлатмалар

Чөреги тыгшытламагың эсасы дүзгүни оны машгаланызың иҗегинден артык сатын алмазлыкдыр. Эгер-де сенагатың гойберйән батонларыдыр буханкаларының массасы сизиң ислегиңизден артык болса, сизе оны хөкман тутушлыгына сатын алмак зерур дәл, сиз онуң ярысыны я-да дөртден бир бөлегини хем сатын алып билерсиңиз. Совет сөвдасының херекет эдйән дүзгүнлери дөвлет ве кооператив магазинлериниң ишгәрлерини алыҗыларың ислегине гөрә чөрегиң әхли гөркүшлерини бөлеклере бөлүп бермәге борчлы эдйәр. Зерур болан ягдайларда муны магазиниң ишгәрлерине ятлатмага чекинип дурмаң.

* * *

Чөреги йөрите чөрек сакланян гапларда сакласаңыз оңат болар, ол гапларда чөреги 2—3 гиҗе-гүндизләп юмшак саклап боляр. Шунда вагтал-вагтал чөрек сакланян гапларың ичиндәки чөрек дөвүмлерини, овунтыкларыны, гынакларыны айрып дурмак герек, шейле хем хер хепдеде азындан бир гезек онуң ичини сува аз-кем сирке гошуп ювмалы, соңундан болса оңат эдип гуратмалы.

* * *

Човдары унундан ве бугдай унундан биширилен чөреклери айратын сакламак максада лайыкдыр. Шу максатлара ниетленип чөрек сакланылян ики гөзли гаплар сатыляндыр.

Сенагат чөрек сакланылян гапларың дүрли гөрнүшлерини — металдан, пластмассадан, агачдан ясалян гаплары чыкаряр. Көпленч милли стилде суратлардыр нагышлар билен безелен агачдан ясалян чөрек сакланылян гаплар диңе бир чөреги юмшак сакламан, эйсем, сизиң ашханаңызың я-да нахарханаңызың гөркүне гөрк хем гошар. Вологдалы халк уссасы М. В. Дудинковың берёза габыгындан өрйән чөрек сакланылян гап-

лары амалы сунгатың хакыкы өнүмлеридир. Онуң ясаян гапларында чөрек бирнәче гиже-гүндизләп юмшаклыгыны саклаяр.

* * *

Чөреги полиэтилен букҗаларда сакламак хем болар, йөне ол букҗалары вагтал-вагтал ымык сув билен ювуп дурмак хем-де оңат эдип гуратмак герек.

* * *

Эгер-де чөрегиң йүзи аз-кем хеңлән болса, шол ерини йити пычак билен ювкаҗык эдип кесип айраймалы, чөрегиң галан бөлегини болса иймите уланып болар.

* * *

Дашы хем-де ичи сырчалы питиниң дүйбүне бир чүммүк ванилин атып онуң үстүнден хем полиэтилен язып чөрек гойсаңыз, ол тагамыны хем-де оңат ысыны узак вагтлап саклар.

* * *

Өйүңизде чөрек болса-да, чөрек магазининиң душундан гечеңизде сакланып билмән, ене-де чөрек сатын алан болмагыңыз мүмкин. Шунуң ялы ягдайда гатап уграп чөреги хич хачан зыңыҗы болмаң. Чөреги инсизже (0,5—0,6 сантиметр галыңлыкда) кесишдирип гурадың-да, сачага әбериң. Шейле усул билен тайярлан сухарилериңизи чагаларыңызың ишдә билен ийҗекдигине биз ынанярыс.

* * *

Гатан чөреги тәзеден юмшадып болякдыр. Батоның я-да гатан чөрек буханкасының үстүне сув пүркүп 150—160° С-де 3—5 минутлап духовкада гойсаңыз чөрек ене-де юмшаҗык болар. Гатан чөреги башгача усул билен юмшатмак хем болар: питиниң ичинде демир гөзенек гоюп сув гуймалы (сув гөзенекден ашакда дурмалыдыр), онсоң гөзенегиң үстүнде инсизже кесишдирилен чөрек бөлеклерини гоюшдырмалы-да, питини отда гоймалы, сув гайнандан соң 5—12 минут гечирип питини отдан дүшүрерсиңиз вели, чөрек ене-де өңки мыссык халына гелер. Йөне шейле усул билен юмшадылан чөреги дерревҗик иймек герек, себәби 2—3 сагат геченден соң яңкы чөрек ене-де гатар.

* * *

Ярманы йөрите метал гапларда я-да агзы җебис япылян адаты айна банкаларда сакламалы. Дүрли ыслары аңсатлык билен өзүне чекип аляны үчин, ярманы йити ыслы өнүмлерден дашракда сакламалы. Таракан дегмез ялы, ярмадыр унуң үстүнде 2—3 диш сарымсак гоймак герек.

Ярманы отаг температурасында узак сакламалы дәл, себәби онуң дүзүминдәки яглар ажап ураг, ярманың тагамы үйтгейәр, ёкумлылыгы гачяр.

Манна ве сүле ярмаларындан бейлеки әхли ярмалары гайнатмаздан өңүрти арассаламак хем-де оңат ювмак герек. Ажы тагамы айрылар ялы, ылайта-да дары ярмасыны оңат ювмалы.

Уны вагтал-вагтал әләп хем-де ележиредип дурмалы.

Гаты чөрекден нәмелери тайярлап боляр?

Гаты чөреги диңебир юмшатман, ондан хеммелере мәлим болан гренкалардан башлап тә агзыңда эрәп барян тортлардыр ичсең жаныңа хош якян кваса ченли көп дүрли ныгматлары тайярлап боляр.

Нахарың яны билен әберилйән ныгматлар

Сарделька балыклы гренка. Батон чөреги дилимләп кесип месге ягыны ювкажык эдип чалың-да, хамы айрылан сарделька балыгының бөлеклерини оларың үстүнден гоюң. Оларың үстүне гыргычдан гечирилен сыр (ислегиңизе гөрә гөк петрушка хем) сепиң-де, үстүне боллук билен яг чалнан межмеде гоюп духовкада даглаң. Нахары сачага гызгынлыгына әбермели.

Сырлы гренка. Батон чөрегиң гыңагыны 1 сантиметр галыңлыкда кесип алып дилимлешдириң. Хер дилимиң ики гапдалына хем яг чалып межмеде гоюң-да, үстүне овнук гөзли гыргычда гырлан сыры гатлак эдип сепиң. Булары гызгын дуран духовкада тә сыр гызгылт өвүсйәнчә 5—10 минутлап саклаң. Тайын болан ныгматы суп-пюрелериң хем-де чорбаның яны билен әбермели.

Томат соуслы гренка. Батон чөреги чакланрак кесишдириң. Чөрек кесимлериниң ики гапдалына-да яг чалың. Соң болса эредилен сыры галың гатлак эдип чалың я-да гыргыжың ири гөзүнден гечирилен сыры боллук билен үстүне сепиң. Хер дөвүм чөрегиң үстүнде йити томат соусындан аз-кем гоюң-да, олары дүйбүне яг чалнан межмәниң ичинде гоюп духовкада даглаң.

Юмуртгалы гренка. Сажа бирнеме яг гуюп; чөрек гыңакларыны тә гызгылт өвүсйәнчә яга бишириң. Хер чөрек бөлежигиниң үстүнде колбаса гоюң, колбасаның үстүне болса усуллык билен юмуртга чакың. Оларың үстүнден болса халкалайын кесилен ики бөлек помидор гоюң. Оларың үстүне бирнеме дуз, бурч, гыргычдан гечирилен сыр сепиң-де духовкада 10 минутлап даглаң.

Биринҗи нахарлар

Тиз тайынланян чөрекли чорба. 4 стакан гызгын чорба, 2 стакан яг, 2—3 саны юмуртга, овнук керчелен 1 нахар чемчеси укроп я-да петрушка алмалы. 100 грам чөреги кесишдирип духовкада какадын, ене 100 грам чөреги болса гыргычдан гечирип яга говурың. Яга говрулан, какадылан чөреклери, сува гайнадылып биширилип, овунҗак догралан юмуртганы, керчелен гөк отлары питә салып үстүнден чорба гуюң-да сачага әберәйиң.

Чорба үчин гренка. Гатан човдары я-да бугдай чөреги кичеңрәк дөртбурчлуклар эдип межмәниң ичинде ерлешдириң-де, үстүне гыргычдан гечирилен сыр сепип духовкада какадың.

Дайханчалап бишириләйн, чөрек догралан чорба. Човдары чөрегиниң 300 грам гыңагының яны билен 6 стакан сув, 2 нахар чемчеси месге яг я-да маргарин, 4 юмуртга, 1 дүйп соган, гөк петрушканың бирнәче тилисгежиги герек. Чөрек гыңакларыны ве керчелери гөк петрушканы овнук догралан дүйп соган билен билеликде месге ягына говруң. Оларың үстүне сув гуюп, аз-кем дуз атың-да, тә гайнаянча отда гоюң. Соң болса оңат эдилип язылан чиг юмуртганы кем-кемден үстүне гуюп, чорбаны үзнүксиз булап дуруң.

Икинҗи нахарлар

Гаралы гошулан чөрекли даглама. 8—10 дөвүм гатан бугдай чөреги үчин 25—30 саны гаралы, 2 юмуртга, 2 нахар чемчеси шекер, ярым стакан творог, ун, сүйт герек. Чөреги сүйтде эзиң. Гаралының шәниклерини айрып, үстүне аз-кем шекер сепиң. Ода чыдамлы форма яг чалып, онуң ичинде гатлак-гатлак эдип чөрекдир гаралыны гоюң. Оларың үстүнден болса юмуртганы, шекери, творогы, уны хем сүйди гарышдырып тайярлан буламагыңызы гуюң-да, духовкада 35—45 минутлап даглаң.

Сухарили даглама. 500 грам адаты сухари үчин 0,5 литр гызгын сүйт, 2 юмуртга, 3 нахар чемчеси маргарин, ярым стакан кишмиш, лимоның гыргычдан гечирилен габыгы, дуз герек. Сухариниң үстүнден гызгын сүйт гуюп, тә чишйәнчә гарашың, соң болса онуң үстүне юмуртга, маргарин, кишмиш, гыргычдан гечирилен лимон габыгыны гуюп, дуз атып, оңат эдип гарышдырың. Булары яг чалнан ода чыдамлы форма гуюң-да, үстүнден хем маргарин бөлеҗиклерини гоюп, духовкада даглаң.

Човдары чөрегинден тайярланян оладьи. 200 грам чөрегиң яны билен 1 стакан сүйт, 1 юмуртга, ярым стакан ун, 2 нахар чемчеси өсүмлик ягы герек. Човдары чөрегини бөлүшдирип, үстүнден гызгын сүйт гуюп бирнеме гоюң. Эзилен чөреги овуп,

үстүне юмуртга, аз-кем ун гошуп оңат эдип гарышдырың-да, оладьи бишириберин.

Бугдай унундан биширилен сухариден тайярланян оладьи. Бугдай унундан биширилен 200 грам сухаринин яны билен 1,5 стакан сүйт, I юмуртга, 2 нахар чемчеси шекер күлкеси, бир нахар чемчеси маргарин, шонча-да кишмиш, I нахар чемчеси сметан, хамырмая герек. Булары гарышдырып, алдырмак үчин 2—3 сагат гоюң. Тайын болан хамырдан оладьи бишириберин. Оладьини яг, сметана я-да ары балы билен биле сачага эбермели.

Сырлы драчена. 100 грам бугдай чөрегинин яны билен 1,5 стакан сүйт, 100—120 грам сыр, 8 юмуртга; 1 чемче месге ягыны алмалы. Гатан ак чөрегиң гыңагыны кесип, маңзыны кичеңрәк дөртбурчлуклар гөрнүшинде бөлүшдирип, үстүнден гызгын сүйт гуюн. Чөрек юмшап онат галандан соң, гыргычдан гечирилен сыры (дөртден үч бөлегини), яйылан чиг юмуртганы онун үстүнден гуюп говжа гарышдырын. Булары ичине яг чалнан сажда язгынжа гоюп, үстүне галан сыры хем сепип месге ягыны пүркүн-де, духовкада даглаң. Нахар бишенден соң үстүне яг гуюп, шол бада-да саж билен биле сачага эбермели.

Сухариден тайярланян шүле. 40 грам (3—4 саны) сухаринин яны билен I чай чемчеси шекерли сироп, I стакан сув алмалы. Шекерли сироп билен сувы гайнадып, онуң үстүне бугдай унундан биширилен сухарилери атмалы. Чишен сухарилери гылдан өрүлен элекден гечирип, үстүне месге яг, ярым стакан сүйт хем-де биширилен алманың пюресини (аралык 4 саны алма) гошсаңыз шүле тайын болар.

Чөрекли хейгенек. 50 грам бугдай чөрегинин яны билен 2 юмуртга, стаканың дөртден бири мөчберинде сүйт, I чай чемчеси месге ягы хем-де ислегиңизе гөрә дуз герек. Гатан бугдай чөрегини киченрәк дөртбурчлыклар эдип кесишдирип сүйтде эзмели-де, үстүне язылан юмуртганы гуюп дузламалы. Булары тәзеден говы эдип язып ичи яглы гызгын сажа гуюп говурмалы.

Гренкалы, гөзли хейгенек. 50 грам бугдай чөрегинин яны билен 2 юмуртга, ярпы чай чемчеси месге ягы хем-де иглегиңизе гөрә дуз герек. Гатан булканың я-да човдары чөрегиң гыңагыны айрып, дөртбурчлуклар (I сантиметр галыңлыкда) гөрнүшинде кесишдирмели-де ичи яглы сажда говурмалы, соң буларын үстүне-де 2 саны юмуртганы чакып говурмалы.

Нахарың соңундан эберилйән сүйҗи ныгматлар

Алмалы бабка. 65 грам бугдай чөрегинин яны билен аралык улулыкдакы 2 алма, I нахар чемчеси сүйт, I юмуртга, I чай чемчеси шекер, шонча мөчберде-де маргарин герек. Габыгы ардылан ве өзени айрылан алмалары кичеңрәк дөртгыраңлыклар гөрнүшинде кесишдирип үстүне шекер күлкесини сепмели

(буларың үстүне дөвүлен далчын гошсаңыз хем болар), чөрегиң гыңагыны 0,5 сантиметр галыңлыкда гөнибурчлуклар гөрнүшинде кесишдирмели. Чөрегиң галан кесимлерини кичиҗик дөртбурчлуклар гөрнүшинде кесишдирип гуратмалы. Чөрек бөлегиниң бир гапдалыны юмуртга, сүйт ве шекер күлкеси гарылып тайярланан буламага батырып, шол батырылан тарапыны ашак эдип саҗың ичинде (я-да формада) гоймалы. Гоян чөрек бөлеклериңиз саҗын ичини я-да форманың диварларыны долы өртмелидир. Соң чөрек бөлеклериниң ортарасында өңүнден тайынлап гоян алмаларыңызы сухарилер билен гарышдырып гоймалы. Оларың үстүнден болса хәлки буламага чөрек бөлеклериниң бир йүзүни батырып, буламага батырылан йүзүни ёкары эдип гоюшдырып дагламалы.

Човдары чөрегинден тайынланян бабка. 200 грам чөрегиң яны билен ортача улулыкдакы I шугундыр, 2 юмуртга, стаканың дөртден бири мөчберинде кишмиш, 2 саны сухари, I чай чемчеси маргарин герек. Човдары чөрегини 0,5 галыңлыкда кесишдирип, сува аз-кем эзиң. Сува гайнадылан шугундыры ардып иригөз гыргычда гырмалы-да, үстүне юмуртга, кишмиш гошуп гарышдырмалы. Ичине маргарин чалнып сухари сепилен саҗың дүйбүнде эзилен чөреги бир хатар эдип гоймалы, онуң үстүнден хем өң тайын эдилип гойлан шугундыры гоюп, буларың үстүни чөрек гыңаклары билен өртмели-де, юмуртга чакып, 40 минутлап дагламалы.

Гатан чөрекден чагалар үчин ширин тагамлары хем тайынлап болар

Алмадан шарлотка. 100 грам бугдай чөрегиң яны билен 3 алма, I чай чемчеси месге яг, 2 нахар чемчеси сүйт, 2 чай чемчеси шекерли сироп, юмуртганың үчден бир бөлегини алмалы, дузы хем ислегиңе гөрә уланмалы. Алманың өзеникни айрып дөртбурчлуҗаклар гөрнүшинде кесишдирип, үстүнден шекерли сиропы (бир чай чемчеси мөчберинде) гуймалы-да, месге яг атып гайнатмалы. Галан шекерли сироп билен юмуртганы гарып язмалы-да, совук сүйт билен сувгартмалы. Гатан бугдай чөрегиң гыңагыны кесип- айрып, маңзыны бөлүшдирмели-де, сүйтли-юмуртгалы буламага батырып, яг чалнан форманың дүйбүне хем-де диварларына өрмели. Ичи чөрекли форманың ортасына алмалы буламагы гуюп, үстүни чөрек гыңаклары билен өртмели-де, духовкада 20 минутлап дагламалы. Сачага эберениңизде шарлотканы тарелка я-да башга бир габа алып, үстүнден алма соусыны гуюп бериң.

Сухарили квас. Ювкаҗык эдилип кесилен човдары чөрегини духовкада гурадың, йөне шонда чөрегиң янмазлыгына гөзегчилик эдип дуруң. Тайын болан сухарини (I килограм) питә я-да челеҗиге салып, үстүнден гайнан сув (8—10 литр) гуюп агзыны япың-да 3—4 сагатлап гоюң. Шондан соң эмеле гелен ширә-

ни сүзүп, оңа мая (25 грам), гант (200 грам,) нарпыз (25 грам) гошуп үстүни салфетка билен япып, 10—12 сагатлап туршамага гоюң. Хачанда квас көпүрҗүкләп угранда, оны гайтадан сүзүп ичине өңүнден бирнәче дәне кишмиш (әхлиси —50 грам) атылан чүйшелере гуюшдырып, чүйшелериң дыкысыны оңат япың. Япмаздан өңүнчә, майышгак болар ялы, дыкылары гайнан сувда юмшатмак герек, дыкылары дыкаңыздан соң болса, онуң дашына йүп сарап берк даңмак герек. Соң болса чүйшелери совук ерде ятырып гоймалы. Ики-үч гүнден соң квас тайын болар.

Ныгматларың сереси — чөрек.
Чөрек ёк еринде—хөрек ёк.
Дуз билен чөрек — хеммә герек.
Наным бар — халым бар!
Нан бар — не гам бар?
Сачаксыз сөхбет болмаз.
Сачагың долы — өйүң йылы, сачак бош — өйүң гыш.
Ярты петир — саг-аман гетир.
Гарны дока —бела ёк.
Бир доймак — чала баямак.
Ашыны аян аша етер,
Азаҗык дерди дамак басар.
Нахары —дузуна гарап, адамы —сөзүне гарап.
Дуздак улы болма!
Ере урдум палтаны, агзы гызыл халтаны, ерден бир оглан чыкды — улы илиң солтаны!
—Ханларда хайсы хан улы?
—Дестерхан!

РАХАТЛЫК ХЕМ ЭНЕРГИЯ

Өймүзи дурмушда уланян көмекчилеримизсиз — холодильниксиз, пол сүпүрйән энҗамсыз, кир ювужы машынсыз, кофе дөвүжи гуралсыз хей-де гөз өңүне гетирип болармы? «Элбетде, болмаз!» дийип, улы-кичи — хемме киши бизе җогап берер. Ислендик өй хожалыкчы аялың элинден эт үвейжи электрик машыны я-да тозан соружы машыны алсаң өзүни элсиз галан ялы дуяр. Дурмушда уланян техникамыз бу гүн хакыкатда әхли иши башаряр. Ол техника бизе нахар тайярламага-да, отагы йылатмага-да, гейим-гежим ювмага-да, голумызың кувватыны гайтарып гетирмәге-де көмек эдйәр. Шол техниканың көмеги билен биз хатда Сочидәки я-да Ялтадакы ялы, тенимизи шөхлә тутуп гаралдып хем билйәрис.

Дурмушда уланылян машынлар өй зәхметини — зәхметиң иң гадымы хем-де иң агыр гөрнүшини хас еңлетди хем-де аңсатлашдырды. Кир-киржик ювмакдыр. өйи йыгнашдырмак, биш-дүш этмек ишлеринден бейлеки өй ишлериң хем биз инди хас чалт хөтдесинден гелйәрис.

Инди хәзиркизаман дурмуш техникасы мынасыбетли хер бир машгаланың бош вагтының көпеленлиги, дынч алшының хас гызыклы боланлыгы тебигыдыр.

Хәзир дурмушда уланян электрик энҗамларымызы биз «рахатлык» диен гулага якымлы эшидилйән дүшүнҗе билен багланышдырярыс. Рахатлык! Дурмушда уланылян машынларың көп мукдарда гойберилмеги шол рахатлыгы хер бир машгала элъетерликли эдйәр. Дурмушда уланылян машының хер бир тәзе модели бизе тәзе аматлыклары вада берйәр.

Шейле бир саны агзап гечелиң: юрдумызың сенагаты хер йыл дүрли-дүрли дурмуш электроприборларың хем-де машынларың 150 миллиона голайыны гойберйәр. Бизиң өйлеримизде оларың 1 миллиарддан говрагы бар!

Ене-де бир зады айдалың. Өй үчин, машгала үчин ниетленип өндүрилйән техника хемише үйтгәп дуряр. Бу-да тебигы

ягдайдыр: адамың рахатлыга болан ымтылышы, мунуң үстесине-де совет адамларының дурмуш ягдайларының үзнүксиз ёкарланмагы шол машынлары дөредиҗилериң — инженерлериң дөредиҗиликли ойланмакларына оңат итерги берйәр.

Шонуң үчин хем якын йылларда дурмушда уланылян чылшырымлы техниканы — морозильниклери, холодильниклери, шол санда көп камералы хем-де автоматик суратда бузуны эредйән холодильниклери, кондиционерлери, үтүклейҗи машынлары —автоматик усулда ишлейән кичи гөврүмли машынлардан башлап тә өй зәхметини хас еңиллешдирмәге ниетленен бейлеки машынлара ченли әхли техниканы хас көп өндүрмек гөз өңүнде тутуляр.

Дурмушда уланылян теле хем радиоаппаратураларың саны дийсең чалт артяр, ассортименти гиңелйәр, хили ёкарланяр. Телевизорлар, радиоприёмниклер, магнитофонлар, видеомагнитофонлар, электрофонлар, электропроигрывателлер адама гөзъетимини гиңелтмәге, дүнйәде болуп гечйән вакалардан хабарлы болмага, бош вагтыны гызыклы хем-де манылы гечирмәге көмек эдйәр.

Элемент базасының өсдүрилмеги, илкинҗи нобатда хем микроэлектроника областында газаныланларың, тәзе технологик процеслериң өзлешдирилмеги, оригинал инженерчилик чөзгүтлериң дурмуша гечирилмеги дурмушда уланылян радиоаппаратураның ислег өдейиш хәсиетлерини дүйпли говуландырмага мүмкинчилик берди. Шу өнүмлериң гойберлишиниң умумы

УЛАНЯН ЭНҖАМЛАРЫМЫЗЫҢ ТАРЫХЫНДАН

Дурмушда уланылян светильниклер

Адамың өз дурмушында уланан иң илкинҗи светильниги —ягтылтгыҗы ожакда якылан от болупдыр. Ожакда янян от адамың яшаян җайының ичини ягтылдыпдыр, йыладыпдыр, адамы йылындырыпдыр хем-де оңа нахар биширмекде пейда берипдир. Соңра өйи ягтылтмак үчин якылян одуң ерине факел (отлы кесинди), факелиң ерине шем, шем дерегине керосин чыра, керосин чыраның дерегине хем электрик чыра пейда болупдыр. Хер бир тарыхы дөврде адам бралардыр торшерлериң, люстраларың белли бир гөрнүшинден пейдалананы үчин светильниклериң гызыклы тарыхы бардыр.

Светильниклериң көпүсиниң ады француз сөзлеринден гелип чыкан хем болса, — меселем, бра — bras — «эл» диймекдир, люстра — lustre — «ягтыландырмак» диймекдир, — хер бир юртда чыралар француз адыны алан өзлерине кыбапдаш энҗамлардан хас өң уланылып башланандыр.

Меселем, Русда чыра XI асырда «хорос» дийилйәр экен. Хас соң, XIV асырда болса «паникадила» пейда болупдыр. Шол дөврде бу энҗам ладан түтедилйән бутхана эсбабы болман, эйсем, үстүнде он саны шем гойлуп, зынҗыр билен ёкардан асылян светильник болупдыр.

Люстралар хем мода гөрә үйтгәп дурупдыр. Меселем, XVIII асырда «рус бароккосы» стилинде ясалян люстралар модалы болупдыр. Бу люстра-

мөчберинде чылшырымлылыгы ёкары хем-де биринжи категорияларa дегишли болан, ёкары электроакустик параметрли, функционал мүмкинчиликлериниң гиң тапгыры болан, дүрли гечирижили системалы хем-де сес чыкарыжы бейлеки системалар билен бирлешдирип болян аппаратураларың удел аграмы барха артяр.

Теле хем-де радиоаппаратураларың иң мөхүм хәсиетлери говланяр, ишлейшиниң ыгтыбарлыгы артяр. Аппаратларың габарасыны хем-де сарп эдйән энергиясыны азалтмага көмек эдйән сетден иймитленмегиң принципиал тәзе импульслы блоклары ишленип дүзүлди. Художник-конструкторларың хем-де дизайнерлериң тагалласы билен бу өнүмлериң эстетики хили месе-мәлим ёкары галды.

Инди болса билеликде шу меселәниң үстүнде ойланышалың. Дурмуш хажатлары үчин 90 миллиард киловат-сагада голай электроэнергияның гидйәндигини сиз билйәрсиңизми? Бу болса халк хожалыгында уланылян әхли электроэнергияның такмынан 8 процентидир! Ине, шу ерде хем электроэнергияны тыгшытлы харчламызда я-да башга сөзлер билен аламызда, бизе рахатлыкдыр эшрет берйән электроприборларың өйүмиздәки паркыны соватлы, рационал доландырамызда миллионларча киловат-сагат электроэнергия тыгшытлап билжеклигимиз белли боляр!

Муны, гүррүңсиз, бизиң хер биримиз билйәндирис я-да аңяндырыс. Йөне нәме үчин шу билимимизи өзүмизе гезек гелен-

---

ларда айлав гөрнүшли метал хем-де айна деталлар агдыклык эдипдир. XIX асырда болса люстраларың модасында классицизм шалык эдипдир, шол дөврде бири-бирине симметрик ягдайда ерлешен, хрустал салкымлары бир ере йыгналан люстралар оңат гөрлүпдир.

Йөне светильниклер диңе отагы ягтылтмаярлар. Француз эдебиятчысы Жан Рюбье гечен асырың орталарында Парижде нешир эдилен «Өй эеси үчин китабында» чыра «өй эесиниң йүзүни, онуң хәсиетини, эндиклерини хат-да сыясы ынанжыны хем гөркезйәр» дийип тассыклаяр. Бу айданыны субут эдип ол биртопар тарыхы мысаллар гетирйәр. Меселем, Наполеон люстралардыр браларда хрустал салкымларың болмазлыгыны талап эдипдир, себәби шол салкымларың жыңңырдап бейик пикирлерден императорың үнсүни бөлмеги мүмкин экен. Якобинчилер өйлеринде мавы өртүкли люстралар асыпдырлар, шол люстралар олара пароль хөкмүнде хызмат эдипдир. Рюбье декабристлери хем ятлапдыр: «Оларың «Яшыл лампа» атлы жемгыетиниң ады бизе көп затлардан хабар берйәр» дийип, ол язылдыр.

Йыладыжы приборлар

Бизиң халыс өвренишип гиден йыладыжы приборларымызың тарыхы хем узакдан гелйәр. Йыладыжы илкинжи энжамлар — калориферлер барып Гадымы Римде йүзе чыкыпдыр. Ол энжам ичинден печиң йылы

де, өз ожагымызда уланмаярыс? Шу сөзлери окаянлардан кимдир бири болса гахарлы ягдайда: «Электроэнергияны мугт уланамызок, онуң үчин өз җүбимизден төлейәрис» дийип хүңүрдәр. Бу ерде гүррүң хем электроэнергия үчин диңе өз җүбимизден төлейәнлигимиз барада гидйәр-дә.

Адамларың көпүси телевизордан гөрүнйән дикторың электроэнергияны тыгшытлы харчламак, герекмеҗек электроприборлары өчүрмек барада сыпайчылыклы ятлатмасыны эшидип «ятдан чыкарылан лампочка янып дуран болаймасын, елпеваҗың ганатлары бидерек ере пырланып дуран болаймасын» дийип, яшаян отагларына гөз айлап чыкмага алңасаяр. Йөне адамлар өз квартираларында ваттлардыр киловатлары тыгшытламагы нәче ислеселер хем оны нәдип ве нириде тыгшытламалыдыгыны анык гөз өңүне гетирип биленоклар. Специалистлериң гечирен көпсанлы сораг-җогаплары муңа шаятлык эдйәр.

Бу гүн электроэнергияны тыгшытлы харчламак аладасы диңе бир дурмушда уланылян электрик билен ишлейән приборлары уланянларың этмели аладасы дәлдир. Хас оңат ишлейән, энергияны хем хас аз сарп эдйән машынлар барада алымлардыр конструкторлар хемише келле дөвйәрлер. Эййәм хәзирден энергияны тыгшытлы сарп эдйән люминесцент лампалы светильниклериң — ягтылтгычларың өндүрилиши артдырыляр, догрусы, бу иш энтек хаял гидйәр. Турба гөрнүшли электрик йыладыҗы конфоркалы хем-де кувватлылыгы басганчаксыз сазлайҗылы электроплиталары тайынламак план-

---

ховасы гечйән керамики каналларың тутуш бир системасындан ыбарат болупдыр.

Руссияда йыладышың бу гөрнүшини — оңа «отлы-ховалы йыладыш» дийипдирлер — Москва Кремлинде XV асырдан башлап пейдаланып уграпдырлар. Хас соңра, XIX асырда болса калориферлер Петербургдыр Москвада гиңден яйрапдыр. Белли рус инженери Н. А. Амосов 1810-нҗы йылда газ билен ишлейән камин ойлап тапыпдыр, ол отаглары өрән оңат йыладыпдыр, онуң даш гөрнүши хем овадан болупдыр. XIX асырың ахырындан башлап калориферлер буг билен дәл-де, хова билен ишләп уграпдыр, инди полат турбаҗыкларың ичи билен гызгын сув акыпдыр, сув билен биликде хем хова йөрәпдир.

XX асырда болса электрик билен йыладыш пейда боляр: электровентилятор тогуң гыздырян спиралының үстүнден хованы гечирйәр. Шол дөвүрде хем спиралара тарап «өзакымлайын» барян хованы гыздырыҗы энҗамлар — рефлекторлар ве конвекторлар йүзе чыкяр. Бу энҗамларың авторы немец инженери-ойлап тапыҗысы Фердинанд Виндхаузендир. Онуң ойлап тапан принципиал схемасы спиралы йыладыҗыларың әхлисинде шу вагта ченли пейдаланыляр.

XX асыр бизиң өйүмизе кондиционери — калорифер билен вентиляторың утгашдырылан гөрнүшини гетирди. Ол кәрханаларда, эдараларда хем-де, элбетде, дурмушда үстүнликли уланыляр.

лашдырыляр, ягтылыгы сазлайжы электрон абзалларын көпчүликлейин өндүрилмеги гөз өңүнде тутуляр. Диңе шу пларлара үстүнликли амал этмек нетижесинде-де жайлары ягтылтмакдан йылда 3 миллиард киловат-сагада голай электроэнергияны, хас тыгшытлы электроплиталары уланып болса такмынан 2 миллиард киловат-сагада голай электроэнергияны тыгшытламак болжак. Ине, шейдип техника бизе җемгыетиң, дөвлетиң бәхбитлери үчин тыгшытлы болманы өвредер.

Йөне барыбир электроэнергияны тыгшытламагың иң мөхүм резервлериниң бири бизиң хер биримизиң дүшүнжелилигимиздедир.

Өкде адамың гечйән сапагы

Онуң алыхезретлери киловат

Рахатлыкдан хем-де электроэнергиядан акыллы-башлы пейдаланмагы утгашдырмак аңсат иш дәл, бу билимлери, эн-

Холодильник

Барып гадымы дөвүрлерде хем адамлар азык өнүмлерини узак сакламак үчин эмели совуклыгы уланыпдырлар. Мунуң үчин олар дуз билен гарышдырып гардыр бузы пейдаланыпдырлар. Эгер-де сап бузуң өзи ноль градусда эрейән болса, дуз билен гарышдырылан күлкеленен буз хас пес градусда эрейәр.

Оба ерлеринде бу усулы шу гүнлер хем кән уланярлар. Шейле «гизлин» усул уланылып салнан агачдан аммарың ичине гиерсиң вели, деррев салкынлык аралашар: аммарың диварлары гыравлап дурандыр, ерден болса совуклык гелйәндир.

Соң-соңлар адамлар совуклыгы хас кәмиллешен усуллар билен алып башладылар. Хатда эмели буз — углекислотадан алынян гуры буз хем пейда болды. XIX асырың орталарында илкинжи холодильниклер — абсорбцион холодильниклер йүзе чыкды. Бу холодильниклери, хакыкат йүзүнде бир вагтда, Англияда Жон Лесли, Францияда Франсуа Карре, Германияда хем Фердинанд Виндхаузен ойлап тапды.

1887-нжи йылда Парижде болан Бүтиндүнйә сенагат сергисинде дурмушда уланылян холодильник илкинжи гезек гөркезилди. Ол холодильнигиң кәмил болмадык, өзем дийсең тагашыксыз хем тыгшытсыз моделиди. Онуң азык өнүмлерини сакламага ниетленен гөврүми хем гатыбир улы болмандыр, температура саклайыш режими хем ызыгидерсиз болупдыр. Булара гарамаздан холодильникде гойлан өнүмлер ики-үч гүнләп заяланман

диклери хем-де.. хер биримизиң шахсы җогапкәрчилигимизи дуймагымызы талап эдйәр. Бу эндиклери эдинмәге сизе дурмушда уланылян электротехникадан хем хәзиркизаман өйлериниң дизайнинден специалист, Техники эстетика боюнча бүтинсоюз ылмы-барлаг институтың өй предметлерини чепер конструктирлемек хем-де барламак бөлүминиң мүдири Ю. Қ. Семёнов көмек берер.

—Юрий Кононович, өзүмизи гызыкландырян мөхүм бир сораг билен йүз тутмага ругсат эдиң: өй хоҗалыгына, рахатлыгына зыян етирмезден электроэнергияны аявлы пейдаланмагы нәдип өвренмели?

—Өңи билен бир зады айтмак герек: дурмушда электроэнергияның тыгшытланмагы, кәбир адамларың пикир эдиши ялы, диңе хич бир хаҗатсыз янып дуран лампочка сырыгмаяр. Бу проблема дийсең йөнтем дүшүнилдигидир. Дурмуш хаҗатлары үчин электроэнергияның вагшычылыклы диен ялы пейдаланылмагы хем бу меселе бабатында адамларың көпүсиниң дүйпден хабарсызлыгы себәплидир. Гүррүң, айдалы, физиканың мекдеп окув китабында беян эдилйән Омуң кануныны билмек хакда гиденок. Бу ерде билмели зат дийсең йөнекейже хем дийсең чылшырымлы. Телевизор, ашхана комбайныны я-да, айдалы, адаты светильниги—ягтылгыҗы сатын алмакчы болян адамларың хич бириси хем шол энҗамың харч эдиҗилик кувваты билен гызыкланып инструкция гөз айламаян я-да сатыҗа йүз тутмаян болса герек. Сатын алян харыдына онуң

сакланыпдыр, бу болса шол дөврүрде дийсең гең зат болупдыр. Холодильнигиң конструкциясының оригиналлыгы хем-де идеясының батыргайлыгы үчин онуң авторы—ойлап тапыҗысы иңлис Җон Лесли йөрите байрак алыпдыр... XX асырда ойлап тапыҗылар холодильниклериң дүрли гөрнүшлерини: газ-компрессион, буг-компрессион, аммиак билен ишлейән, буг-сув билен ишлейән, вакуумда ишлейән ве бейлеки көпсанлы гөрнүшлерини дөретдилер.

Ашхана машынлары

Өңки заманларда оды алавлап янян оҗак ашхананы аламатландырярды. Шол оҗакда нахар биширипдирлер — говрупдырлар, гайнадыпдырлар, йыладыпдырлар, чай гайнадып, кофе тайынлапдырлар.

Соң адаты оҗагы одун якян, соңра болса газ якян плита чалшырыпдыр. Газ билен ишлейән плитаны шу гүнлер хем көп өйлерде гөрмек боляр. Шейле-де болса ынам билен: «Газ плитасы ашхананың дүйнки гүни» дийип айдып болар. Бу гүн электрочәйнекдир элетропити ве электрик билен ишлейән бейлеки энҗамлар билен билеликде электроплита ашханада хөкүм сүрйәр. Бу энҗамлар йигриминҗи йүзйыллыгың отузынҗы йылларының ахырларында пейда болуп, илатың арасында гаты тиз мешхурлыга эе болды.

Электригиң көмеги билен кофе үвейән энҗамларың, электрик табакларың, электригиң көмеги билен кесйән энҗамларың илкинҗи моделлери-

энергияны харч эдиш ягдайына середип баха берйән алыжы аз-аздыр.

Мысал үчин, бизиң гөзүмизиң өвренишен ягдайыны —телевизор сатын алнышыны алып гөрелиң. Сатын алнан телевизорың документлериниң дүзедилмеги билен алыжылар көпленч ягдайда иш битди хасаплаярлар. Алыжыны эсасан телевизорың ыгтыбарлылыгы, экранының размери, доландырыш системасы ялы меселелер көп гызыкландыряр. Эмма ол шол телевизорың харч эдйән кувватлылыгы билен гызыкланярмыка? Мунуң билен гызыкланаянларында-да иң соңкы нобатда гызыкланярлар. Хакыкатда вели, меселәниң шу тарапы иң бир үнс берилмегини талап эдйән затдыр. Себәби, телевизорларың иң бир көп уланылян вагты, када болшы ялы, энергосистема максимум нагрузка дүшйән пурсата дүшйәр ахыры. Хәзир биздәки телевизорлар паркы — олар болса бизде 100 миллиона голайдыр — гиже гүндизиң довамында ортача 4 сагат ишләнде йылда умумы мукдары 30 миллиард киловат-сагада голай электроэнергияны харч эдйәр. Деңешдирмек үчин айтсак: Братск ГЭС-иниң 1980-нжи йылда өндүрен энергиясы 19,9 миллиард киловат-сагат болупды.

—Бу айдыланларың әхлиси, элбетде, өйде уланылян, техники тайдан чылшырымлы бейлеки приборлара хем дегишлидир-ле?

—Элбетде, дегишли. Йөне электроэнергияны эсасы тыгшытлайжылар бизиң өзүмиздирис. Квартирада электроэнергияның

ни «Сочьета дженерале итальяна Эдисон ди элетричита» диен пажарлы атлы итальян концерин ишләп дүзди. «Эдисоның» бу машынлары улы шовхун турузды. Газетлер ол машынлары «Өй хожалыкчы аяллары азатлыга чыкарыжы машынлар» дийип атландырды. Концерн билен бәслешйән фирмалар болса шол машынлара «асырың ахлаксызлыгының өнүмлери», «адамының саглыгына ховп салян машынлар» хөкмүнде баха берип, оларың өнүмчилиге гойберилмегине гаршылык гөркезип метбугатда гиден бир кампания башладылар.

Бу галмагаллара «Эдисон» концерни: «Биртопар механизмлериң тутавачларындан тутуп иргинсиз айландан, екеже гезек кнопканы басаның аңсат ахыры. Адамларың гелҗекде диңе электромашынлары пейдаланжакдыгына биз ынанярыс» дийип, адалатлы гайтаргы берди. Кимиң пикириниң догры чыкандыгыны дурмуш гөркезди.

Кир ювян машын

Барып Гадымы Грецияда-да кир ювмагы еңиллешдирйән, агачдан ясалан эсбаплар гиңден яйрапдыр. Олар айратын конструкциялы, дөртбурч чарчувалар гөрнүшинде болупдыр. Ювулжак гейим-гежим сува салынмака шол чарчувалара беркидилипдир. Хәзирки кир ювужы машының «ата-бабасының» шекили Деряаралыкда тапылан губурханаларың диварларында сакланып галыпдыр. Ол биртопар күреклери болан текер

рационал харч эдилмеги өзүниң өрән оңат нетижесини берйәр. Электрик энергиясыны нириде ве нәдип харчлап болҗакдыгыны гөз өңүне гетирмек үчин электроэнергияның харч эдилйән иң эсасы угурларыны —өйи ягтылтмагы хем-де нахар тайынламагы алып гөрелиң.

?! **Дурмушда тыгшытланылан 1 киловат-сагат электроэнергия 5 килограм өсүмлик ягыны, 14 килограм ун, 30 килограм чөрек-булка өнүмлерини өндүрмек үчин етерликдир.**

—Мунуң ялы болса, хайыш эдйәрис, кәмахаллар бизиң квартираларымызы герегинден артык ягтылдян шол лампочкалары нәдип уланмалыдыгы барада гүррүң берсеңизләң. Олары герекмеҗек ере якмазлык хем-де айны вагтында сөндүрмек үчин нәмелер этмеликә?

—Муны өвренмек дийсең аңсатдыр. Электрик энергиясыны тыгшытламалыдыгына дүшүнсеңиз галан зат өз-өзүнден болар гидиберер. Әхли оңат эндик вагтың гечмеги билен газаныляр. Диңе бу хәсиети эндиге өвүрмегиң зерурдыгына дүшүнмек герек.

Инди болса ашакдакы информация билен таныш болалың. Диңе өйлеримизи ягтыландырмак үчин бир йылың довамында 30 миллиард киловат-сагат электроэнергия сарп эдйәрис. Бу болса дурмушда сарп эдйән электроэнергиямызың үчден биридир.

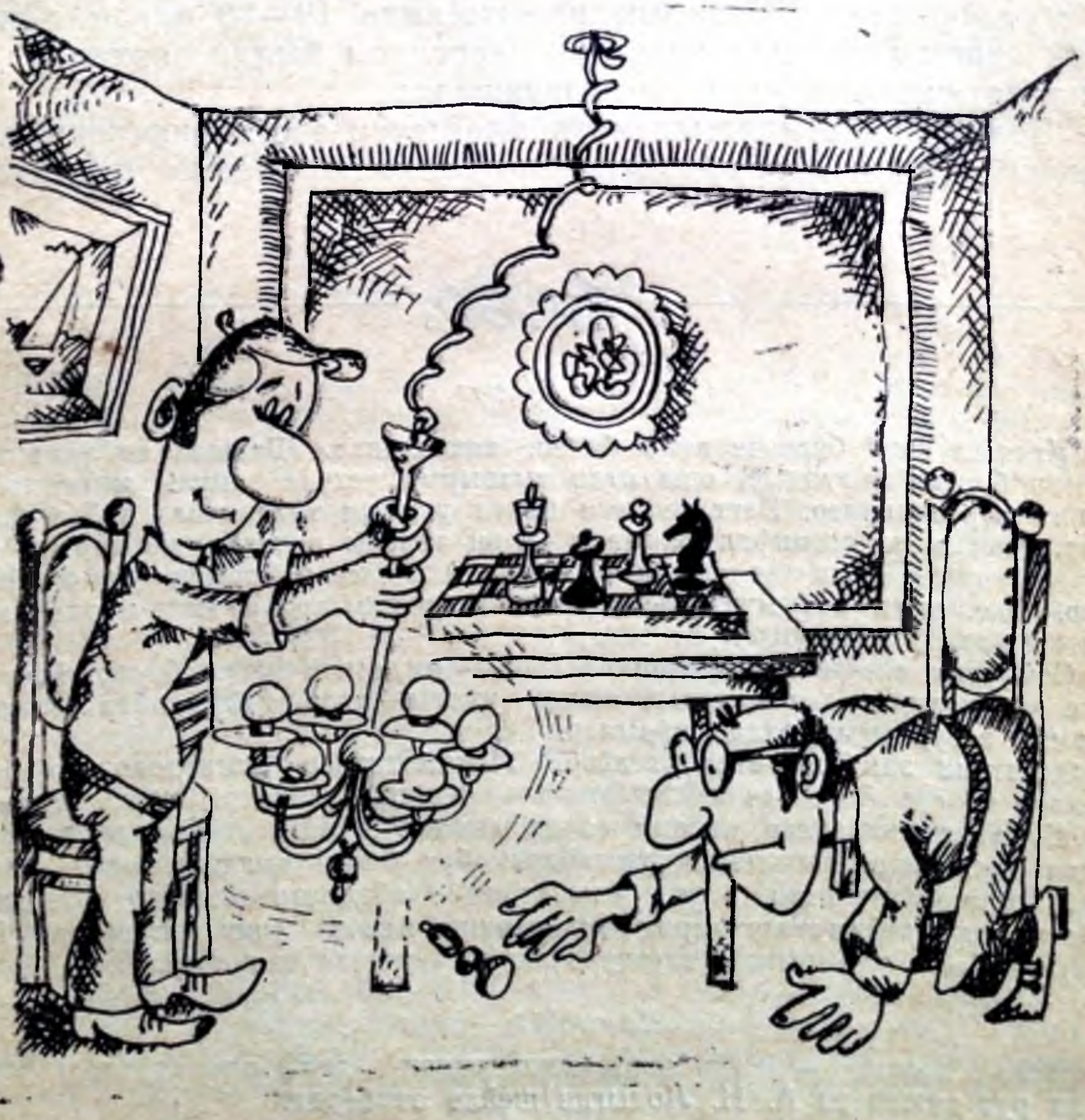
төрнүшиндәки эсбапдыр. Онуң шол «күреклери» уллакан керсенлериң ичиндәки гейим-геҗимлери «күрекләпдир».

Элбетде, бу эсбаплар дийсең кәмил болмадык ягдайда болупдыр. Хакыкатдан хем «кир ювян машын» дийип атландырып болҗак илкинҗи аппарат гечен асырың орталарында йүзе чыкыпдыр, оны буг билен ишлейән двигател херекете гетирипдир. Шол машында ювулян гейим-геҗимлери сува басмак, сүртәп ювмак, дурламак, акҗартмак, гөк өвүшгүне чаймак, крахмалламак мүмкин болупдыр. Диңе бир зат мүмкин болмандыр — шол машыны өйүңе экитмек болмандыр, себәби иңлис Генри Стиннесиң ойлап тапан ол аппараты дийсең тагашыксыз болупдыр, оны улаг тутуп хайсам болса бир ерик экитмек мүмкин болмандыр. Хер нәме-де болса, Стиннесиң патент алан шол конструкциясына хәзиркизаман машынларында-да йыгы-йыгыдан душ гелмек боляр. Ол конструкция ичине сув хем-де ювуҗы серишделер гуюлян метал цилиндирден хем-де үстүне ювулҗак гейим-гежим атылян ичи биртопар дешикли ички деприекден ыбаратдыр. Ювулян гейим-геҗимлер токга тутмаз ялы хем-де оңат гарылар ве ювулар ялы, ички депрек хер бәш—он айлавдан айланыш угруны үйтгедйәр... Эмма диңе XX асырда, хачанда электромоторлар пейда боланда кир ювян машын хеммелере элъетерли, ыкҗам ве хакыкатдан хем дурмушда уланыляи өй машынына өврүлди.

?! **—Умумы хем-де ерли ягтыландырманы рационал ерлешдирип дурмушда сарп эдйән электроэнергиямызы йылда 200—400 миллион киловатт-сагат азалдып билерис.**

Мунуң үчин нәме этмели? Мунуң үчин, ханы гөз өңүне бир гетирип гөрүң, дүйпли хич бир зат хем этмели дәл. Мунуң үчин яшаян җайыңыза үнс билен сын эдэге-де өзүңе: «Отагларың ягтыландырылышы нәхили дережеде шовлы гуралдыка?» диен сорагы бермек етерликдир.

Бу гүн бизиң квартираларымызда бралардыр торшерлер, стол үстүнде гоюлян чыралардыр люстралар бар. Йөне бизиң хер биримизде диен ялы, көп шахлы люстра хем хөкман бардыр. Иң оңат эденде оларың чыраларыны айры-айрылыкда янар ялы эдип боляр. Отагы шейле усул билен ягтылтмагы эсасы усул хөкмүнде уланмагың герек дәлдигини ынандырып отурмак зерурлыгы бир бармыка? Отаг шейле усул билен ягтылдыланда көп энергия гидйәр, герекли дережедәки ягтылык велин газанылмаяр.



?! Лампалардыр плафонларың дашыны чаң-тозан өртүп кирлемеги себәпли квартираның ягтыланышы 10—15 процент песе гачяр.

Бүтинсоюз ылмы-барлаг, проект-конструкторчылык, технологик ве ягтылык техникасы институтың специалистлери тарапындан хәзиркизаман квартираларында зоналайын усул билен ягтыландырмагы уланмагың хас тыгшытлыдыгы аныкланылды. Специалистлер квартираларың ичини дүрли зоналара — ишлемек үчин, дынч алмак үчин хем-де окамак үчин, кахарланмак үчин, ашханада иш орны үчин ве бейлеки зоналара бөлдүлер. Эгер-де бу зоналары ягтыландырмак үчин белли бир ери ягтыландырмак максады билен өндүрилйән, ягтылыгы беллибир угра гөнүкдирилйән чыралары, стол үстүнде гоюлян чыралары, торшерлери, бралары улансаңыз квартирада рахатлык хас артар, ниетленен ериң ягтыландырылышы болса хас говланар. Беллибир ери ягтыландырмак үчин кувватлылыгы асма светильниклериңкиден 1,5—2 эссе аз болан чыралар етерлик боляр. Электроэнергияның тыгшытлылыгы квартирада бир вагтың өзүнде мүмкин болдугыча аз чыра якылмагы билен хем газанылýар. Шуларың нетиҗесинде 18—20 квадрат метрлик отагы аланында электрик энергиясы йылда ортача 200 киловат-сагада ченли тыгшытланыляр.

Белли бир ери ягтылтмага ниетленен светильниклери эдинмек проблема дәлдир, олар көп санлыдыр хем-де нәхилисини

Утюг

Утюгың яшы бирнәче асыр билен хасапланяр. Башда ол үсти текиз демир бөлеги болупдыр, оны отда гыздырып үстүне чыглы мата япылан эшиге сүртәпдирлер. Вагт гечмеги билен утюгың тутаваҗы пейда болупдыр, утюгың өз специфик формасы — өң тарапы инчелип, ыз тарапы ясыланып гидйән, даш гөрнүшинден гәмини яда салян формасы пейда болупдыр. Ине, инди йүз мүңлерче утюг гейим-геҗимлердир мата-марлакларың, ички эшиклериң үстүнден ёл саляр.

Соң утюг ене-де кәмиллешдирилйәр — онуң ичи көвек боляр. Шол көвеге көрәп угран көз атярлар, онсоң утюгы отда гайта-гайта гыздырып дурмак зерурлыгы арадан айрыляр.

Электрик заманы етип гелйәр. Локомотивлер электровозлар билен, шемлер ве газ билен ишлейән фонарлар накал лампалар билен чалшырыляр. Бу үйтгешикликлер утюгың өзүни гыздырян көзи гыздырыҗы спираль билен чалшыряр, йылылыгы сазлайҗы, буг билен чыгландырыҗы энҗамлары, лампа-индикатор, реле... ялы көмекчи абзаллар эдинйәр. Шейдибем, бирзаманлар гейим-геҗимлериң эпинлерини язмак үчин уланылан йөнекейҗе эсбап чылшырымлы электротехники агрегата өврүлйәр.

Лампочка—чыра

«Накал лампа» —бизиң өвренишип гиден энҗамымыза оны ойлап тапан рус инженери А. Н. Лодыгин шейле ат берди.

ислесең бардыр. 1990-нжы йыла ченли зонал ягтыландырмак усулы хер бир машгаланың дурмушында берк орнашар ялы сенагат ичине асма светильник, торшер, бра, столуң үстүнде гоюлян чыра гирйән ягтыландырыжы гарнитураларың I миллиона голайыны гойбермеги планлашдыряр.

—Ине, биз ене алҗак задыңы сайлап алмак проблемасына доланып гелдик. Сизиң гүррүңиңизден чен тутсаң энергияны тыгшытламагы ниет эдинсең өңи билен сатын алан задыңда ялңышмалы дәл-дә?

—Ягтыландырыжы энҗамлары квартирада нәхили ерлешдирмелидигини, чыраларың нәхили гөрнүшини алмалыдыгыны билмек өрән зерурдыр. Люминесцент чыралар барада хем айдып гечелиң. Типине баглылыкда олар адаты чыралардан — накал лампалардан 4—6 эссе говы ягтыландырярлар хем-де олардан 3—4 эссе тыгшытлыдырлар. Оларың хызмат эдиш мөхлети хем адаты чыраларыңкыдан 5—10 эссе көпдүр. 45—50 квадрат метрлик үч отаглы квартирадакы адаты чыралары люминесцент чыралар билен чалшырсаңыз бир йылың довамында 1500 киловат-сагат энергияны тыгшытлап билерсиңиз. Бу энергия тыгшытлылыгындан дашгары хем сизиң машгала бюджетиңизе 60 манат гошар.

Эмма люминесцент чыраларың эллинҗи йыллардан бәри уланышда барлыгына гарамаздан, гынансак-да, шол чыралар хәзирликче аз гойберилйәр. Йөне иң бир якын вагтларда оларың өндүрилишини артдырмак гөз өңүнде тутуляр. Адаты чыра-

---

1873-нжи йылда А. Н. Лодыгин газ билен ишлейән фонарлары өзүниң ойлап тапан арзан электрик энергиясында ишлейән хем-де хас оңат ягты сачян лампалары билен чалшырмагы теклип эдип Петербургың шәхер хәкимине йүз тутяр. Оңа: «Зерурлыгы болманы үчин герек дәл» дийип, гысга хем үзүл-кесил җогап берилйәр. Бирнәче йыл геченден соң белли американ ойлап тапыжысы Томас Эдисон Лодыгиниң ишини довам этдирйәр. Шондан соң накал лампалар Руссияда хем дийсең герекленйәр, онсоң оны көп пул төләп дашары юртдан сатын алмалы боляр. Ери геленде айтсак, накал лампа үчин патент алан вагты Эдисон: «өзүниң бары-ёгы рус инженери Лодыгиниң электрик ягтылыгыны гечирмек барадакы идеясыны кәмиллешдирендигини» сап йүрекден боюн аляр.

Гечен асырың сегсенинҗи йылларының газетлери Петербургың ягтыландырылан илкинҗи участогының — Литейный мостуң (Гуйма көприниниң) электрик билен ягтыландырылышының ачылышында болуп гечен «конфуз» — масгарачылыклы ягдай барада гүррүң берйәр. Лампочкалар яныпкөприниң үсти яп-ягты боланда, ягны, Эдисонының чыралары якыланда, студентлериң биртопары чыралары дашлап башлапдыр хем-де: «Өз оңат, рус чырамыз барка Эдисоны башымыза япалымы?!» дийип гыгырыпдыр.

Хакыкатдан хем, мадды голдав берилмәнсоң тежрибелерини дашары юртда довам этдирмели болан Лодыгин өз ойлап тапан задыны шейле бир дережеде кәмиллешдирипдир велин, хәзирки накал лампа конструкциясы ве формасы тайдан илкинҗи лампадан дийсең аз тапавутланяр. Бу лампаның гурлушы хеммелере оңат танышдыр: ол лампа ичиндәки ховасы

лар ялы ёкаркы бөлеги хырлы люминесцент чыралы компактлы светильниклериң нусгалары ишленилип, өнүмчилиге орнашдырылып башланды. Бу хили чыралар өңи билен ашханалары, дәлизлери, ванналы отаглары ягтылтмак үчин хем-де өй шертлеринде багдыр гөк өнүмлери өсдүрип етишдирмек үчин ниетлекендир.

—«Интербытмаш—85» сергисинде дүрли гөрнүшли электрон светорегуляторлар (ягтылыгы сазлайҗы электрон энҗамлар) гөркезилди. Реклама проспектлеринде бу регуляторларың дурмушда электрик энергияның сарп эдилишини месемәлим ашакландырҗакдыгы хабар берилйәр. Бу, догрудан хем, шейлемидир?

—Бу эдил хабар берлиши ялыдыр. Ери геленде айтсак, инди светорегуляторлары диңебир сергилерде гөрмән, олара магазинлерде душ гелмек хем боляр. Хер йыл оларың 130 мүң саныcы өндүрилйәр. Элбетде, бу аз боляр. Ене-де бәш йылдан оларың гойберилишини йылда 6 миллиона етирмек планлашдырыляр. Дурмушда уланылян энергияны тыгшытламак бирвагтлайын кампания дәл-де гүнделик иш боланы үчин бу харытларың алынҗакдыгыны хем өңүнден гөз өңүнде тутмак герек. Олар мундан сәхел вагт озал хем 15—20 манада дуран болсалар, хәзир оларың бахасы бары-ёгы 6 манатдыр. Арзанлыгының ерине олар оңат нетиҗе хем берйәр. Якын вагтың везипеси шол регуляторларың көмеги билен йылда 700—800 миллион киловат-сагат электроэкергия тыгшытламакдан ыбаратдыр.

чыкарылан айна колбадан хем-де шол колба кебширленен метал патрондан ыбаратдыр. Колбаның ичинде айна сүйүми узалып гидйәр, шол сүйүме-де гыздырыҗы сапак беркидилйәр. Хут Лодыгин гыздырыҗы сапак үчин, Эдисоның чырасында болшы ялы, агач көмрүң бөлеҗиклерини дәл-де метал симҗагазы уланып ограяр. Хут Лодыгин хем лампаның ичиндәки хованы чыкармагы, онуң ерине болса неон, криптон я-да башга бир инерт газы гойбермеги теклип эдйәр. Шейдип хем ол адамзада асырларбойы ятдан чыкмаҗак совгат эдйәр хем-де өз адыны эбедилешдирйәр.

Люминесцент лампаларың ишленип дүзүлмеги накал лампалар ойланып тапыландан 50 йыл соң, 1925-нҗи йылда башланяр. Академик С. И. Вавиловың ёлбашчылыгында совет алымларының топары тәзе лампаның конструкциясыны ве онуң ишлейшиниң эсасы принциплерини ишләп дүзйәр. Тәзе лампа накал лампадан дүйпли тапавутланяр: харч эдилйән электроэнергияның шол бир мукдарында тәзе лампа 2—3 эссе оңат ягтыландыряр. 1951-нҗи йылда тәзе лампаның илкинҗи нусгалары дөвлет сынагларындан үстүнликли гечйәр, оны дөредиҗилер С. И. Вавилов, В. Л. Левшин, М. А. Константинов ве бейлекилер болса СССР-иң Дөвлет байрагыны аляр.

Барып эллинҗи йылларда академик С. И. Вавилов люминесцент лампаларың улы гелҗегиниң барлыгыны тассыклаярды. Накал лампалар шу гүнлере ченли хем, өз позицияларыны йитирмеселер-де, оларың хас тыгшытлы хем-де хас ыгтыбарлы ишлейән «бәсдешлери» өзлерине орны сенагатда-да, дурмушда-да барха актив эелейәрлер.

Өйлеримизи ягтыландырмагы рационализациялашдырмагың хасабына электроэнергияны тыгшытламакда газанылҗак нетиҗелер шулардан ыбаратдыр.

?! **Өз рахатлыгымыза зыян етирмезден, өйүмизде электрик энергиясының сарп эдилишини йылда 2,6—3,2 миллиард киловат-сагат кемелтмек болҗак, бу болса шу максатлар үчин уланылян әхли электрик энергиның такмынан 10 процентидир.**

—Инди болса ашханада электрик энергиясыны тыгшытламак барада гүррүң берәйсеңиз. Себәби хут шу ерде эртирликлердир өйләнликлер хем-де агшамлыклар тайынланыланда көпленч ягдайда энергияның бидерек ере «йитип гитмегине» ёл берилйәр ахыры. Шейле дәлми нәме?

—Өз ашханамыза бизиң херимиз бирхили гараярыс. Себәби хәзирки вагтда ашхананың функциялары ол ерде нахар тайынламакдыр нахар иймек билен тамам болаянок. Бу ери дынч алыш пурсатлары машгаланың башының җем болян, аяк үстүнде дегип-гечмәге гелен дост-ярлардыр гоңшулар билен бир-ики агыз сөз алшылян ердир хем. Шонуң үчин хем хер хили энҗамлардыр гуралларың сергисини яда салян ашхана хич кимиң гөвнүнден турмаса герек. Шунуң билен бирликде хем ашхана өй эелериниң вагтыны тыгшытлар ялы, келем döграмакдыр эт үвемек ялы көп вагт алян хем-де йүреге дүшйән

Җаң

XIX асырда-да адамлар механики җаңлардан пейдаланыпдыр. Гапа гелеңде җаңҗагазы я-да халканы айласаң җайың ичинде дуран җаң җыңңырдапдыр. Җаңың бу гурлушына электрик заманы уйтгешикликлер гиризипдир. Җаң сада механизмлигинден чылшырымлы гурлушлы энҗама—электромагнит җаңа өврүлипдир. Инди адамың дерегине ток полат дилҗагазы җаңың окараҗыгына иргинсизлик билен какяр.

Электрик җаң белли американ инженери-конструкторы Томас Эдисоның ойлап тапаң затларының илкинҗилериниң биридир. 1900-нҗи йылда Парижде болан Бүтиндүнйә сенагат сергисинде Эдисоның электрик җаңына биринҗи байрак, оны ойлап тапана болса пул байрагы берилйәр.

Шейле ягдайда эдилиши ялы җаңың конструкциясына патент берилйәр, шол җаңы өндүрмәге лицензияны болса немец фирмасы «Отто Гриль ве К°» аляр. Ол фирма... банк сейфлерини ясамак билен мешгулланяр экен. Фирманың инженерлери җаң ишледиленде турян зензеле талаңчылары ачылшы сырлы сейфлериң галың диварларындан хас оңат горкузар дийип хасаплапдыр.

Ойлап тапан җаңының илкинҗи экземплярыны болса Эдисон иңлис королы Эдуард VII-ә совгат берипдир. Җаң Лондондакы Бекингем көшгүниң ятыш отагларында гурлупдыр, ол шу вагта ченли хем саз ишләп гелйәр.

ишлерде олара көмек берер ялы дережеде энҗамлашдырылмалыдыр. Бир сөз билен айданымызда, ашхана хәзиркизаман техникасы билен — диймек, электрик энҗамлар билен энҗамлашдырылмалыдыр.

—Хайсы техники серишделер хем-ә өй хожалыкчы аялың гүйҗүдир вагтыны тыгшытламага, хем-де азык өнүмлеридир электрик энергиясыны тыгшытламага хас оңат көмек берйәр?

—Бу сорагыңыза җогап бермек үчин, гелиң, өзүмизе ёкардан мәлим болан операцияны пикиримизде амала ашыралың: бу гезек ашхананы бирнәче микрозоналара бөлүшдирелиң. Шол зоналарың херсиниң ерине етирмели белли бир функциясы болмалыдыр. Меселем, азык өнүмлери сакланылян зонакы алып гөрелиң. Бу гүнки гүн бу зона биз диңе холодильниги я-да морозильниги дегишли эдйәрис, перспективада болса биз бу зонаны диңе бир азык өнүмлери сакланылян зона хөкмүнде дәл-де, нахар тайынламагың кәбир операциялары гечирилйән зона хөкмүнде хем гөз өңүнде тутярыс. Хәзир конструкторлар холодильник-морозильниги адатдан дашары частоталы (АДЧ) печ билен утгашдырмагың үстүнде ишлейәрлер. Шол печ бизе диңе бир нахар тайынламага көмек этмән, эйсем азык өнүмлеринин доңуны чөзмәге хем көмек эдер. Өзүмизе мәлим болушы ялы, хәзир бир бөлек этиң я-да товугың доңуны чөзҗек болсак ярым гүнүмизи йитирйәрис. Шунда азык өкүми хем массасыны хем-де тагамыны йитирйәр. АДЧ-лер болса шол эт бөлегининң доңуны 2 минутда чөзүп, шол бада-да оны биширип билйәр. Шейле ягдайда азык өнүмининң хем электроэнергияның хем йитгисининң аз мукдарда болмагы газаныляр.

Адамың иймитленишинде доңдурылан өнүмлериң мөчбериниң артҗакдыгыны назарда тутсак, бу тәзе энҗам өй хожалыкчы аялларың гөвнүнден турар диййп пикир эдйәрин.

Ашханадакы доңдурыҗы блогуң гөрнүши хем үйтгәр, алыҗылар хәзиркизаман аппаратларының габарасының артянлыгына эййәм үнс берен болсалар герек. Инди ики камералы холодильниклер пейда болды. Гелҗекде холодильнигиң доңдурыҗы бөлүмининң гөврүми артар. Бу болса дүрли азык өнүмлерини оптимал ягдайда сакламага шерт дөредер.

Гелҗекде холодильниклер хас кәмил ве уланмага оңайлы болар. Меселем, олара тайын буз бөлеҗиклерини берҗек буз тайынлайҗы кичиҗик генераторлар беркидилер, бу болса, өз билшимиз ялы, ылайта-да томсуна бизе хош якар. Холодильникде ягы йыладыҗы эсбап хем болар. Хәзир биз ягы холодильнигиң яг сакланян бөлүминден алып ол чөреге чалар ялы болянча гарашян болсак, инди бу эсбап бизи шол гарашмадан дындарар.

Бизиң дурмушда энергияны тыгшытламак темасындан үнсүмиз совлан ялы болуп гөрүнмеги хем мүмкиндир. Йөне бу асла бейле дәлдир. Ашханамызда тәзе-тәзе электрик көмекчилеримизин пейда болмагы билен электрик энергиясыны сарп

этмегиң абсолют мөчбери гүррүңсиз артар.. Шонуң үчин хем шол көмекчилеримизи тыгшытлы уланмак меселеси хас йитилиги билен өңүмизде дуряр.

Биз холодильнигиң хәзир берйән ве гелҗекде берҗек аматлыклары барада гүррүң этдик. Йөне оларың электроэнергияны харчлайыш ягдайы нәхили дережедекә? Конструкторлар холодильнигиң камераларының гөврүминиң артмагы себәпли электрик энергиясының артыкмач сарп эдилмегине ёл бермезлик барада эййәмден алада этдилер. Меселем, 1970-нҗи йылда холодильнигиң 1 литр гөврүмине электрик энергиясының удел сарп эдилиши 0,92 ватта дең болан болса, 1985-нҗи йылда 0,65 ватта дең болды. Эмма энергия тыгшытлайҗы резервлер энтек долы түкенәен дәлдир. Әхли холодильниклер паркы энергияны хас тыгшытлы харч эдйән, хас кәмиллешен йылылык изоляциясы болан, доңы автоматик усулда чөзүҗи эсбаплар билен энҗамлашдырылан холодильниклер билен чалшырыланда (бу процес эййәм башлады) электроэнергияның йыллык сарп эдилиши тас 4 миллиард киловат-сагада ченли кемелер.

—Бу гелжекде болмалы затлар. Холодильниклериң электрик энергиясыны аз «иймеги» үчин хәзир нәмелер этмели?

—Гелиң, өй хожалыкчы аялдан холодильнигиң «ичмегини» вагтал-вагтал айрып — чыкарып дуряныны-дурмаяныны, онуң ичинден азык өнүмлерини аланында гапысыны нәче вагтлап ачып дуряныны, гапысының жебис япылмагында улы әхмиети болан резин чекилери холодильниги аланы бәри екеже гезек бир чалшыраныны-чалшырманыны сорап гөрелиң. Себәби холодильнигиң догры уланылмагы онуң энергияны харчлайшыны 15—20 процент кемелтмәге көмек эдйәр.

Бу көпмукә я-да азмыка? Муны, ынха, өзүңиз хасаплап гөрәйиң. Бир ортача холодильник йылың довамында 450 киловат-сагат электроэнергия харч эдйәр, мунуң үчин машгала бюджетинден 18 манат төленилйәр. Гөрәймәге, бу пул көп хем дәл ялы. Йөне юрдумызда 70 миллиона голай холодильникдир морозильник барлыгыны хем-де дурмушда уланылян бу аппаратың энергия харчламакда электроплитадан соң икинжи ерде дурянлыгыны гөз өңүнде тутсак 70 миллион совет машгаласының нәче пулы артыкмач төлейәндигини ве дөвлет энергосистемасындан нәче киловаты бидерек ере уланман болжакдыгыны хасапламак кын дәлдир. Холодильнигиң «иййән» электроэнергиясыны азалтмак үчин бары-ёгы холодильнигиң гапысыны жебисже япаймагымыз хем-де онуң ичинде буз гатлакларының дөремезлигине гөзегчилик эдип дурмагымыз герек.

Дурмушда уланылян электрик аппаратларың ичинде энергияны иң көп харчлаян энжам электроплитадыр. Догрусы, олар энтек бейле бир көп хем дәл — биз оларың 4 миллиона голайыны уланярыс. Йөне өй ожагыны электриклешдирмегиң дегиклери йыл гелдигиче чалтланяр. Шейле плиталары аша көп гатлаклы жайларда, тебигы газың бармадык ерлеринде, курорт зоналарда отурдярлар.

—Инди болса олары хас тыгшытлы уланмак барада практики маслахатлар берәйсеңиз.

—Өңи билен нахары хайсы гапда биширсең говы болжаклыгыны аныкламалыдыр. Электроэнергияның сарп эдилиши шу меселе билен гөнүден-гөни багланышыклыдыр. Электроплитада бишир жек нахарыңызы чоюндан я-да полатдан гуйлан, ичи-дашы сырчаланып, диңе дүйбүниң даш йүзи сырчаланмадык гапда атарсаңыз говы болар. Габың дүйбүниң галыңлыгы 5—7 миллимметр болса, диаметри болса конфорка ылайык гелсе я-да сәхелче улы болса говы болар. Шейле гап уланыланда энергия 10—12 процент тыгшытланыляр. Гөршүмиз ялы, биз гарашылмадык нетижә гелдик. Нахар биширеңизде дүйби емшик габы пейдаланмагыңыз болса энергияны 40—60 процент артык сарп этмегиңизе себәп болар.

Нахар биширйән вагтыңыз плитаның конфоркасыны диңе **габың ичиндәки сув гайнаянча долы гуйжүнде гыздырар ялы**

этмегиңиз герек. Сув гайнандан соң одуң гүйжүни песелтсеңиз хем болар, муны хөкман шейле-де этмелисиңиз.

—Нахар тайынламак технологиясы барада энергия сарп эдилиши позициясындан гарап гүррүң эденимизе гөрә, сиз электроплитаны артыкмач якмазлыга мүмкинчилик дөредйән приборлар барада нәмелер айдып билерсиңиз?

—Бу ерде тостерлери, ростерлери, вафлья тайынлайжы, юмуртга биширижи, кофе, чай гайнадыжы энжамлары ятламалы болса герек. Инди бу ашхана энжамларының көпуси гиңден мешхурлыга эе болды, йөне бу энжамлар әхли ерде ве хемише догры уланылып барланок. Мунуң себәби хем шол вафлья тайынлайжы ве кофе гайнадыжы энжамларың артыкмачлыклары барада жикме-жик хем-де делиллендирилип берилйән информацияларың ёклугы болса герек. Меселем, Прибальтикада вафлья тайынлайжы энжамлары тапып боланок, РСФСР-иң бирнәче областларында болса магазинлерде алынман дур.

Дийсең тәсин бир прибор — нахары узак вагтың довамында биширип билйән энжам барада гүррүң берейин. Бу энжамың көмеги билен диңе рус печинде биширмек мүмкин болан милли рус нахарларыны тайынлап боляр. Бу энжамың кичи гөврүмли болмагы хем оны уланмаклыгы еңиллешдирйәр. Онуң көмеги билен шүләни 5—10 сагатап гыздырмак боляр, шунда духовка уланыландакыдан хас аз электроэнергия сарп эдилйәр.

Сөзүмиң ахырында ене-де бир зат хакында айдып гечесим гелйәр. Машгалада электроэнергияның нәче сарп эдилендиги хасапланып дурулмаяр. Мунуң себәби хем бизе шол электроэнергияның арзан дүшйәнлигинден болса герек. Электроэнергия бизе бейлеки юртларың илатына гаранда кән арзан дүшйәр. Эмма бу айдыланлар электроэнергияның бизиң юрдумыз үчин арзан дүшйәнлигини аңлатмаяр. Шонуң үчин хем бизиң өйлеримизе симлер аркалы гелип чырамызы якян, телевизорларымызың экранларыны ягтылдян, бир сөз билен айданымызда бизе эшретли дурмушда яшамага көмек эдйән шу байлыга акыллы-башлы, аявлы чемелешмеги башармагы адамың гражданлык кәмиллигиниң, ёкары медениетлилигиниң аламаты хасаплаярын.

Пейдалы маслахатлар

Дурмушда уланылян приборлар пейдаланыланда нәмелери ятда сакламалы

Зерур болан ягтылыгың дережеси эдилйән ишиң хәсиетине гөрә кесгитленилйәр. Гарамтыл ренкли гейим-эшиклер гара

сапак билен торлананда 100 ваттлык лампаның 20 сантиметр аралыкдан ягтыландырмагы зерурдыр, чызгы чызыланда ватман кагызың үстүне 80—100 сантиметр аралыкдан 150 ваттлык чыраның ягтысы дүшмелидир.

* * *

Таблицада электроприборларың дөрт адамлык машгалада ортача нәче мукдарда электроэнергия харчлаҗакдыгының гөркезиҗилери гетирилди.

Приборың гөрнүши	Белленилйән кувватлылыгы кВт	Бир йылың довамында харч этҗек электроэнергиясының мукдары, кВт/с	Бир йылың довамында ишледилҗек сагадының ортача мукдары
Электроплита	5,8	1100	1400
Холодильник	0,15	450	3000
Утюг	1,0	100	200
Телевизор	0,2	300	1500
Тозан соруҗы	0,6	60	100
Кир ювуҗы машын	0,35	45	120
Аккумилирленен энергияда ишлейән сув гыздырыҗы машын	1,2	3000	2800

* * *

Конфоркасының диаметри 145 миллиметр болан электроплитада 2—3 литрлик сувуклыгы, конфоркасының диаметри 180 миллиметр боланда 3—5 литр сувуклыгы, 220 миллиметр боланда 6 литрден хем көп сувуклыгы энергияны рационал пейдаланып гайнадып боляр.

* * *

Электрик плитасыны нахар тайярламага башланмазындан озал ишлетмели, себәби өңүнчә ол гызмалыдыр. Онуң ерине электроплитаны нахар дүшүрилмәнкә-де өчүрмек болар, себәби, өчүриленден соң хем ол узак вагтлап соваман дуряр. Эгер-де плитаның ишлейиш кувватыны үйтгедип болян болса, нахар гайнап гуграндан плитаны иң пес гүйҗүнде ишлейән ягдая гетирмели, нахары дүшүрмезден 5—15 минут өңүнчә болса оны дүйпден өчүрмек герек.

* * *

Магазинде трансформатор сайланып алынян вагты онуң кувватының өйдәки әхли электроприборларың бир вагтда ишләнде талап этҗек электроэнергиясының умумы мукдарындан аз болмалы дәлдигини гөз өңүнде тутмалы.

* * *

Адаты чәйнеги электроплитада гоюп I литр сув гайнаданындан электрочәйнекде гайнатсаң электроэнергия 2 эссе аз сарп эдилйәр.

* * *

Электроэнергияны тыгшытламак үчин, өңи билен аз температура талап эдйән гейим-эшиклери үтүкләң. Синтетики сүйүм гошундылары болан эшиклери чыглы ягдайда үтүклемек максада лайыкдыр.

БАРЫ-ЕГЫ БИР ДАМҖА СУВ...

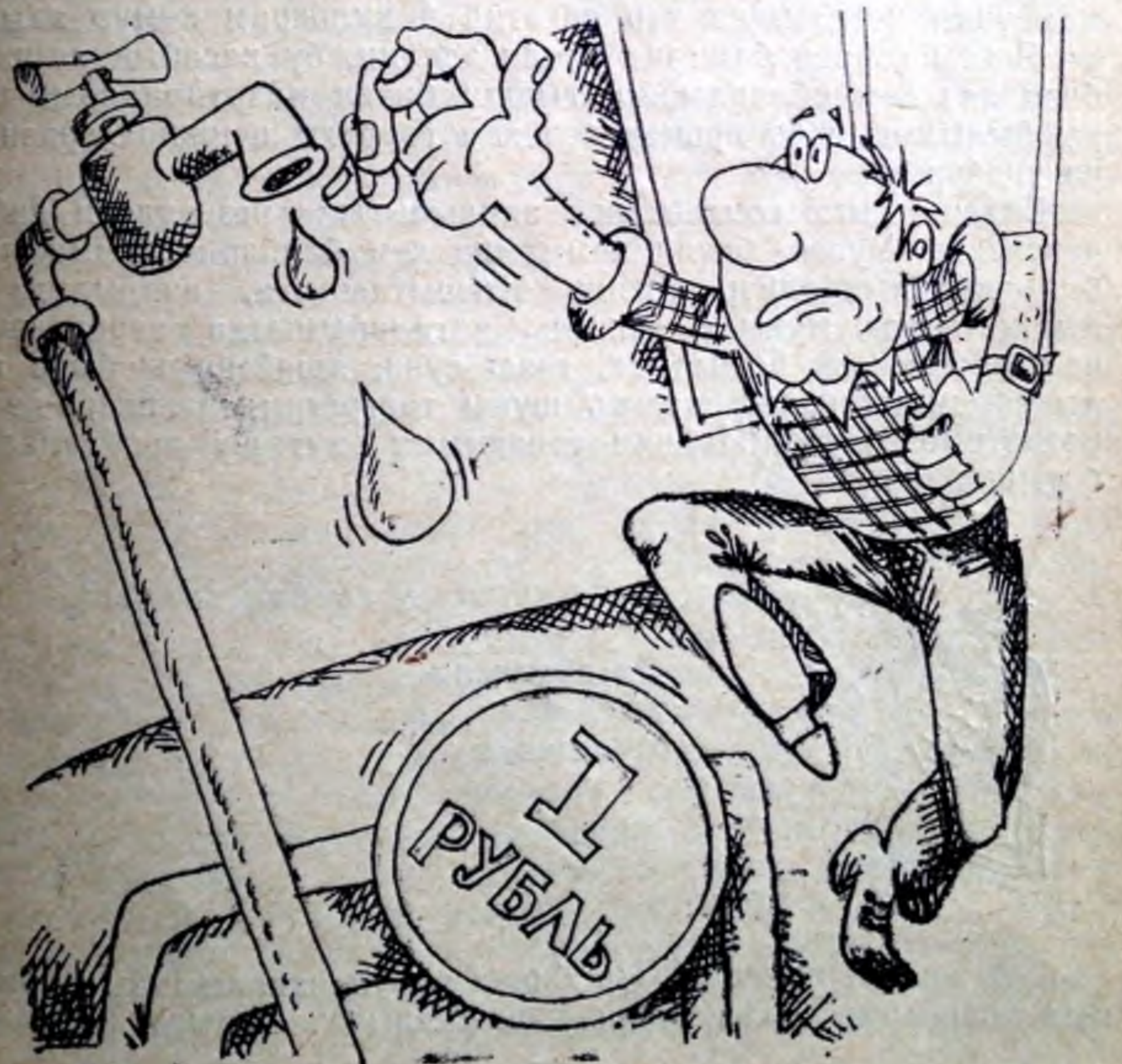
Говы япылмадык крандан инчеҗик чүвдүрим болуп сув акярды. Садаҗа бир теҗрибе гечирилди: шол сув чүвдүриминиң ашагында 250 грамлык стакан гоюлды. Шол стакан 45 секунтда ичимлик сувдан пүре-пүр долды. Элимизе галам алдык-да, хасап-хесибе башладык: гөрүп отурсак сувуң шол акышында бир сагадың довамында 80 стакан я-да 20 литр сув канализация акып гитҗек экен. Бир гиҗе-гүндизиң довамында бидерек акан сувуң мукдары 480 литр боляр. Шунча мукдардакы сув диңе екеҗе крандан бидерек акып гидйәр. Квартирада болса бәш саны яшайҗы бар. Өзлериниң хер дүрли хем-де биртопар зерурлыклары үчин хем олар, нәче чытрашсалар-да, бир гиҗе-гүндизиң довамында шунча сувы билеликде-де харчлап билмеселер герек.

Бизиң гечирен экспериментимизде крандан инчеҗик акым болуп совук сув акярды. Эгер гызгын сув акян болса нәме? Специалистлер йылың довамында екеҗе крандан спичка дәнесиниң ёгынлыгындакы ёгынлыкда акян гызгын сувуң бир квартираны ики айлап йыладып билҗек йылылыгың гитмегине гетирйәндигини хасаплап гөрдүлер.

Шу хасапламаларда меселәниң дүйп манысы месе-мәлим гөрнүп дур. Биз дийсең көп мукдардакы сувы геленсиз уланярыс: ичимлик сувуң 21 проценте голайы хич зада уланылмаздан канализация гидйәр. Юрдумызың масштабында аланымызда диңе яңкы геленсизлик билен уланылян сув мукдарыны илата етирмек үчин Днепрогесиң бир йылда өндүрйән электроэнергиясы ялы мөчберде энергия йитирилйәр.

Ойландырян ене бир саны айдалың: дурмуш хаҗатларымыз үчин уланян сувумызы тыгшытламагың хасабына бәшйыллыгың довамында 2,5 миллиард манат тыгшытлап билердик. Шонча пулы сувуң уланылмагыны азалтмагың хасабына дәл-де, онуң бидерек ере канализация гуйлуп дурмагының өңүни алмагың хасабына тыгшытлап болядыгыны белләп гечелиң.

Миллиардларча пулуң йитирилйәндигининң өзи көп затлар барада айтса-да, геп диңе шол миллиардлар барада дәлдир. Меселе бизиң пикир эдишимизден хас чынлакайдыр: ер шарындакы ичимлик сувуң мукдары чәксиз дәлдир. Сувы иң көп саклайжының ериң астыдыгы көплере мәлимдир. Ер габыгының ашагында эдил Дүнйә океанының сувларының мукдарыча (1,3 миллиард куб километр) сув бардыр. Ер чуңлугындакы шол сувларың эсасы массасы физики ве химики тайдан багланышыклыдыр, йөне энтек ылыма нәбелли болан себәплере гөрә шол багланышыгың үзнүксиз вейран болмак процеси довам эдйәр. Шол массадан бөлүнип айрылан сув ерасты ве ерүсти океанларың үстүни долдурян резерв болуп хызмат эдйәр. Бир йылың довамында океанлардыр гуры ериң үстүнден 520 мүң куб километр мукдарда сувуң бугаряндыгы хем хасапланды. Шол сувлар бугарып атмосфера гидйәр, ол ерде болса ягыша, гара өврүлйәр... Гөршүмиз ялы, планетаның сув балансыны регулирлемек тебигата аңсат дүшенок, онсоңам, алымларың пикирине гөрә, бу ишиң хөтдесинден гелмек тебигата барха кын дүшйәр.



?! **Яшайыш жай-коммунал хожалыгында хем-де дурмушда уланылян йылылык-энергетики ресурсларың диңе 1 процент тыгшытланылмагы бир йылың довамында такмынан 3 миллион тонна шертли янгыҗы тыгшытламага мүмкинчилик берйәр.**

Я-да болмаса өзара багланышыгың башга бир зынҗырҗыгыны — адам билен җемгыетиң арасындакы өзара багланышыгы алып гөрелиң. Адам билен җемгыетиң арасындакы өзара гатнашыга хер әдимде душ гелип, сын эдип билерсиңиз. Гышына көчеден йөрәп баряркаңыз гатбар-гатбар җайларың әпишгелерине үнс билен сын эдиң—җебис япылмадык әпишгелерден, эйвана тарап ачылян гапылардан хем-де подъездлериң гапыларындан чыкян инчеҗик буг чүвдүримине гөзүңиз дүшер.

—Ери, үйтгешик нәме боланмыш бейле? Буҗагаз бугуң гидени билен йылылык кемелеси ёк — дийип, өзүне мугт диен ялы дүшен йылылык энергиясыны гайгырман бисарпа тутян өй эеси айдар.

Эмма, мысал үчин алсак, подъезддәки җебис япылмадык гапыдан чыкып гидйән йылылыгың мукдарыча йылылык алмак үчин котельняда хер сагатда 4 килограм көмүр якыляр.

Я-да болмаса башгача хасап эделиң, бу хасабың нетиҗеси бизи хас хем ойландыряр: гышда бизиң квартираларымыздакы йылылыгың 40 процентден хем говрагы пенҗирелерден көчә гидйәр.

Бизде тыгшытлылыгың, аявлылыгың резервлери дийсең чәксиздир, муны бизиң хеммәмиз хем билйәрис. Эмма муны билмек азлык эдйәр. Бизиң тыгшытлылыга, аявлылыга чалышмагымыз, муны өзүмизде, чагаларымызда тербиелемәге чалышмагымыз, йылылыга, газа, сува, яшайыш җайына аявлы гарамагы өвренмегимиз, шуны төверегимиздәкилере-де өвретмегимиз герек. Индики сапагымыз хут шу проблемалара багышланяр.

Өкде адамың гечйән сапагы

Өз өйүңизиң хожайыны өзүңизсиңиз

Сув, янгыч, ягтылык. Ир билен туруп сакалымызы сырмак я-да дишимизи арассаламак үчин краны ачанымызда биз аңыр-

дан ызы үзүлмән гелйән, бизиң кейпимизи гөтерйән сув акымының адам элиниң өнүмидигини ятдан чыкарярыс. Бизиң өйүмизе етинчә сувуң токайдан башланян, гөзе-де илип дурмаян чешмежикден, деряҗыклардыр дерялардан, сув ховданларының резервуарларындан, сувы соруп алян хем-де арассалаян өрән чылшырымлы системалардан акып узак ёлуң тапапыны күлтерлейәндиги барада бирҗигем ойланмаярыс. Бизиң өймүзе гелйәнчә ёлуның көп хем-де иң чылшырымлы бөлегини сув адам элиниң дөреден ханалары аркалы акып гечйәр.

—Бизи гең галдырян зат хем өз зәхмети билен өзүне эхли эшретлери дөреден адам өйүнде шол эшретлерден пейдаланандa бисарпалыга ёл берйәр — дийип, бизиң гүррүңдешимиз профессор, техники ылымларың докторы, К. Д. Памфилов адындакы коммунал хоҗалык Академиясының директорының орунбасары Михаил Владимирович Тарнижевский гең галма билен айдяр хем-де сөзүни довам эдйәр. —Онсоңам, яшайышда эшретлилик дережеси нәче ёкары болдугыча, адам факторы шонча-да айгытлайҗы ролы ойнаяр. Меселем, сувы гуюдан бедре билен чекип алан вагтымыз җаңа шыпа берйән немиң сарп эдилиши гиже-гүндизиң довамында җан башына (экине тутулян сувы хасапламасак) 25—30 литр боляр. Санузеллер билен билеликде сув проводы гурланда велин, 200—240 литр, хатда шондан хем көп сув сарп эдилйәр. Элбетде, сув проводының гурулмагы билен өзүмизе элъетерликли болан эхли аматлылыклардан пейдаланмак герек, йөне шол аматлылыклардан пейдаланамызда сувуң көп мөчбериниң хич зада уланылман, бидерек ерден канализация акып гидйәндигини ятдан чыкармалы дәлдирис.

Диңебир сувуң дәл, электроэнергияның хем, газың хем, янгыҗың бейлеки гөрнүшлериниң хем, шонуң ялы-да меркези йыладыш системасының турбалары аркалы квартираларымыза гелен йылылыгың хем йитгилери дийсең көп мөчбердедир. Себәби хер йылда юрдумызда өндүрилйән эхли йылылык энергиясының такмынан үчден бир бөлеги яшайыш җайларыны йылатмак хем-де гызгын сув билен үпҗүн этмек үчин уланыляр. Совет адамларының тас 200 миллиона голайы газың хөзирини гөрйәр. Дурмушда йылылыгың хем-де энергияның пейдаланылышы хер йылда орта хасап билен 3 процент артяр, эмма шол бир вагтда илатың саны хас хаял артяр.

Коммунал хоҗалыгыны тутушлыгына алсак, элбетде, шол хызматлардан пейдаланянларың аявсызлыгы, бисарпалыгы зерарлы йитирилмән, башга себәплере гөрә йитирилйән йитгилер хем йүзе чыкар. Йитгилере ёл берилйән башга каналлар хем бар ахырын. Йөне шол каналлары беклемек дүйпли техники, гурамачылык, ыкдысады проблемалар билен баглы болса, адамың гүнәси билен йитирилйән сувуң хем-де бейлеки ресурсларың мөчберини минимума гетирмек үчин иш йүзүнде хич хили гошмача мадды чыкдайҗылар талап эдилмейәр.

Диңе ядавсыз гүнделик тербие, хас талапкәрчиликли контроллык, илат тарапындан уланылян йылылыгың, энергияның, сувуң ПХК-ниң (пейдалы херекет коэффициентиниң) хас берк учётда алнып барылмагы талап эдилйәр.

—Сиз квартираларда яшайжыларың нәмәни ве нәче мөчберде сарп эдйәндигини такык хасаплаян, гөркезйән хер дүрли счётчиклериң, анализаторларың, ягны контроллыгың техники серишделериниң гоюлмагыны гөз өңүнде тутян-а дәлсиңиз?

—Хава, шол энжамлары хем гөз өңүнде тутярыс. Йөне өңи билен диңе шол серишделериң хызматындан пейдаланмагы хем-де диңе шол серишделери уланмагы гөз өңүнде тутамзок. Догры, хәзир сувуң, энергияның сарп эдилишине контроллык эдйән серишделери ишләп дүзмек иши актив алнып барыляр. Шейле энжамлар барха гиң мөчберде уланылса герек. Йөне булар гелҗегиң иши. Ресурслары тыгшытламак үчин шу гүн нәме этмели?

Газ, сув проводы, электрик сетлеринде газың, сувуң, электрик энергиясының сарп эдилишини сарп эдиҗиниң өзи

кесгитлейән хем-де регулирлейән болса — краны ачян, люстраны якян, утюгы, телевизоры ишледйән болса, айдалы, квартира гелйән гызгын сувуң я-да йылылыгың сарп эдилишини я-ха авторегулятор я-да йылылык билен үпжүн эдиҗи эдара кесгитлемели боляр, ягны сарп эдиҗиниң өзи кесгитлемели болмаяр. Диңебир квартираларыны дәл-де көчәнем йыладян кәбир өй эелериниң танкытланылян пурсаты гыт дәлдир. Ине, шу ягдай хем бизиң шол адамларың гүнәси барада дәл-де, эйсем бетбагтлыгы барада айдып билҗек ягдайымыздыр. Хакыкатдан хем, диңе ТЭЦ-де я-да котельняда йылылыгы тыгшытлы ишләп чыкармак важып болман, эйсем шол йылылыгы догры пейдаланмак хем важыпдыр. Җайлара йылылык берленде йыгы-йыгыдан ылалашып болмаҗак бир ягдай йүзе чыкяр: кәбир җайлар-а интенсив хат-да артыкмаҗы билен йыладыляр, башга бир җай болса «ач сакланыляр». Җыгба-җыглы пурсатларда бейле ягдай йыладыш системасында сувуң циркуляциясының тогтамагына гетирйәр, шонуң нетиҗесинде болса аварияларың болян пурсатлары аз болмаяр. Бейле ягдайларың диңе җыгба-җыглы пурсатларда йүзе чыкяндыгыны ене-де бир гезек гайталап айдярын. Адаты ягдайларда болса бу йылылыгың көп мукдарда йитирилмегине гетирйәр. Шейлеликде, өйлери интенсив ягдайда йыладылян яшайҗылар ыссыдан яңа зордан дем алярлар хем-де өзлериче еке-тәк догры чыкалга тапярлар — олар диңебир эпишгелериң пенҗирелерини ачышдырман, эйсем, эйвана чыкян гапылары хем ачярлар, ягны көчәни йылыдярлар. Хакыкат йүзүнде шейле артыкмач йылылык етерлик дереҗеде йыладылмаян зоналара дүшен өйлериң хасабына пейда боляр ахырын.

—Михаил Владимирович, сиз яңы: «Өзлериче еке-тәк догры чыкалга тапярлар — олар диңебир эпишгелериң пенҗирелерини ачышдырман, эйсем, эйвана чыкян гапылары хем ачярлар» дийдиңиз. Шейле ягдайда, сизиң пикириңизче, нәхили херекет этмели?

—Йылылыгың сакланышы барадакы аладаны артдырмалы — җайларың эксплуатациясы барадакы дирекция (ҖЭД) ве Яшайыш җайларының эксплуатациясы боюнча контора йүз тутуп, йылылыгың кадалы берилмейәнлигиниң себәплерини арадан айырмагы, йылылыгы ягдайың талап эдишини гөз өңүнде тутуп тәзеден пайламагы гурамагы хайыш этмели.

Инди болса бу меселә ыкдысатчыларың нукдай назарындан середип гөрелиң. Ики отаглы квартираны етерлик мөчберде йылатмак үчин котельняда 2 килограм көмрүң якылмагының гереклиги хасапланылды. Эгер-де эпишгелердир гапыларың ышлары бар болса, эпишгелериң пенҗирелери җебис япылмаян болса, онда ики эссе көп йылылык герек болар. Булардан хем башга, эгер-де хованың температурасыны ашакландырмак үчин билгешлейин эпишгелериң пенҗирелерини ачсак йитирҗек йылылыгымызы хем хасаплап гөрүң. Ай-

дыланлары делиллендирмек үчин екеже мысал гетирейин, белки, бу окыҗылары ойландырар.

Йыладыш сезон дөврүнде диңе бир машгалада йылылыгың сакланмагына аявсызлык билен гаралмагы нетиҗесинде 7,5 тонна көмүр я-да шонча мөчберде башга бир янгыч йитирилйәр. ?!

—Йылылыгы тыгшытламак барадакы гүррүңиңизиң довамында квартираларда ниреде ве нәхили ягдайларда йылылыгың «йитип гидйәндиги» хем-де шейле «ышлары» битирмек үчин нәмелер этмелидиги барада яшайҗылара гүррүң берәйсеңиз.

—Бу барада мен хич хили тәзелик айтмасам герек. Онда-да кәбир затларың үстүнде дуруп гечейин. Өңи билен эпишге барада. Эпишгелери гыша оңат тайынламак герек — дөвүлен айналарың ерине тәзесини гоймалы, ышлара хамыр чалмалы, чарчувалар гысбы, җебис япылар ялы этмели. Йылылыгың йитирилйән ене бир ери болса, квартираларың гирелге гапыларыдыр. Шол гапылар җебис япылмаян болса, бир яна гышарып дуран болса, җайрык атан ерлери битирилмедик болса йылылыгың тыгшытланылмагы барада хей-де гүррүң болуп билерми? Бу ерде хоҗалыкчысызлык хем-де эмләги совруҗылык месе-мәлим гөрнүп дур. Бейле эндиклери гоймак болса о диен кынам дәлдир. Диңе шол эрбет эндиклери гоймага ислег хем-де шоңа ымтылыш герекдир. Квартиралары йылы сакламагың нетиҗели серишделериниң бири гирелге гапылара дерматин я-да шоңа мензеш материал өртмекден ыбаратдыр.

Гапыларыдыр эпишгелери дашарык йылылык чыкмаз ялы эдилип гурналан квартиралары йылатмак үчин эхли якылҗак янгыҗың үчден бири етерлик боляр. ?!

Йылылыгың йитирилйән ене бир ери подъездлериң гирелге гапыларыдыр. Элбетде, оларың җебис япылмагының аладасыны яшайыш җайларыны уланмагы гураян гуллукларың ишгәрлери этмелидир. Йөне бу меселеде шол яшайыш җайларында яшайҗылара-да көп зат баглыдыр. Чагалыгымыздан гулагымыза гуйлан акылы — даш чыкып-ичери гиренимизде гапыны япмалыдыгыны улаламызсоң көпимиз ятдан чыкаярыс. Мен бу ерде гапылара хем-де оларың җебис япылмагына ярдам эдйән энҗамлара эечилик гөзи билен серетмелидиги хакда гүррүң хем эдип дурамок.

Я-да болмаса, шу меселәни — яшайыш җайларында йыладыш энҗамларының уланылышы барадакы меселәни алып гөрелиң.

?! Йыладыжы приборларың өңи мебел я-да болмаса тутуш декоратив панеллер билен габаланда, шол приборларың йыладыжылык гүйжи 20 процент песе гачяр.

Шу ерден болса еке-тәк догры нетиже гелип чыкяр: йыладыжы радиаторларың өңүни мебел, хер дүрли гөзенеклер, сык шторлар билен габамаң, бизиң диеңимизи этсеңиз, йылылык-энергетики ресурлары тыгшытламага белли бир гошант гошдугыңыз болар.

Гепиң келтеси, өзүмизи биртопар эшретлер билен үпжүн эдйән мадды ресурслары тыгшытламак барасында биз көп ишлери эдип билерис.

* * *

Сапагымыз үйтгешигрәк ягдайда довам эдер. Сизи Москва шәхериниң Киров районының яшайыш жайларыны эксплуатация этмек барада № 40 дирекциясының гарамагындакы жайлара айланып гөрмәге чагырярыс. Бизиң гүррүндешлеримиз яшайыш жайларыны эксплуатация эдйән шол дирекцияның директоры Василий Васильевич Денисенков билен меркези өй комитетиниң башлыгы Галина Павловна Дрендель. Коммунал хожалык Академиясында башланан гүррүңи довам этдирип В. В. Денисенков шейле гүррүң берйәр:

—Биз хәзир Плещеев көчесиндәки № 15 жайың янында дурус. Илки гөрәймәге, бу бина 9 этажлы адаты яшайыш жайыдыр, йөне сиз онуң диварларыны, гирелге гапыларыны, лифтлерини үнс билен сынлаң — олар оңат ягдайдадыр, техники талаплара-да, санитарияның хем-де гигиенияның берк талапларына-да лайык гелйәндир. Довам эдип гелйән дүзгүн боюнча биз бирярым йыл мундан озал бу жайда план боюнча этиячлылык ремонтыны гечирмелидик. Эмма биз... яшайжыларың йыгнагыны гечирдик, шол йыгнакда жайы ремонт этмегиң зерурлыгы ёк диен нетижә гелдик.

Өңи билен бу ишиң малие тарапы барада дуруп гечелиң. Шулар ялы жайда план боюнча этиячлылык ремонтыны хер үч йылдан гечирмек гөз өңүнде тутуляр. Шунда подъездлери еңил-елпай ремонт этмек: жайың диварларыдыр потолоклары, гапы-әпишгелери, чыралардыр лифтлери ремонт этмек гөз өңүнде тутуляр. Бу ишлер 10 мүң манат төвереги пула дуряр. Йөне шейле бир ягдая йыгы-йыгыдан душ гелйәндирис —жай яңыбир ремонт эдилендир вели, эййәм диварлары чагалар чызышдырып чыкандыр, чыралар күл эдилендир, гапылар чагшандыр, аявсыз уланыланы үчин лифтлер гөзгыны ягдая гелендир.

«Нәме, Плещеев көчесиндәки № 15 жайда үйтгешик адамлар яшаярмы? Я-да бу үйтгешик жаймы?» дийип сорамагыңыз мүмкин. Ёк, бу жайда үйтгешик адамларам яшанок, жа-

йың өзи-де үйтгешик бина дәл. Бу җайы хем-де бизиң дирекциямыза дегишли енеде докуз саны җайы яшайҗылар җемгыетчилик гөзегчилигине алдылар. Яшайҗылар коллективлери билен җайлары эксплуатация этмек барадакы дирекцияның арасында шертнама баглашылды. Икитараплайык ылалашык нетиҗесинде хер тарап өз үстүне биртопар борч алды.

—Шол борчнамаларда ремонт эдйән дружина дөретмек барада хем агзаляр. Шол дружинаның везипелери нәмелерден ыбарат хем-де онуң иши нәхили гураляр? — диен сораглар билен биз Г. П. Дренделе йүзлендик. Ол шулары гүррүң берди:

—Ремонт эдйән дружиналар бизиң җайлары эксплуатация эдйән дирекциямызың хызмат эдйән әхли яшайыш җайларында дөредилди. Бу дружиналарың членлери хер бир подъездде бардыр. Дружинаның членлери яшайҗыларың умумы йыгнакларында сайланды. Дружина член эдилип сайланан адамлар, эсасан, хожалыкчы, еңил-елпай ремонт ишлерини өзлери эдип билҗек, иң эсасы хем, умумы эшрет үчин җанкөерлик эдйән адамлардыр.

Оларың нәхили ишлери ерине етирйәндиклерини бирбада санап чыкаймак аңсат дәл, себәби ол адамларың элинден әхли иш гелйәр: олар гирелге гапылар җебис япылар ялы энҗамлар отурдярлар, шол энҗамларың саз ишлемегине гөзегчилик эдйәрлер. Гүйз паслы болса гапылардыр әпишгелерден совук гечмез ялы эдйәрлер. Электросетде овнук-ушак кемчилик йүзе чыкса, окуңам хөтдесинден гелйәрлер. Онсоңам, нәме, хожалыкда гыссаглы көмек герек вагты гыт болярмы дийсене? Яшайҗыларың ислендик хайышы боюнча дружиначылар көмеге бармага тайын болуп дуряр лар. Меселем, сув кранларыны алып гөрелиң. Кранлардан сув дамып дурса говы дәлдигине хеммәмиз дүшүнйәрис. Хакыкатдан хем, сантехники энҗамларың кәсазлыгы, оларың нәдогры уланылмагы себәпли йитирилйән сув уммасыздыр. Булардан башга-да, сантехники энҗамларың бир ери заяланып сув сызып дурса, җайың умумы ягдайы хем ярамазлашяр. Ылайта-да турбаларың җебис сепленмедик сеплеринден, чат ачан ерлеринден, ′послапчүйрән турбаларың дешилен ерлеринден сызып чыкянлыгы узак вагтлап билдирмейән немлер җайлара дийсең улы зыян етирйәр. Шейле кем сызмагы себәпли җайларың подвалларына сув чыкмагы, шонуң нетиҗесинде җайың чөкмеги, диварларың сувагының хем-де реңкиниң заяланмагы мүмкиндир. Ремонт эдйән дружиналар шулар ялы якымсыз аладалардан дынмага көмек эдйәр. Дружиналар ызыгидерли ягдайда квартираларың сув гечириҗи узеллерини барлап дурярлар хем-де нурбатлары беркитмек, изоляция гоймак ялы еңил ишлери эдйәрлер. Гүйз паслы геленде олар подъездлердәки гирелге гапыларыны гыша тайынламак барадакы аладаны хем өз үстлерине аляр лар: гапыларың гыраларына кечеден я-да

линолеумдан гатлак гойярлар, говшан петлелери беркидйәрлер, подваллардаки вентиляцион ышлары япярлар.

Җемгыетчилик башлангычлары эсасында ишлейән бу адамларың йылылык-энергетики ресурслары тыгшытламак, яшайыш-җай фондуны абат сакламак, җайлары ве ховлулары, спорт мейданчаларыны абадан сакламак барадакы гөреше гошян гошантларының бахасына етмек ёкдур. Йөне оларың актив ишлериниң нетиҗелери диңебир ресурслары тыгшытламакда хем дәлдир. Оларың бу ишинде өрән мөхүм социал аспект хем бар — олар өз гөрелделери билен яшайҗыларың, ылайта-да яшларың арасында аявлылык хәсиетлерини тербиелейәр, оларың гурсагына «яшаян җайымыз бизиң өзүмизиңкидир, онуң эеси өзүмиздирис, шонуң үчин хем шол җая өзүмиз эечилик гөзи билен серетмелидирис» диен йөнекейҗе, эмма дийсең мөхүм пикири гуйяр. Яшларың гөзүниң өңүнде берилйән шейле сапаклар дийсең тәсир эдиҗиликли боляр. Онсоң биз дөвүлен айналардыр чыралара, чызылан диварлардыр потолоклара сейрек габат гелйәрис.

Ремонт эдйән дружиналарда ишлейән ветеранлар яшлара хем җайларда, квартираларда гечирилйән кын болмадык ремонт ишлериниң тәрлерини өвретмәге чалышярлар. Хусусанда, дирекцияның ёлбашчылары кәбир җайларда өй хожалык абзалларыны ремонт эдйән пунктлары дөретмәге көмек этдилер. Шол җайларда одур-будур гоймага ниетленен чакланрак отаглар яшайышда хәли-шинди зерур болуп дуран нечҗарчылык хем-де слесарчылык инструментлер билен абзаллашдырылды. Ол ерде иң бир көп уланылян хожалык энҗамларының запас шайлары, меселем, сув кранлар үчин прокладкалар, электросетиң предохранителлери гоюлды. Хожалыкда уланян энҗамлары дөвүлен яшайҗы шол отага барып ремонт эдйән дружинаның нобатчы членинден хайыш эдип герекли гуралы я-да запас шайы, эгер герек болса ол я-да бейлеки приборы нәдип бҗермелидиги барада маслахат хем алып билйәр.

—Шу угурда эдилйән ишлер герекли нетиҗелери хем берйәр — дийип, гүррүңе В. В. Денисенков гошуляр. — Сөзүм эсассыз болмаз ялы анык санлардыр фактлары гетирейин. Ынха бир дийсең ынандырыҗы мысал. Бизде үсти рулонсыз басырылян 9 этажлы җайлар бар. Ине, шол җайларың басыргысындан хәли-шинди ашаклыгына сув сызар дурарды. Онсоң биз шол җайларың бириниң дүйпли ремонт эдилмегини газандык. Шол ремонт тас 16 мүң манада голай пула дурды. Бу аз-күш пул дәл. Онсоң ремонт эдилмели индики җай үчин серишде галмады. Ол җайың үсти хем рулонсыз басырыланды. Ине шонда яшайҗыларың бири, ремонт эдйән дружинаның члени «җайың үчегини өзүмиз ремонт эдәйсек ничик боларка?» диен пикири орта атды. Яшайҗыларың умумы йыгнагыкда шейле этмеги хем карар этдик: гурлушыкчылардан

ики-үч саны специалист алмалы, бүтин гара иши болса өзүмиз этмели диен нетижә гелдик. Эден ремонтымызың хили эрбедем болмады. Ремонт үчин чыкаран чыкдайжыларымыз хем гурлушык гурамасына йүз тутуп этдиржек ремонт ишлеримизиң чыкдайжысындан хас аз болды. Бизиң мысал гетирен бу эпизодымыз дирекцияның партия бюросының, өй комитетлериниң ёлбашчылыгында илат арасында нәхили тербичилик ишлериниң гечирилйәндигини айдың суратландыряндыр. Бу гүн тыгшытлылык режиминиң ыкдысадыетимизи өсдүрмегиң айрылмаз бир бөлегидиги барадакы дүшүнжәни хер бир адамың аңына етирмегиң кенеңси мөхүм везипедигине биз чуңңур дүшүнйәрис.

Пейдалы маслахатлар

Йылылыгың, сувуң, энергияның йитгисини нәдип азалтмалы

Гапының йүзүни өртмек. Мунуң үчин дерматин я-да гайышың ерини тутжак башга бир зат, памык я-да пролон хем-де декоратив телпежикли мебеллик чүй герек. Гапыны петледен айрып, ишлемек аматлы болар ялы, оны кеселигине гоймалы. Онсоң гапының ич-даш йүзүнден чыкып дуран әхли деталлары—тутавачлары, ачылып-гулпланян ачарларың өңе чыкып дуран бөлеклерини ве ш.м. айырмалы.

Гапының хайсы тарапа — ичинеми я-да дашына—ачылянлыгына баглылыкда ишиң гидишиниң ики вариантыны хөдүрлемек болар.

Гапы дашына ачылян болса гапының боюндан хем, ининден хем 100 миллиметр артян дерматин бөлеги кесилип алыняр, онсоң шонуң 3 тарапындан 140 миллиметр инлиликде 3 бөлек дерматин дилкавланып кесилип алыняр. Шол дерматин бөлеклериниң бириниң узынлыгы гапының боюна, бейлеки икисиниң узынлыгы болса гапының инине ылайык гелмелидир. Гапының ашак ве ёкары башында памык гоймалы. Мунуң үчин илки билен дилкавланып кесилип алнан дерматин бөлеклерини гапының дегишли тарапларына йүз тарапы ашак болар ялы эдип какмалы. Какылан дерматин бөлеклери гапының гыраларындан 15 миллиметр чемеси ичгин дурмалыдыр. Шол дерматин бөлеклериниң үстүнден өңүнден дүйрленип гойлан памыгы язмалы. Шунда памыгың галыңлыгы 30 миллиметр болмалыдыр. Памыгын үстүнден болса дерматин өртмели. Ондан соң болса гапының гыраларына дүшелен дерматини чекишдирип, үстүнден чүй уруп миграмалы. Шунда памыкдыр дерматин гапы билен гапының чарчувасының арасындакы ышы япар ялы, гапыдан бирнеме артып дурмалыдыр. Шу ишлерден соң гапының тутуш үстүне па-

мык язып, онуң үстүни хем дерматин билен өртмели. Шунда гапының петле тарапындакы дерматин 60 — 80 миллиметр артдырылып гоюлмалыдыр. Шундан соң болса гапының япылян тарапындакы дерматини үстүнден эплэп, мебеллик чүй билен чүйлэп უграмалы. Чүйлери бири-биринден 80—100 миллиметр аралыкдан чүйлемели. Чүйи гапының ёкары ве ашак бөлеклерин-де шейле тертипде урмалы. Иң соңунда гапының петле угрундакы дерматине чүй урмалы. Дүшелен памык сүйшмез ялы, гапының ортасына-да чүй урмалы. Соң болса гапыдан айран энҗамларыңызы дакышдырып, гапыны петлэ гейдирмели. Шу ишлери бирйүзли эдениңизден соң гапының петле тарапында артып галан дерматини мебеллик чүй билен наличниге урмалы.

Гапы ичине ачылян болса башгачарак херекет этмели боляр. Гапының өлчегине ылайыклыкда дерматинден 140 миллиметр инлиликде хем-де гапының чарчувасының боюна ылайыклыкда (гапының өз боюна ылайыклыкда дэл) дөрт саны дерматин бөлегини дилкавлап кесип алмалы.

Гапы япыланда ишиге говы гирер ялы эдип, гапының ашак сөесине памык урмалы. Памыгың үстүнден болса дерматин өртүп, онуң бурчларыны, соң болса дерматин гапының ашакы сөесине урлан памыгың үстүнден дүшер ялы эдип, гапының ашакы сөесине гурлушыкда уланылян чүй чүйлемели. Диңе шундан соң гапының коробкасының икиян узынлыгына хем-де ёкаркы сөесине памык тутуп, онуң үстүнден хем дерматин билен өртүп мебеллик чүй билен чүйлемели. Шонда дерматиниң ёкаркы эпленен гырасы ашакы гырасының үстүнден дүшер ялы эдип чүйлемелидир.

Дерматин я-да йылылык саклайҗы башга бир материал өртүлен гапы диңебир овадан гөрүнмэн, эйсем, өе дашарының гох-галмагалыны етирмейэр хем-де йылылыгың йитирилмезлигине пейда эдйэр.

Әпишгелери җебислемек. Пролон ленталары уланып әпишгелери җебислесеңиз оңат болар. Хоҗалык харытлары магазинлеринде пролон ленталарың дүрли гөрнүшлериниң топлумы сатыляндыр. Әпишгәниң я-да эйвана тарап ачылян гапыларың гыраларына бу ленталары эпишгедир гапы япыланда пэсгелчилик болмаз ялы эдип тутмалыдыр. Пролоны чүйлемек болян дэлдир. Пролоны елимлесеңиз я-да эпишге билен реңкдеш яглы реңк уланып беркитсеңиз оңат болар. Әпишгәниң чарчувасына ювкаҗык эдип елим я-да реңк чалага-да, үстүнден эмай билен пролон чекмели-де, чарчуваның ышыны шол бада япмалы. Әпишгәниң пенҗирелерини хем шунуң ялы эдип җебислемели.

Эгер-де эпишгэни бүтин гышың довамында ачмаҗак болсаңыз, эпишгэни памыкдыр гыркылан кагыз дилкавлары билен хем җебислэп билерсиңиз. Мунуң үчин памыгы эпишгэ-

ниң ышларына дыкып, үстүнден кагыз елмемели. Кагызы обой тутуланда уланылян елим билен елимләп билерсиңиз. Бу иш-де силикат елими уланмагы маслахат бермейәрис, оны сересапсыз улансаңыз айнаны хапаларсыңыз.

Әпишгелериң әхли айнасына әпишге хамырының чалнанлыгыны-чалынманлыгыны барламагы хем ятдан чыкармаң. Хамырың кәбир ери җайрык атан я-да гопан болса—йылылыгың йитирилҗекдиги икучсыздыр. Хоҗалык харытлары магазинлериниң ислендигинде сатылян пластилин кысымдаш әпишге хамырыны уланмак дийсең аңсатдыр. Өзүңизе герек мөчбердәки хамыры кесип алага-да элиңизде говҗа юмшадып, герекли ерине чалың-да, соңундан хем пычак я-да исгене билен язың.

Гышына айналарың йүзи чыгҗармазлыгы үчин, ики гат гойлан чарчуваларың аралыгында ичине үчден бирине чекли мөчберде дуз кислоталы сув гуйлан стаканҗыклары гояйың: ичи дуз кислоталы сувлы шол стаканҗыклар айналарың йүзүндәки әхли артыкмач неми айрар.

Гышда эпишгелериң айналары доңяр. Йүзүни гырав тутан айналар ягтылыгы оңат гечирмейәр. Шонуң үчин хем өйде артыкмач электроэнергия якмалы боляр. Айнаның йүзүндәки гыравы газасаңыз, айнаны дөвмегиңиз мүмкиндир. Иң говусы, сык матаның үстүне аз-овлак нахар дузуны дөкүп, айнаның йүзүни оңатҗа эдип бирнәче гезек сүртечләйиң. Дуз шол бада гыравы «иер», онсоң айнаңыз ене-де ялпылдар дурар. Мунуң башга бир усулы хем бардыр —айнаның йүзүни глицериниң I үлүшине денатуратың 20 үлүши мөчбериндәки гарынды билен сүртечлесеңиз хем болар.

* * *

Газдан пейдаланылышы. Нахар тайярланылмага башланыланда өңи билен питидир нахара атылҗак өнүмлери плитаның янында тайын эдип гоймалы. Диңе шондан соң газы якып, питини одуң үстүнде гоймалы. Питини атараныңызда ялның диллериниң питиниң бөврүни «ялап» дурман, онуң дүйбүни бирсыдыргын гыздырып дурмагына гөзегчилик этмели. Кәбирлери ялның дили узын болдугыча, от габың диварларының көп ерини тутдугыча нахар чалт бишйәндир өйдүп ялңыш пикир эдйәр.

Питиниң ичиндәки сувуклык говы гайнандан соң, оды шол сувуклык ювашҗадан гайнап дурар ялы дереҗә гелинчә песелтмели.

Одуң үстүнде гоюлян гап гаты бир улы болмалы дәлдир. Нахар пес эрңекли, дүйби яйбаң гапда хас говы бишйәр. Халыс улы габы отда гоймазыңыздан озал онуң ашагында йөрите ясалан, бейик гапыргалы халка гоймак герек.

* * *

Газың я-да электрик плитасының духовкасында зат биширмезиңизден озал оны гыздырың, шейтсеңиз тайярлаян иймитиңизиң әхли ери дең бишер. Одуң ялныны биширйән нахарыңызың айратынлыкларына гөрә үйтгедип дурмагы ятдан чыкармаң.

* * *

Сув кранлары, эсасан, ашакдакы ягдайларда сандан чыкяр: краның «телпеги» аша берк товланса соңабака кран сувуң өңүни бөкдәп билмейәр. Краны узак вагтлап уланарын диййсеңиз, онуң телпеҗигини гүйч гөркезмән, эмай биленҗик товлаң.

Барды-гелди кран хатардан чыкаянда-да, оны өзүңиз бежерип билерсиңиз. Шейле ягдайда өңи билен вентилиң көмеги аркалы, крана гелйән сувы кесмели. Вентили гурлушыкчылар, адатча, хаҗатхана отагында гойярлар. Шундан соң краны нурбат товлаян ачар билен товлап ачып онуң ниресиниң дөвлендигини кесгитлемели. Краның дөвүлмегиниң ики себәби болуп билер: я-ха штогуң уҗуна гейдирилйән резин прокладка ийилендир, я-да штогуң хыры гидендир.

Резин прокладканы (оны хожалык харытлары магазининден сатын алып билерсиңиз я-да болмаса галың резин бөлежигинден өзүңиз тайынласаңыз хем болар) тэзелемек кын дэлдир. Тэзе гойлан прокладка тиз сандан чыкмаз ялы хем-де кран йүрегедүшгүнч хыжылап дурмаз ялы прокладканы конус гөрнүшинде тайынлаң.

Штогуң хыры гиден ягдайында кранкы бежермек кынрак боляр, йөне көпленч ягдайда бу дөвүги хем бежермек боляр. Мунуң үчин штогуң ужуна нэме-де болса бир зат, меселем, чүй я-да сим бөлежигини бирикдирип узалтмалы. Соң болса штогуң гирйэн бошлав ерине галайы эредип гуймалы. Шейтсеңиз кран ене эп-эсли вагтлап уландырар.

Совук гапыдан гелмез — **ышдан гелер.**
Чешме башында сувуң гадыры билинмез.

ГЕЙИМЛЕРИМИЗЕ ГӨЗ АЙЛАЛЫҢ

Адама нәмелер герек? Ол затлар онуң ислегини нәхили дережеде канагатландырып билйәркә? Булар ховайы сораглар дәлдир. Бу сораглара нәдогры я-да гүмми-сүммүли җогапларың берилмеги өйде бирмеңзеш задың көп болуп, бейлеки бир задың болса етмезчилик этмегине гетирйәр.

Диймек, нәмелерден угур алып гейим-эшик эдинмели, шунда нәхили принциплерден угур алмалы?

«Адама нәхили эшик герек?» диен сорага умумы формада җогап бермек кын дәл. Адама йылың әхли пасылларында, әхли дурмуш ягдайларында — ишде, спорт билен мешгулланаңда, дынч аланда геер ялы эшик герек.

Элбетде, хер бир адамың өз индивидуал ислеги бардыр. Меселем, кимдир бири гоңшуларында я-да таныш-билишлеринде тәзе көйнеклик мата я-да пальто барлыгы үчин шолары эдинеси гелйәр. Деӊ шертлерде хайсыдыр бир задың өзүнде болмазлыгына хер адам бир хили гараяр. Кәбирлери өз абрайлары барада герегинден артык алада эдип өзлеринде-де «илдәки ялы» болмагы угрунда чыр-чытыр чалышярлар. Бейле адамлар «абрайлы болмак» диен дүшүнҗә ялңыш дүшүнйәрлер. Адамларың ене бир кысымы болса өзлерине айратын бир зерур болуп дурмадык затлары эдинмәге ымтылып хем дурмаяр.

Адамларың ислеглерини көпөйҗүкли эгирт улы күшт тагтасы хөкмүнде гөз өңүне гетирмек мүмкин. Шол күшт тагтасының хер өйҗүги белли бир ислегдир. Шол өйҗүги «япмак» үчин хайсыдыр бир зат я-да хызмат герекдир. Шол өйҗүк япыланда, ягны, бир зат алнанда, шол алнан зат өңки алнан зады гайталаман, эйсем онуң үстүни етирсе говы боляр.

Ислендик зады эдинемизде биз онуң гымматыны диңебир пул билен өлчемән, эйсем шол зат «дүнйә иненде» тебигатын йитирен йитгиси билен өлчемелидирис. Адам тебигатың телекечи, аладачыл хоҗайыны болмалыдыр, тебигатың байлыкла-

рыны пейдаланышы үчин өз дөвүрдешлериниң, ылайта-да несиллериниң өңүнде жогапкәрчилиги дуймалыдыр.

Онда бу ягдайдан нәхили чыкалга тапмалы? Элбетде, хич ким адамлары цивилизацияның газананларындан йүз өвүрмәге, ата-бабаларымызың говакдакы яшайшына доланып бармага чагырмаяр. Бу ерде гүррүң земиниң чәксиз болмадык хазынасындан алнан материаллардан адамзадың эли билен дөредилйән әхли зада аявлы чемелешмек барада гидйәр. Себәби, зат йыгнайжылык, зады шол зады уланмак үчин дәл-де, шол зады йөне бир эдинмек максады билен газанмак — озалы билен тебигатың байлыкларыны бисарпа тутмакдыр. Материаллары хем-де зәхмети бидерек харчламакдыр.

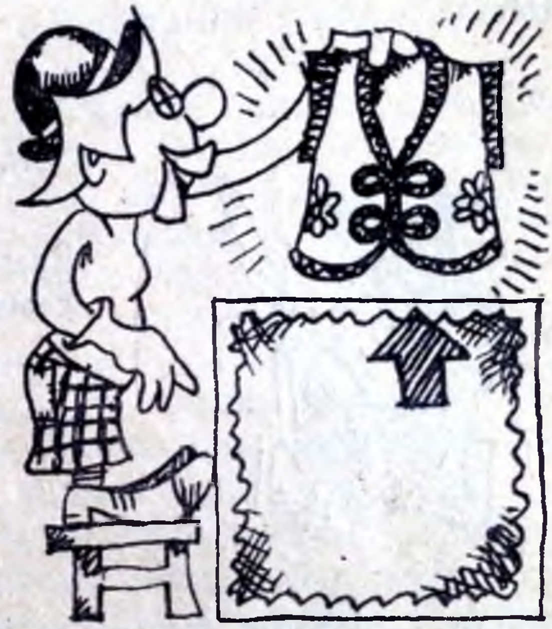
Эмма, гынансагам, даш-төверегимизи гуршап алан затлара аявлы гарамалыдыгымыз барада энтек дийсең аз айдярыс хем-де язярыс. Айтмак велин герек. Муны өңи билен чагалара дүшүндирмели. Олара көрпежелигинден, мекдеп яшындан башлап өзлериниң галташян әхли затларыны аямагы, горамагы өвретмели, ёгсам эййәм якын гелжекде адамзада бу земиниң үстүнде яшамагың, сыпайычылык билен айданымызда, еңил болмажакдыгыны дүшүндирмели.

Соңкы йылларда партиямыз ве хөкүметимиз еңил сенагатың ёкары хилли, модалы өнүмлери гойбермеги артдырмагыны газанмак үчин айгытлы чәрелери гөрйәр. Халкың сарп эдйән харытларының өндүрилишини хем-де хызмат сферасыны өсдүрмек барада 1986—2000-нжи йыллар үчин Комплекслейин программа

кабул эдилди. Шейле программа илкинҗи гезек ишленип дүзүлди ве бу программа совет адамларының ызыгидерли өсйән ислеглерини канагатландырмага гөнүкдирилендир.

Оңат затларың, хусусанда гүррүңини эдйән гейим-эшиклеримизиң йыл-йылдан көп болҗакдыгы гүррүңсиздир. Бу, элбетде, мөхүм зат. Йөне өзүмизде шол эгин-эшиклере догры гарайшы тербиелэп билмегимиз хас мөхүмдир.

Элбетде, геййән гейим-геҗимиң барада, яшайшыңы еңиллешдирмек, абаданлашдырмак, бош вагтыңы гызыклы гечирмэге ярдам эдйән предметлери эдинмек барада аладаланмалыдыгына сөз болуп билмез. Йөне шунда чениңи билмели, зат эдинмегиң мундан аңрык гечилмели дэл чэгини дуймалы.



Биз зат сатын аланымызда оны нэче вагтлап уланып билҗегимизи хернэче хасапласагам, иру-гич шол зат көнелйэр, гөркүни йитирйэр, модадан гачяр. Йөне сиз шол зады зыңмага ховлукмаң. Фантазияңыза бирнеме бат берсеңиз, көнелен зады уланмага азда-кэнде чалышсаңыз көнелен, модадан чыкан затдан тэзесини ясап, тикинип билерсиңиз. Герекмеҗек затлары дүйпсүз сандыклардыр габаралы шкафларда саклап йөрмегиң гереги ёк. Узак сакланыңыз билен олар дереге ярасы ёк. Бейле затлары комиссион магазинлере табшырсаңыз пайхаслылык этдигиңиз болар. Гепиң гердишине гөрэ айтсак, соңкы йылларда шейле магазинлериң саны эп-эсли көпелди. Мундан башга-да бу магазинлерде тэзе дүзгүн гиризилди: табшырян эмлэгиниң гымматыны

эеси кесгитлейәр, йөне онуң кесен бахасы шол задың илкибашкы бахасындан ёкары болмалы дәлдир. Табшырылян эмләгиң гыйматыны кесгитлейҗи йөрите адамлары эмләк эеси өйүне чагырып хем билйәр (хызматың бу гөрнүшинден көп шәхерлериң яшайҗылары пейдаланяр).

Көне газетлери, журналлары, картон бөлеклерини зыңмага хем алңасамаң, сиз олары тәзе, гызыклы китап билен чалшып билерсиңиз.

Йөне шу ягдайларда пейдакешлик дүшүнҗесинден угур алмаң. Ашакдакы саны берк ятда саклаң, уланылан кагызың бир тоннасы 4 кубометр агаҗың өвезини тутяндыр, уланылан кагыз икинҗи гезек ишленилип чыкарыланда сув хас аз сарп эдилйәр, бизиң дем алян ховамыз болса хапаланмаяр диен ялыдыр.

Гепиң келтеси, өз өйүң хем, юрдуң хем хакыкы эеси болмалы.

Өкде адамың гечйән сапагы

Хем-ә модалы, хемем аматлы

«Хорматлы» шкаф барадакы сөхбетимизе биз Халкың көп уланян харытларына илатың ислегини өврениш ве сөвда конъюктурасы боюнча бүтинсоюз ылмы-барлаг институтың (ИҚБЫБИ) сектор мүдири, ыкдысады ылымларың кандидаты А. А. Цветкованы чагырдык.

—Дурмушда уланян эмләклеримизиң структурасы барада нәхили тенденциялар гөзе илйәр?

—Элбетде биз геййән эгин-эшиклеримизи тәзеләп дурмак барада аладаланмагымызы довам этдирйәрис, йөне инди гейим-геҗим аланымызда онуң хилине хем-де дүрли-дүрли болмагына хас көп үнс берйәрис. Бизиң гейим-геҗимлеримизиң ичинде универсал эшиклериң — жакетлериң, пенҗеклериң, свитерлериң, курткаларың, җалбарларың, җемперлериң удел аграмының артянлыгы шонуң үчиндир. Шол эшиклери бири-бири билен утгашдырып гейип биз гейимлеримизиң дүрли-дүрли болмагыны газанярыс, оларың функционал, эстетик ве бейлеки хәсиетлерини хас долы уланярыс.

Я-да болмаса ашакдакы ягдайы алып гөрелиң. Ики дынч гүнүниң гиризилмеги бизиң геййән эшиклеримизиң дүзүмине шобада тәсир этди. Инди эгин-эшиклеримизиң ичинде дынч алян вагтымыз, спорт, туризм билен мешгулланян вагтымызда гейилйән гейим-геҗимлер артды.

Кем-кемден, хатда муны өзүмиз хем дуйман, биз геййән геймлер топлумымызы рационаллашдырярыс. Харыт сатын алҗак боланымызда онуң максадалайыклыгына, комплекслейинлигине хем-де бири-бирини чалшырып билҗеклигине барха көп үнс берйәрис. Шкафың ичиндәки ишиклер өз уланылмалы максадына гөрә— гүнделик-иш эшигими, той эшигими, өй эшигими, спорт билен мешгулланыланда гейилйән эшикми, дынч алнанда гейилйән эшикми — шу ягдайлара баглылыкда барха пархландырыляр хем-де такыкланяр.

—Гейим-гежимлеримизиң хем-э аша көп болмазлыгыны хемем шол боланҗасының моданың талапларына лайык гелмегини нәдип газанмалы?

—Соңкы йылларда ёкары хилли, модалы эшиклери өндүрмек барасында көп ишлер эдилди. Оңат затлар, хусусан-да, бизиң ислеглеримизи канагатландырып билҗек эгин-эшиклер йылгелдигиче көп болар. Йөне шу шертлерде-де өзүмизде шол затлара догры гарайшы тербиелемегимиз өрән мөхүмдир. Бизиң өз гейҗек эшигимизе, өймүзиң безелишине талапларымыз гүн-гүнден артяр. Бу, элбетде, оңат зат. Эмма шу ерде бир зат бизи иңкисе гойяр: кәбир адамларың болшы гөйә ким көп зат эдинмешек ярышына гойберлене меңзейәр. Олар хер бир затда чен-чакың барлыгыны ятдан чыкаряр.

Бу кысым адамларда әхли зат — гейим-гежимем, радиоаппаратура-да, китабам бар. Йөне оларың шол сатын алан затлары, төвереклерине үйшүрен затлары олара хызмат этмейәр. Олар диңе эмләк йыгнамак ниети билен эдинилен затлардыр. Бейле адамлар «абрай» диен дүшүнҗә терс, ырга дүшүнйәрлер, олар галп абрай үчин ковалашярлар.

Элбетде, үст-башыңа серенжам бермек, яшайшыңы эшретлендирмек дынч вагтыны онат, гызыклы гечирмәге ярдам эдйән предметлери эдинмек барада аладаланмалы. Йөне хер бир затда беллибир чәкден гечмели дәлдигини ятда сакламалы. Ишиң дүйп манысы шундан ыбаратдыр.

Адамда бейлеки бир адамларың ягшы-у-яман гөрелдесине эермек мейли гүйчли өсендир, йөне шол мейиллер элмыдама оңат нетижелере гетирип дуранок. Шахсыетиң ызыгидерли хем-де түкениксиз кәмиллешйән хер бир этабында анализләп, деңешдирип гөрмек, шолардан нетиже чыкармагы башармак талап эдилйәр. Бу хәсиетлер эшик сайланыланда-да зерурдыр. Геййән гейимиңе дүшүнжели гарамак үчин, среда гарашлы болмазлык үчин өз-өзлүгини сакламага чалышмалы. Йөне бейле дийилдиги, средань әсгермели дәл, эденини эдибермели дийилдиги дәлдир. Диңе төверегиндәкилери сылан вагтың, ёка-

ры медениетлилигиң етик боланда өз-өзлүгиңи саклап болар. Моданың ол я-да бейлеки өвүсгининиң өзүңе гелишжегине-гелишмежегине гараман, мода акылсыз-башсыз чапмак болмаз. Мода догры дүшүниленде хем-де догры уланыланда ол адамың гөркүне гөрк гошяр, онуң эстетики ислеглерини канагатландыряр.

Соңкы йылларда «гейинмек медениети» диен дүшүнже «гейим медениети» диен дүшүнже билен барха көп чалшырыляр. Бу дүшүнжелериң манысы бир дәлдир. Биринжи дүшүнже гейинмегиң диңе эстетики тарапларыны, гейим сайлап билмек хем геймек башарныгыны аңладян болса, икинжи дүшүнже ёкаркы агзаланлар билен бирликде ахлак, этики нормалары хем өз ичине аляр. Эшик дүйп мазмун, адамларың рухы дережеси барада хабар берип билер. Элбетде, бизиң әхлимиз эшигиң мүмкин болдугыча көпрәк говы затлар барада хабар бермегини ислейәрис. Социалистик умумыяшайжылыгың рухы адам барадакы алада югрулландыр. Бизде шахсыетиң хербап өсмеги үчин әхли шертлер дөредилйәр. Шу ерде Чеховың: «Адамың әхли зады — йүзи-де, эшиги-де, рухы-да, пикирлери-де ажайып болмалыдыр» диен мешхур сөзлерини ненең ятламажак.

Өйүң җейванысына ятлатмалар

Гейимдир аякгабы нәдип арассаламалы

Дурмушда уланян бейлеки предметлеримиз ялы, гейим-гежимлер хем өзлерине аявлы гаралмагыны талап эдйәр. Бу, элбетде, умумы талапдыр. Йөне геййән гейимлеримизиң дашкы гөркүни сакламага ярдам эдйән тилсимжиклер хем бардыр.

Оңат, тәзе диен ялы эшигиң бир ерине деген тегмилди айрып билмейәнимиз үчин оны зынмакчы болан халатларымыз сейрек болан дәлдир. Хакыкатда болса ислендик тегмилди диен ялы айрып боляндыр. Шу барада сизе бирнәче маслахат бермекчи.

Эшиклериң ялдырап дуран ерини, меселем, җалбарың дыз ерлериниң, костюмың тирсек ерлериниң ялдырдысыны айырмак үчин шол ерик аз-овлак кашатыр спирти гошулан бензине өлленен мата бөлегини сүртмели. Соңундан болса шол ерини чөвре йүзүнден үтүкләп, чыглы ягдайында эгинлиге гейдирип гоймалы. Гейимлериң ялдыраян ерлерини сиркә батырылан чотга билен хем айрып боляр. Эшигиң ялдыраян ери оңат чотгаланандан соң, шол ерини бир бөлек мата билен тә гураянча сүпүрмели-де, эшигиң үстүнден башга бир мата гоюп дүзүв тарапындан үтүклемели.

Махмал. Сув махмалы заялаяр. Ювуландан соң махмалың гөрки гачяр, өвүшгики өчйәр. Өңүнчә махмалы арасса гуры чотга билен тәмизлемели (бу ишде тозан соружы машын улансаңыз хасам говы болар). Шундан соң оны бензине өлленен мата бөлеги билен сүпүрмели. Сүпүрен ериңиз гурандан соң махмалы крахмалланман диңе денатура өлленен нах мата бөлеги билен ене бир гезек сүпүрлип чыкмалы.

Махмалың үпүрҗигини галдырмак үчин, оны бирнәче минутлап буга тутмалы. Шунда махмала сув дегмезлигине эсеван этмелидир, себәби сувуң деген ериниң тегмилт болуп дурмагы мүмкиндир. Буга тутаныңыздан соң махмалы гурадып, гатаңсы чотга билен үпүрҗигиниң терсине тарап тә өвшүн атянча чотгаламалы.

Фетр. Фетри тальк билен арассаламалы.

Фетрден (юмшаҗык кечеден) тикилен шляпаны дең ярысы нашатыр спиртли сува өллемели. Шляпаны шол гарында батырылып сыкылан сык мата билен тәмизлемели. Илки билен шляпаның дашыны, соңундан болса ичини тәмизлемели. Эркек адамларың геййән шляпасының ич йүзүндәки гайыш лентаҗыгы ацетона батырылан мата бөлеги билен тәмизлесеңиз говы болар. Фетри мыжжык эдип өллемели дәлдир, говусы, оны мата бөлеҗиги билен оңат эдип тәмизләйиң. Шейдениңизден соң башга бир арасса мата бөлегини алып тә гураянча шляпаны сүпүриң. Шундан соң шляпаны оңат гураянча полотенцаның үстүнде гоюң. Гурандан соң болса юмшак чотга билен чотгалаң.

Багана. Багана ичмеги өңинчә усуллык билен силкишдирмели-де, соңундан хем бензине батырылан чотга билен арассаламалы.

Ак баганаларың түйүниң саралмазлыгы үчин, ичмеги водородың перекиси гарылан сув (бир литр сува нахар чемчеси водородың перекисини гошмалы) билен арассаламалы. Түйи саралан баганалары арассаламакчы болсаңыз сува водородың перекисини көпрәк гошуң. Йөне бейле ягдайда дерә зыян етирмезлик үчин багананың түйүниң диңе йүзүни арассалаң.

Чернил. Үстүне чернил дөкүлен эшигиңизе середип улудан дем алан пурсатыңызы ятлаң. Эмма булар ялы ягдайда гынаныл отурмагың хаҗаты ёкдур. Буҗагаз шовсузлыгы дүзетмек болар.

Эшигиң тәзеликде чернил деген ерини отаг температурадакы сува бирнәче гезек ювуң-да (сувы бәш-алты гезек чалшырың), тегмил деген ерини тәзеҗе лимон ширесине я-да сува эзилен лимон кислотасына өлләң. Мунуң үчин туршуҗа отуң кислотасыны пейдалансаңыз хем болар. Тегмил деген ери ёкарда агзалан кислоталара бирнәче минутлап батырып сыканыңыздан соң арасса сувда дурлаң.

Акварел хем-де яглы реңклер. Хер бир чага дөредиҗилик ишине башы билен берлен зехинли суратчы болса герек. Пер-

зендиниң чекен нобатдакы суратына середйәк эне көрпәниң көйнегинде пейда болан «тәзе» сураты хем гусса билен сынлаян болса герек. Бу ягдая-да гынаныл отурмагың хажаты ёкдур. Акварел реңки дегип заяланан матаны отаг температурасындакы сува бирнәче гезек чүмдүрип чыкараймалы. Яглы реңкиң тәзе дүшен тегмиллерини скипидар я-да арассаланан бензин билен айырмалы. Яглы реңкден галан тегмиллери 4 үлүши спирт, 3 үлүши сувук сабын, I үлүши нашатыр спирти (4 чай чемчеси сува 1 чай чемчеси нашатыр спиртини гошмалы) болан гарынды билен хем айрып болар.

Чай. Чайдан галан тегмилди спирт гошулан сув билен (гарындының 2 үлүши сув, I үлүши спирт болмалы) айырмалы я-да матаны жамың үстүнде язгын тутуп гайнаг сув чүвдүрими билен айырмалы. Чайдан галан тегмилтлери тәзелигинде айырмалы.

Кофе. Кофе тегмилтли зыгыр я-да нах матаны сабынламалы-да гайнаг сувуң ичине атып, тә тегмилт айрылянча ене-де гайнатмалы. Йүң хем-де йүпек маталарың кофе тегмилди деген ерлерине нашатыр спирти гошулан (1 литр сува бирнәче чай чемчеси нашатыр спирти) сабынлы сува эзилен мата бөлежигини сүртмели. Соңундан шол эшиги тутушлыгына ювмалы. Үстүнден вагт гечен тегмилтлери I чай чемчеси глицерин, I чай чемчеси сув хем-де бирнәче дамжа нашатыр спирти гошулып тайярланян гарында өллемели. Тегмилт йитенден соң онуң ерини гызгын сув билен ювмалы.

Хер бир гыкындыны уланмалы

Бирнәче йыл бәри «Советская торговля» газетинде «Гыкынды» клубы — бөлүми алнып барыляр. Бу клубың членлери өй хожалыкчы аяллара маталарың гыкындыларыдыр йүплүклериң галындыларындан хер дүрли затлары тикмеги хем өрмеги өвредйәр. Гепиң келтеси, клубың членлери хер бир гыкындыны пейдаланмагы текип эдйәр. Инде, шонуң үчин хем гейилмеден галан я-да модадан чыкан гейим-гежимлери: көйнеклери, сумкалары, элликлери, хатда өрме жораплары-да зыңмага я-да летде хөкмүнде уланмага ховлукмаң. Олардан дүрли-дүрли овадан хем пейдалы затлары тайынламак мүмкиндир. Шейлеликде, сөз нобаты «Гыкынды» клубына гатнашыжыларыңкы.

* * *

Шкафдакы геймлери гөзден гечирениңизде биреййәмлер модадан чыкан, йөне хәзирем гөркүни йитирмедик «болонья» плащында энчеме гезек гөзүңиз эгленен болса герек. Инди ол плащ гейленок, зыңмага-да дөзеңизок. Онда нәтмели? Элиңизе

гайчыдыр иңңе-сапак алага-да көне плащы эңтеклер уландырҗак тәзе затлара өвүрмели.

Шейле плащы уланмагың иң йөнекейҗе хем-де практики усулы оны гөтермеси еңил, аматлы хем-де сув гечирмейән хоҗалык сумкаларына өвүрмекден ыбаратдыр.

* * *

Кагыздан диаметри такмынан 25 сантиметр болан тегелек кесип алмалы. Оны ортасындан бөлүп секиз саны дес-деңң дан кесип алмалы. Шол данларың бирини алярыс-да, ёкаркы учҗагазыны (I сантиметр) кесип айырярыс хем-де ашак этегини бирнеме даралдярыс (хер даның ашак этегини 0,5 сантиметр чемеси даралтмалы). Шондан соң секиз дүрли матадан дан кесип алмалы. Кесип алан данларымызы сумканың хер гапдалына айратынлыкда реңклери гезеклешдирип тикйәрис. Сумканың хер гапдалының эдил ортарасына дашыка мата чекилен илик дакярыс. Илигиң дашына чекилен мата илигиң дүшек ери билен реңкдеш болмалыдыр. Картондан ярымай гөрнүшинде кесилип алнан «гашҗагазың» хем дашына мата чекип сумканың даш тарапына тикйәрис. Сумканың гапдалларыны телетин тасмаҗыклар аркалы чөвре йүзүнден бирлешдирйәрис (шол телетин тасмаҗыклар «гашҗагазың» ашак тарапына чатылмалыдыр, онсоң хем телетин бөлеҗиклерини бири-бирине сеплешдирип тасмаҗык тайынлап билерсиңиз). Шундан соң сумка ичлик тикйәрис, «йылдырым» илгенчегини дакярыс. Сумканы дүзүв ерине чөвүрйәрис-де, онуң бир гапдалына ики саны илик дакып, шол иликлере инсизҗе декоратив гайыш беркидйәрис. Шол иликлере, сумканы герденинден саллап гөтермек аматлы болар ялы, узын кемер хем беркидйәрис.

* * *

Тикин-чатындан галан гыкындылары, гейилмеден галан трикотаждан костюмлары мата дүшеҗиклере өвүрмек мүмкиндир.

Гыкындылары лента гөрнүшинде кесишдирип узынлыгына язышдырып гоюң. Ленталары бири-бирине тикиң. Шейлеликде, сиз уҗы ганырчаклы ёгын чишиң көмеги билен ашханадакы стулларыңызың үстүни өртер ялы, дәлизде аяк астына дүшәр ялы, итиң ашагына дүшәр ялы дүшек өрмәге материал эдиндиңиз. Бу дүшеклери ислендик формада — тегелек гөрнүшде-де, инедөрдүл гөрнүшде-де, гөнибурчлы гөрнүшде-де өрүп билерсиңиз.

Драпдан я-да сык маталарың башга бир гөрнүшинденем гөзе якымлы дүшеҗик өрүп болар. Мунуң үчин матадан 4 сантиметр диаметрли тегелеҗиклер гыркышдырың, тегелеҗиклери дүрли-дүрли маталардан гыркып алсаңыз хас говы болар.

Дүшегиң дүшеклигини сүйнмек я-да тегелек гөрнүшде бичиң. Гыкындылардан йүкүң үстүнде безег үчин гоюлян яссыжаклара дашлык хем тикип боляндыр.

* * *

Дабаны гиден узынгонч капрон жораплардан ужы гаңырчаклы ёгын чишиң көмеги билен, аякгабыңы сүпүрип гечмек үчин, ишикде гоюлян дүшек өрүп боляр. Шол жорапларың хер тайыны толкун гөрнүшинде дилкавлап кесишдирип, олары хем бири-бирине сеплешдирәге-де, юмак эдип сарамалы. Шол материалдан 40x50 сантиметр размерли дүшежик өрүп болар. Шейле дүшежик узак уландырар, себәби онуң материалы берк, дүшегиң өзүни ювмак хем хич хили кынчылык дөретмейәр.

Шейле усул билен гап-гач ювмакда уланмага дийсең аматлы болян, 8x10 сантиметр размерли сүртевач хем тайынлап боляр. Йөне сүртевач өржек гыкындыңыз хас инсиз, чишиңиз хем хас инче болмалыдыр. Шол сүртеважың ичине бир бөлежик сабын дыксаңыз ашхана мебеллерини хем-де холодильниги аңсатлык билен тәмизләп билерсиңиз. Йөне сүртеважың ичине салманканыз, сабын бөлежигиниң дашына-да говшаграк эдип капрон орамагы ядыңыздан чыкармаң.

* * *

Гезеленже гидениңизде яныңыз билен гөтермәге болжак йыгналян бедре эдинмек ислейәңизми?

Шейле бедрәни брезент бөлежиклеринден я-да көне плащдан тайярлап билерсиңиз. Мунуң үчин өңи билен херси 4 миллиметр аралыкдан кесилен үч саны сим гуршав тайынлалың. Шондан соң шол гуршавларың размери боюнча тегелек дүйпли халта тикелиң-де, онуң ич йүзүне шол гуршавлары беркиделиң. Инди болса тайын болан бедрәмизе тутавач эдәге-де гезеленже гидибермек галяр.

* * *

Көне, герекмежек зат хөкмүнде зыңмакчы болян овунжак хер бир задыңызың тикин-чатын ишлеринде герек болаймагы мүмкиндир Меселем, уланан помадаңызың габына хек бөлежигини беркидип, оны мата бичениңизде пейдалансаңыз элиңиз хапаланмаз. Көне клеёнканы бичен геймлериңизиң үлңиси дерегине улансаңыз, олар кагыз үлңилерден хас узага гидер.

Бары-ёгы ярым сагадың ичинде

Чагадан чыкан курткажыгың я-да комбинезоның размерини улалдып болар. Мунуң үчин дабаны гидип, инди ямамак мүмкин болмадык йүң жорабың адатча битин дурян гончларыны кесип алың-да, кесилен тарапыны комбинезоның я-да курткаңың

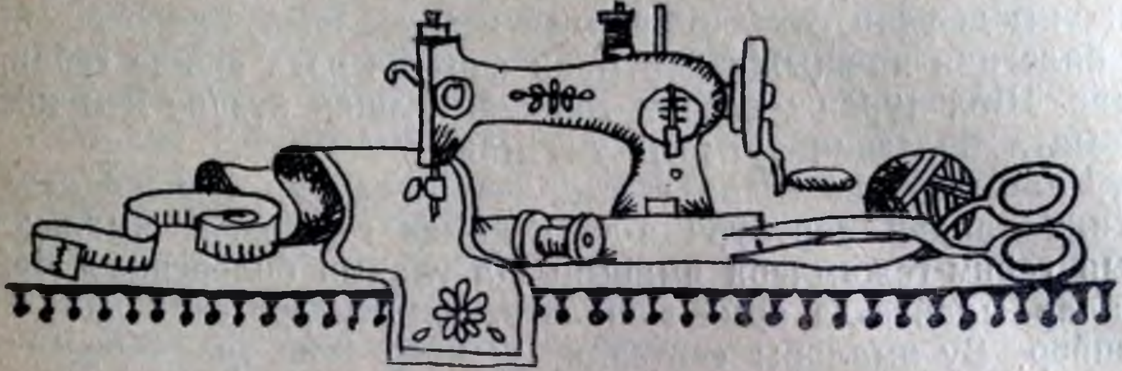
еңлериниң ужуна тикиң. Шейле этсеңиз чаганың гошарларыны гысып дуран өрме еңучлыжа курткажык ене-де эп-эсли вагтлап гейдирер. Чага жалбарларының гончларыны хем шу усул билен узалдып билерсиңиз.

... Дабаны гиден аяклы чага балажыкларының гончларыны кесип айырсаңыз оңатжа түрсижек тайын болар. Түрсижегиң гончларының ашагына ачык реңкли инсизже мата чекәйиң.

...Чага эмедеклейән дөврүнде гейдирилйән балажыкларың гонжуны дыздан сәхелче ёкардан кесип айрып, оларың ёкаркы бөлегини яп-яңыжа йөремәни өвренен чага ене-де гейдирип болар. Шол түрсижеклериң гонжуның ашак йүзүне хем инсизже мата бөлегини тутмагы унутмаң.

...Уланылмадан галан гайыш сумкалардан, элликлерден, ботинкалардан дөртбурч я-да сүйнмек гөрнүшде ямалыклар алып гейим-гежимлери яманыңызда уланып билерсиңиз. Бейле ямалар ылайта-да өрме эшиклере, жемперлере салнанда гелишйәр. Бу ямалары свитердир жемперлериң тирсеклери гит-

мәнкә салсаңыз хем болман дурмаз. Хәзиркизаман модасы чагаларың ве улуларың геймлерине салынян шу хили декоратив ямалара дийсең гечиримли гараяр. Оглуңызың җинсисиниң дызлары гидип угран ягдайында-да гайыш яма салып билерсиңиз.



ӨЗҮҢ БЕЖЕР, ӨЗҮҢ ЯСА

Адам хожалыкда дүрли-дүрли ишиң башына бармалы боляр. Ине, меселем, нәмедир бир зады чүйлемели, дивардан бурма чүй гечирмели, дивара обои елмемели, әпишгелериң чарчуваларыны реңклемели. Хызмат битирйән уссахана айдып гечдигиң я-да болмаса бейтмәге-де ялтаныпң, җаң этдигиң уссалар өйңүзде хәзир боляр-да, сәхелче пула сизиң мөхүмиңизи битирип гидйәр. Бу ишлер үчин алада-да этмели дәл, келләңем агыртмалы дәл.

Әлбетде, шейле этсең хем болман дурмаз. Юрдумызда илата дурмуш хызматыны эдйән кәрханаларың сети, илата хөдүрленйән хызматларың гөрнүшлери, хызмат эдилишиниң хили барха ишжең өсйәр. Халкың сарп эдйән харытларының өндүрилиши ве хызматлар сферасыны өсдүрмегиң 1986—2000-нжи йыллар үчин комплекслейин программасында диңе төлегли хызматларың мөчбери 2 эсседен хем көп артмалы.

Шонда-да, хожалыгы тыгшытлы доландырмак, чиг малы, материаллары аявлы пейдаланмак барада гүррүң эдиленде тумбочканың гапысы гопаны үчин усса чагырмак, иң яманы хем оны зибил дөкүлйән ере ташламак зерурмыка диен сорагы өзүмизе берип гөрмелидирис. Себәби шол тумбочка оңат хилли агачдан тайярланан ахыры, онуң запаслары болса бизиң токая бай юрдумызда-да түкениксиз дәлдир. Онсоңам шол тумбочканы ясамага көп адамларың зәхмети сиңдирилендир, электроэнергия, сув, йылылык сарп эдилендир. Галыберсе-де, шол тумбочка үчин пулуңыз чыкандыр ахыры. Ол диен көп болмаса-да шол пулы сиз өз машгала бюджетиңизден бөлүп алансыңыз.

Бу айдылан затларда хич хили тәзелик ёк: энтек уландырҗак затлары зибилхана зыңмалы дәлдигини бизиң әхлимиз чагалыкдан бәри билйәрис. Йөне, гең ери, муны билмесине билйәрис-де, ене өңки эндигимизи довам этдирйәрис. Специалист-

ӨЗҮҢ БЕҖЕР, ӨЗҮҢ ЯСА

Адам хоҗалыкда дүрли-дүрли ишиң башына бармалы боляр. Ине, меселем, нәмедир бир зады чүйлемели, дивардан бурма чүй гечирмели, дивара обои елмемели, эпишгелериң чарчуваларыны реңклемели. Хызмат битирйән уссахана айдып гечдигиң я-да болмаса бейтмәге-де ялтаныл, җаң этдигиң уссалар өйңүзде хәзир боляр-да, сәхелче пула сизиң мөхүмиңизи битирип гидйәр. Бу ишлер үчин алада-да этмели дәл, келләңем агыртмалы дәл.

Элбетде, шейле этсең хем болман дурмаз. Юрдумызда илата дурмуш хызматыны эдйән кәрханаларың сети, илата хөдүрленйән хызматларың гөрнүшлери, хызмат эдилишиниң хили барха ишжең өсйәр. Халкың сарп эдйән харытларының өндүрилиши ве хызматлар сферасыны өсдүрмегиң 1986—2000-нҗи йыллар үчин комплекслейин программасында диңе төлегли хызматларың мөчбери 2 эсседен хем көп артмалы.

Шонда-да, хоҗалыгы тыгшытлы доландырмак, чиг малы, материаллары аявлы пейдаланмак барада гүррүң эдиленде тумбочканың гапысы гопаны үчин усса чагырмак, иң яманы хем оны зибил дөкүлйән ере ташламак зерурмыка диен сорагы өзүмизе берип гөрмелидирис. Себәби шол тумбочка оңат хилли агачдан тайярланан ахыры, онуң запаслары болса бизиң токая бай юрдумызда-да түкениксиз дәлдир. Онсоңам шол тумбочканы ясамага көп адамларың зәхмети сиңдирилендир, электроэнергия, сув, йылылык сарп эдилендир. Галыберсе-де, шол тумбочка үчин пулуңыз чыкандыр ахыры. Ол диен көп болмаса-да шол пулы сиз өз машгала бюҗетиңизден бөлүп алансыңыз.

Бу айдылан затларда хич хили тәзелик ёк: энтек уландырҗак затлары зибилхана зыңмалы дәлдигини бизиң әхлимиз чагалыкдан бәри билйәрис. Йөне, гең ери, муны билмесине билйәрис-де, ене өңки эндигимизи довам этдирйәрис. Специалист-

ӨЗҮҢ БЕЖЕР, ӨЗҮҢ ЯСА

Адам хожалыкда дүрли-дүрли ишиң башына бармалы боляр. Ине, меселем, нәмедир бир зады чүйлемели, дивардан бурма чүй гечирмели, дивара обои елмемели, әпишгелериң чарчуваларыны реңклемели. Хызмат битирйән уссахана айдып гечдигиң я-да болмаса бейтмәге-де ялтаныпц, жаң этдигиң уссалар өйңүзде хәзир боляр-да, сәхелче пула сизиң мөхүмиңизи битирип гидйәр. Бу ишлер үчин алада-да этмели дәл, келләңем агыртмалы дәл.

Элбетде, шейле этсең хем болман дурмаз. Юрдумызда илата дурмуш хызматыны эдйән кәрханаларың сети, илата хөдүрленйән хызматларың гөрнүшлери, хызмат эдилишиниң хили барха ишжең өсйәр. Халкың сарп эдйән харытларының өндүрилиши ве хызматлар сферасыны өсдүрмегиң 1986—2000-нжи йыллар үчин комплекслейин программасында диңе төлегли хызматларың мөчбери 2 эсседен хем көп артмалы.

Шонда-да, хожалыгы тыгшытлы доландырмак, чиг малы, материаллары аявлы пейдаланмак барада гүррүң эдиленде тумбочканың гапысы гопаны үчин усса чагырмак, иң яманы хем оны зибил дөкүлйән ере ташламак зерурмыка диен сорагы өзүмизе берип гөрмелидирис. Себәби шол тумбочка оңат хилли агачдан тайярланан ахыры, онуң запаслары болса бизиң токая бай юрдумызда-да түкениксиз дәлдир. Онсоңам шол тумбочканы ясамага көп адамларың зәхмети сиңдирилендир, электроэнергия, сув, йылылык сарп эдилендир. Галыберсе-де, шол тумбочка үчин пулуңыз чыкандыр ахыры. Ол диен көп болмаса-да шол пулы сиз өз машгала бюжетиңизден бөлүп алансыңыз.

Бу айдылан затларда хич хили тәзелик ёк: энтек уландыржак затлары зибилхана зыңмалы дәлдигини бизиң әхлимиз чагалыкдан бәри билйәрис. Йөне, гең ери, муны билмесине билйәрис-де, ене өңки эндигимизи довам этдирйәрис. Специалист-

ӨЗҮҢ БЕЖЕР, ӨЗҮҢ ЯСА

Адам хожалыкда дүрли-дүрли ишиң башына бармалы боляр. Ине, меселем, нәмедир бир зады чүйлемели, дивардан бурма чүй гечирмели, дивара обои елмемели, әпишгелериң чарчуваларыны реңклемели. Хызмат битирйән уссахана айдып гечдигиң я-да болмаса бейтмәге-де ялтаныл, җаң этдигиң уссалар өйңүзде хәзир боляр-да, сәхелче пула сизиң мөхүмиңизи битирип гидйәр. Бу ишлер үчин алада-да этмели дәл, келләңем агыртмалы дәл.

Элбетде, шейле этсең хем болман дурмаз. Юрдумызда илата дурмуш хызматыны эдйән кәрханаларың сети, илата хөдүрленйән хызматларың гөрнүшлери, хызмат эдилишиниң хили барха ишҗең өсйәр. Халкың сарп эдйән харытларының өндүрилиши ве хызматлар сферасыны өсдүрмегиң 1986—2000-нҗи йыллар үчин комплекслейин программасында диңе төлегли хызматларың мөчбери 2 эсседен хем көп артмалы.

Шонда-да, хожалыгы тыгшытлы доландырмак, чиг малы, материаллары аявлы пейдаланмак барада гүррүң эдиленде тумбочканың гапысы гопаны үчин усса чагырмак, иң яманы хем оны зибил дөкүлйән ере ташламак зерурмыка диен сорагы өзүмизе берип гөрмелидирис. Себәби шол тумбочка оңат хилли агачдан тайярланан ахыры, онуң запаслары болса бизиң токая бай юрдумызда-да түкениксиз дәлдир. Онсоңам шол тумбочканы ясамага көп адамларың зәхмети сиңдирилендир, электроэнергия, сув, йылылык сарп эдилендир. Галыберсе-де, шол тумбочка үчин пулуңыз чыкандыр ахыры. Ол диен көп болмаса-да шол пулы сиз өз машгала бюҗетиңизден бөлүп алансыңыз.

Бу айдылан затларда хич хили тәзелик ёк: энтек уландырҗак затлары зибилхана зыңмалы дәлдигини бизиң әхлимиз чагалыкдан бәри билйәрис. Йөке, гең ери, муны билмесине билйәрис-де, ене өңки эндигимизи довам этдирйәрис. Специалист-

лер хожалыкда уланылман ташланылян гаты ташландыларын 20—25 процентиниң кагыздыгыны, 2—3 процентиниң реңкли хем гара металлардыгыны, 1,5—2,5 процентиниң пластмассалардыгыны, 4—6 процентиниң болса айнадыгыны хасаплап гөрдүлер. Зибилхана ташланылян хер дүрли агачларың— мебел я-да холодильник гапланан, ёнулмадык узынжа тагталардан башлап энтек уландыржак оңат тагталара, плиталара, фанералара ве ш. м. ченли агачларың саны-сажагы ёк. Бу затларың әхлисини акыллы-башлы пейдалананда ислендик квартирада, бакжада гурлан өйде уланып болжак пейдалы зада өвүрмек кын дәлдир. Гепиң келтеси, шол агач бөлеклери адамлара ене көп вагтлап хызмат эдип билжек.

Шу ерде элиң ашагындакы материаллардан хер дүрли зат-жагазлары ясамагың диңе бир өй ыкдысадыети үчин пейдалы болман, эйсем чагаларда зәхмет эндиклерини кемала гетирмәгеде оңат мүмкинчилик берйәндигини ятдан чыкармалың. Чагалар улулара көмеклешип өзлериниң гелжекки өнүмлерини конструирлемекде, сурат чекмекде хем-де чызувда, дурмушда уланылян техниканы ремонт этмекде гүйчлерини сынамага мүмкинчилик тапярлар. Хер бир адамда рендедир чекич, нагыш салян пычгыжыкдыр исгене, иңңедир гайчы билен иш салышмак башарныгының болмагының зерурдыгыны хем-де пейдалыдыгыны дүшүндирип отурмагың зерурлыгы бир бармыка? Адама «ол чүй хем уруп билеңок ахыры» дийлип хәсиетнама берилмеги хич хачан хем өвги болан дәлдир вели, бизиң гүнлеримизде-хә хасам ере сокужыдыр.

Өйүң овнук ремонтының аглабасыны, мебелиң кәбир деталларыны хызмат гуллугының көмегини пейдаланман өзүмиз эдип билжек ахыры. Биринжиден-ә, гапдалда сынчы болуп дурандан өзүң бир затлары ясасаң хас гызыклы боляр. Икинжиден хем бейтмек машгала бюджетини тыгшытлаяр. Элбетде, бирзатлар ясамагы башармак үчин уссачылык барада бирнеме дүшүнжәң хем-де эндиклериң болмалы. Буларың барысы барада гүррүң бермек аңсат хем дәл, бу асла мүмкин хем дәл. Иң эсасысы «өй цехиниң» умумы дүзгүнлерине, хер дүрли инструментлердир материаллар билен иш салышмагың принциплерине гөз етирмек зерурдыр. Уссатлык велин, айдылышы ялы, өз-өзүнден гелжек затдыр.

Сап психологик хәсиетли шу ягдайы хем гөз өңүнде тутмак герек. Рендәни я-да болмаса исгенәни илкинжи гезек элиңизе аланыңызда сиз: «Оңат зады заялаймайын, барыбир усса йүз тутмалы болаймайын» диен ялы ой-пикирлере берлип өзүңизи ынамсыз дуярсыңыз. Сизе батыргайлык билен ише япышмагы маслахат берйәрис. Өй уссачылыгың тежрибесинде барланып гөрлен йүзлерче серишде, тилсимжиклер бар ахыры. Шоларың кәбири барада бабың ахырында гүррүң берерис.

Өйи үчин өз эллери билен нәмедир бир зат ясамакчы болян хер бир адамың өңүнде дурян илкинжи совал уссачылык этмек үчин нәхили инструментлер гереклиги барада болса герек. Соңкы йылларда сенагатымызың өйде уссачылык эдиленде уланмага ниетленен хердүрли инструментлердир материаллары месе-мәлим көп чыкарып уграндыгыны шу ерде ятлап гечсек ерликли болар. Шәхерлердир обаларда өй уссаларына көмек этмәге хем-де олары әхли герекли затлар билен үпжүн этмәге ниетленен «Башаржаң эллер», «Яш техник» ве ш. м. атлы йөрителешдирилен магазинлериң саны барха көпелйәр.

Шейле магазинлериң дөредилмеги билен билеликде оларың иш методикасы, оларың илата хызмат этмегиниң хас гөвнежай формалары ишленип дүзүлйәр. Агач бөлеклеридир метал турбалары, симлердир бурма чүйлери хем-де эсасы өнүмчилигиң бейлеки галындыларыны сатлыга берерлери ялы сенагат кәрханалары билен магазинлериң арасында өзара гатнашыклар ёла гоюляр. Айдылышы ялы, иш илерләп уграды. Мунуң шейле болмагына, хусусанда, илатың техники дөредижилиге болан улы хөвеси гөз өңүнде тутулып, техники дөредижилик үчин ярамлы материаллары, тайяр өнүмлери, галындылары сөвда сетлерине бермәге хем-де шол өнүмлериң халкың сарп эдйән харытларының өндүрилмеги хөкмүнде өз планларына гошмага сенагат кәрханаларына ругсат берилмеги улы ярдам этди. Меселәниң бейле чөзүлмеги сенагат кәрханалары билен сөвда кәрханаларының өзара бәхбитли, ишевүр хызматдашлык этмегине, шонуң нетижесинде болса алыжыларың ислеглериниң максимал дережеде канагатландырылмагына дүйпли эсас дөретди.

Алыжылара хызмат этмегиң тәзе формалары йүзе чыкяр, меселем, магазинлерде герекли материаллары ве инструментлери алмак билен бирликде ол я-да бейлеки материалы нәхили ягдайда хас оңат уланып, өй шертлеринде хайсы өнүмлери тәзеләп болжаклыгы барада хүнәрли специалистден маслахат хем алып боляр. Кәбир магазинлерде болса халк башаржаңларына диңе бир консультация бермек билен чәкленилмән, эйсем, өй уссаханасында болмадык инструментлерден эдил магазиниң сөвда залында пейдаланмага мүмкинчилик хем дөредилйәр. Меселем, Гомелиң «Өзүң яса» магазинлеринде иш шейле ёла гойландыр.

Бир сөз билен айданымызда «Зыңмага ховлукман!» диен чагырыш дийсең вагтында яңланяр. Көне, мөвритини өтүрен өй гошларыны уланып, магазинден болса өнүмчилик галындыларыны сатын алып сиз өз дөредижилик укыпларыңызы йүзе чыкарып билерсиңиз, дынч вагтыңызы пейдалы гечирерсиңиз, чагаларыңыза предметлейин зәхмет тербиесини берип билерсиңиз.

Булары хер бир адам башарар

Өвренҗе усса нәмеден башламалы, иш ерини нәдип аматлы хем-де тыгшытлы болар ялы гурамалы, өңи билен нәхили инструментлери эдинмели, нәмелериң өз элинден гелҗекдигини нәхили кесгитлемели? Булар энҗамлары ремонт этмеги я-да мебеллере тәзе деталлар ясамагы өвренмекчи болян, квартирасыны ремонт этмекчи болян хер бир адамының өңүнде кесерип дурян мөхүм соваллардыр. Бу соваллара ким хас долы хем ынандырыҗы җогап берип билер, өзболушлы бир сапак гечип билер? Элбетде, усса адам, хер бир ише меникли адам җогап берип билер. Таныш болуң —Михаил Дмитриевич Барабанов. Бу адам Москвада яшаяр, өмрүниң 30 йылдан хем говрагыны метал билен багланышдыран адам—ол пайтагтың уллакан заводларының биринде йигрими йылдан говрак вагт бәри слесарь-механик болуп ишлейәр. Шулар ялы адамлар барасында: «онуң эллеринден дүр дөкүлйәр» дийип гүррүң эдилйәр. Ики саны чакланҗа отаглы квартирасыны хемише онуң өзи ремонт эдйәр, элбетде, бу ишде оңа машгала членлери хем көмек берйәр. Квартира гөзгидерликли ягдайда тертипли хем арасса сакланыляр.

Михаил Дмитриевиче берен илкинҗи сорагымыз шу болды:

—Чакланҗа квартираңызда нәдип инструментлериңизе ер тапярсыңыз, сизиң өйдәки уссачылыгыңыз машгалаңыза пәсгел бермейәрми?

—Бу ерде ховсала дүшүп отурасы зат ёк. Өйүң овнук ремонтыны этмек я-да болмаса одур-будур ясамак үчин о диен көп инструмент герек болуп дуранок. Гүррүң өй шертлеринде мебель ясамак барада гиденок ахыры. Мениң әхли инструментлерим болса кичеңрәк дәлизимизиң гап бөврүнде гойлан шкафа сыгяр. Хатда шол шкаф дәлизимизе гөрк берйәр дийсем хем лап эдип айтдыгым болмаса герек. Потолога етип дуран бу шкафы өзүм ясадым, җайың проектинде бейле шкаф гөз өңүнде тутулмандыр. Муны ясамак үчин тогалак агач хем-де фанера бөлеҗиклери герек болды. Шкаф инсизҗе болса-да, онуң ичинде көп зат ерлешйәр. Шкафың йүз тарапына дәлизе елмән обоимизи елмедим. Шкафың бир гапдалыны гейим-геҗим гоймага аматлыҗа текҗе этдим. Өйде уланян әхли нечҗарчы-

Өкде адамың гечйән сапагы

Булары хер бир адам башарар

Өвренже усса нәмеден башламалы, иш ерини нәдип аматлы хем-де тыгшытлы болар ялы гурамалы, өңи билен нәхили инструментлери эдинмели, нәмелериң өз элиңден гелжекдигини нәхили кесгитлемели? Булар энжамлары ремонт этмеги я-да мебеллере тәзе деталлар ясамагы өвренмекчи болян, квартирасыны ремонт этмекчи болян хер бир адамының өңүнде кесерин дурян мөхүм соваллардыр. Бу соваллара ким хас долы хем ынандырыжы җогап берип билер, өзболушлы бир сапак гечип билер? Элбетде, усса адам, хер бир ише меникли адам җогап берип билер. Таныш болуң —Михаил Дмитриевич Барабанов. Бу адам Москвада яшаяр, өмрүниң 30 йылдан хем говрагыны метал билен багланышдыран адам—ол пайтагтың уллакан заводларының биринде йигрими йылдан говрак вагт бәри слесарь-механик болуп ишлейәр. Шулар ялы адамлар барасында: «онуң эллеринден дүр дөкүлйәр» дийип гүррүң эдилйәр. Ики саны чакланҗа отаглы квартирасыны хемише онуң өзи ремонт эдйәр, элбетде, бу ишде оңа машгала членлери хем көмек берйәр. Квартира гөзгидерликли ягдайда тертипли хем арасса сакланыляр.

Михаил Дмитриевиче берен илкинҗи сорагымыз шу болды:

—Чакланҗа квартираңызда нәдип инструментлериңизе ер тапярсыңыз, сизиң өйдәки уссачылыгыңыз машгалаңыза пәсгел бермейәрми?

—Бу ерде ховсала дүшүп отурасы зат ёк. Өйүң овнук ремонтыны этмек я-да болмаса одур-будур ясамак үчин о диен көп инструмент герек болуп дуранок. Гүррүң өй шертлеринде мебель ясамак барада гиденок ахыры. Мениң әхли инструментлерим болса киченрәк дәлизимизиң гап бөврүнде гойлан шкафа сыгяр. Хатда шол шкаф дәлизимизе гөрк берйәр дийсем хем лап эдип айтдыгым болмаса герек. Потолога етип дуран бу шкафы өзүм ясадым, җайың проектинде бейле шкаф гөз өңүнде тутулмандыр. Муны ясамак үчин тогалак агач хем-де фанера бөлеҗиклери герек болды. Шкаф инсизҗе болса-да, онуң ичинде көп зат ерлешйәр. Шкафың йүз тарапына дәлизе елмән обоимизи елмедим. Шкафың бир гапдалыны гейим-геҗим гоймага аматлыҗа текҗе этдим. Өйде уланян әхли нечҗарчы-

лык, слесарчылык хем-де бейлеки гурал-эсбапларымы ерлешдирмэге шу шкаф етерлик болды. Шкафың ашакы бөлегинде яның эхли гошундылары билен билеликде тозан соружы машыны гойярын. Кичеңрэк агач, фанера бөлеклерини, мата кесиндилерини, симлери хем шол ерде гойярын.

Инди болса шкафы ачып, онуң ичинде нэхили эсбапларың сакланяндыгыны гөрелиң. Йүзугра хайсы гуралың нэхили ишде уланыляндыгыны хем дүшүндирейин.

Шкафың ортакы бөлегинде агач кесилйэн гураллар — пычгыдыр ары гаңырчаклардан асылгы дур. Пычгы пүрс, тагта бөлеҗиклерини кесмэге аматлы. Ары болса улы пүрслердир тагталары кесмэге аматлы боляр. Башлангыч уссаның дүшүнмэн: «Агач кесмек үчин хем пычгының хем-де арының нәме зерурлыгы барка? дийип сорамагы мүмкин. Элбетде, агач бөлеҗиклерини пычгы билен хем нэхили кесесиң гелсе кесип боляр. Эмма хер бир иш үчин йөрите ниетленен гуралың болмагы йөне ере дэлдир. Бу айданым гөркезҗек бейлеки меңзеш гуралларыма хем дегишлидир.

Өй шертлеринде агачдан нэмедир бир зат ясаланда агач бөлеклерини чапмак, бүдүр-сүдүр ерлерини текизлемек, йылмамак үчин палтаның, рендэниң дүрли гөрнүшлери (шерхебель, рубанка, фуганка) герек боляр. Агачлары дешмек, гөз ясамак, бирлешдирилйэн ерлерини бири-бирине җебислемек үчин хем исгенэниң дүрли гөрнүши (долото, стамеска) герекдир. Бураларың хем хер хили гөрнүши (коловорот, дрель) хем-де хер хили диаметрде дешйэн хырлы чишлери элиң астында болса зыян этмез. Мениң өзүм-э эл буравыны уланярын —шоңа өвренишипдирин. Онсоңам, мениң пикиримче, агаҗы электрик бурав билен дэл-де, эл буравы билен дешмек аматлы, себэби эл буравының хыры аз айлав эдйэр, агаҗы өз гөвнүңе җайлап, арасса дешип боляр, сеси-де ёк диен ялы, үстесине-де, ол арзан. Агаҗа бурма чүй гечирҗек болаңызда болса уллакан бизи гыздырып уланып билерсиңиз. Чүй бурулян ачарларың— отвёрткаларың хем дүрли гөрнүшини өңүнден эдинип гоймак герек. Циркульсыз, линейкасыз, бурч өлчейҗисиз хем оңуп болмаз.

Шкаф боюнча гечирйэн шу «экскурсиямызда» агачларың деталлары бири-бирине гейдириленде олары заяламазлак үчин уланылян агач чекиже хем үнсүңизи чекесим гелйэр. Бу ишде адаты чекиҗи заяламазлак үчин шол агаҗың үстүнде тагта бөлеҗигини гоймагы ятдан чыкарман.

Ясаян задыңызың деталларының йылманышы диңе бир сизиң башарныгыңыза-да баглы болман, эйсем иш эсбапларыңызы ише догры тайярлап билшиңизе-де баглыдыр. Пычгылар оңат дишелен, ренделер, буравлар ялав ялы йителдилен болмалыдыр. Бу ишлер үчин хоҗалыгыңда үчбурч иге, чалгыдаш сакламалы. Электрик билен ишлейэн чалгыдашыңыз болса-ха, оңа

етеси зат ёк. Йөне оны улананыңызда сересаплылыгы элден бермәң. Өзүңизи хем-де төверегиңиздәкилери ховпа дучар этмеҗек болуң.

—Эсбаплары нәхили ягдайда сакламалыдыгы барада гүррүң эдиленине гөрә, олары нәдип йителтмелидиги, чалмалыдыгы барада хем аз-кем айдып гечәйсеңиз җай болардыҗ Эсбаплары йителтмек хем белли бир башарныгы талап эдйәр ахыры.

—Өңи билен ики дүрли чалгыдаш эдинмеги маслахат берйәрин, оларың бири ири дигирли, бейлекиси овнук дигирли болмалыдыр. Чалгыдашы аз-кем сувланан текиз ерде гоймалы. Эсбабың чалынҗак ериниң үстүнден бармакларыңыз билен басар ялы эдип, гуралы ики элиңизде сакламалы. Эсбабың чалынян йүзүни чалгыдаша параллел тутмалы. Илки улы дигирли чалгыдаша чаланыңыздан соң, эсбабы овнук чалгыдаша чалың. Оңат чалнан эсбабың йүзи агачда бөкделмейәр хем-де хич хили ыз гоймаяр.

Инди болса пычгыны нәдип дишемелидиги хакында. Пычгылар магазинлерде ише уланмага тайяр дәл ягдайда сатыляр, шонуң үчин хем олары диңебир дишемән, эйсем, дишлериниң арасыны хем ачмалы боляр. Дишлериниң арасы оңат эдилип ачылан пычгы билен ишлемек аңсат боляр, ол гысылман, өңе-ыза эркин херекет эдйәр.

Дишлериниң арасыны ачмак үчин, иң говусы, пычгыны гысаҗа беркитмели. Пычгының дишлериниң арасыны йөрите бу иш үчин ниетленен гурал —разводка билен ачмалы. Разводка билен пычгының илки бир дишини, соңра болса бейлеки дишини гаршылыклайын тарапа ачмалы. Пычгының дишлери бирсыдыргын кадалы ачылар ялы, херсине деӊ дережеде гүйч гоймалы. Пычгының әхли диши ачылып болнандан соң оларың догры ачыланыны-ачылманыны барлап гөрмели. Эгер-де дишлериң хайсам болса бири герегинден артык ачылан болса я-да етерлик ачылмадык болса, оны дүзетмели. Диңе шондан соң пычгыны дишәп башламалы. Бу иши үчбурч иге билен ерине етирсеңиз говы болар.

Инди болса уссачылык үчин герекли гураллары санамагымы довам этдирейин. Уссачылык этмек үчин хоҗалыкда гиң агызлы, дар агызлы атагзылар, агачдан я-да болмаса металдан ясалан, эплеме метр (рулетка) герекдир. Йүзүмиң угруна нечҗарчылык ишлеринде бичимчилериң уланян өлчегленталарыны уланмалы дәлдигини айдып гечейин. Себәби ол енталар сүйнүп, өлчеглери о диен догры гөркезмейәр.

Гөршүмиз ялы, уссачылыгың диңе бир гөрнүши—нечҗарчылык боюнча-да гуралларыңдыр абзалларың белли бир минимумы герек.

Элбетде, хоҗалыкда диңе агач билен дәл-де метал билен хем иш салышмалы боляр. Бу иш билен мешгулланмак үчин ашакдакы саналҗак эсбаплар герекдир. Өңи билен ясы, үчгы-

раңлы, ярым тегелек игелер герекдир. Метал кесйән пычгылар, сим бөлйән атагзылар хем артыкмачлык этмез. Слесарчылык гураллары хем йөрите ящиклерде сакламалы.

Зерур эсбапларың болса өйүң кәбир ремонт ишлерини хем этсе болар.

—Михаил Дмитриевич, өз тежрибәңизе даяныпбу ишде өвренже уссаның элинден нәмелериң гелжекдигини айдып билмезмисиңиз?

— Бу иш барада биртопар мысаллар гетирсе болар. Өй шертлеринде бежерип болжак кәбир затлар барада дуруп гечәейин. Әпишгелериң кынлык билен ачылып-япылян ягдайлары сейрек болян дәлдир. Бу дүрли себәплере гөрә шейле боляр. Йөне бу ягдайы дүзедип боляндыр. Өңи билен әпишгәниң япылян ерини исгене билен арассаламалы я-да ренде билен ёнмалы. Әпишгәниң ниресини ёнмалыдыгыны хесгитлемек кын боляр. Муны кесгитлемек үчин гүман эден ерлериңизе папирос кагызыны гысдырып гөрмели. Кын болмадык бу иш сизи специалисте йүз тутмак аладасында дындарар.

Я-да болмаса башга бир мысал: гапы салланып пола сүртелип угараса петлелериң аралыгында кичеңрәк шайба гойсаңыз гапы ёкары галар.

Вагтал-вагтал әхли кишиниң өңүнде көнелен столлары, стуллары, диванлары, шкафлары нәтмели диен алада кесерип дуряндыр. Көне мебел тәзеден оңарылан отагың гөркүни гачырян болса ондан дынаймалымы? Асла бейле дәлдир. Көне мебели үйтгедип болар. Меселем, көне столдур стуллары, серванты бир реңке реңкләп, йүзлерине тәзе материал уруп болар.

Гейим гоюлян шкафың йүз тарапына мата, обои, плёнка чекип, тәзе гөрк берип болар. Шкафың йүзүне чекжек материалыңызың реңки, нагшы диварың реңкидир нагшы билен кыбапдаш болса дийсең овадан болар. Бейле шкаф ылайта-да ятылян отага гелшер. Ики-үч гапылы шкафы дәлизде ерлешдирип (эгер шол ерде гоймага мүмкинчилик бар болса) үстки эгин-башларыңызы гоймага улансаңыз хем болар. Шкафың ички геймлер үчин ниетленен секциясының гапысыны айрып, ортакы текжелерини чыкарың. Аякгап гоймага аматлы болан ашакы ики секцияны ачыклыгына гойсаңыз хем, ёкардан ашаклыгына ачылян келтежик гапы ясасаңыз хем болар. Шкафың ичини-дашыны говы арассалап тәзеден лак, эмаль чалмалы я-да мата елмемели.

Көне кроваты, диваны хем башга мебеле өврүп болар. Кровадың агач яплангычларының бирини айрып, шол ере металдан я-да агачдан даянч беркитсеңиз дынч алмага оңайлы тагта болар. Кровадың бейлеки яплангыжыны реңклемели я-да оңа мата, гайыш елмемели. Кровадың үстүне безег үчин драп матадан өртги тутмалы. Башужа болса ики яны бүзүлен тирсеклик я-да ачык реңкли дашлыклы яссык гоймалы.

Гөршүмиз ялы, ислегиң болса хем-де бирнеме эмгенсең дөвребап мебелли болуп боляр. Бу меселеде деталлайын рецептлер бермегиң зерурлыгы ёк болса герек, себәби, хер бир конкрет ягдайда өз элиңизде бар затдан хем-де нәме ислейәнлигиңизден угур алмалы. Бу ерде фантазия гиң герим бардыр.

Сиз хич бир кынчылыксыз, өз гүйжүңиз билен мебелиң дөвүлен-енҗилен ерлерини, меселем, елими гопан я-да дөвүлен аякларыны, тутавачларыны ве ш. м. бежерип билерсиңиз.

Чыг отагдакы мебеллериң елимлериниң гопмасы ялы ягдай йыгы-йыгыдан боляндыр. Муны дүзетмек аңсатдыр. Деталларың гопан ерлериниң көне елимини айрып тәзеден елмемели-де, тә елим гураянча гысып гоймалы. Эгер зерур болса мебелиң чыкан аягының ужуна елими өзүне говы сиңдирен ювкаҗык мата орап, соң шол ерик ене-де бир гезек елим чалып отуртсаңыз хем болар.

Агач ёнушгалы плиталардан ясалан хәзирки мебеллериң гапыларының гопян халаты аз боланок. Петлелери саклаян бурма чүйлер өйҗүклеринден чыкярлар-да, гапылар салланып галяр. Мунуң ялы дөвүги хем өз гүйжүңиз билен бежерип билерсиңиз. Петлелери бурма чүйлери билен билеликде айрып, бурма чүйлериң өңки өйҗүклерини буравлап гиңелтмели (шунда фанераның даш йүзүни заяламазлык үчин буравың ужуна чәклендириҗи шайба гейдирмеги ятдан чыкармаң). Соңра шол өйҗүклере елимленен дыкылары җебис дыкышдырмалы. Дыкылар гурандан соң бийзиң көмеги билен бурма чүйлер үчин тәзе дешиклер дешип, петлелери өңки ерлеринде отуртмалы.

—Хәли-шинди дүрли хили елимлери уланып дурмалы боляр. Бу материал билен нәхили иш салышмалыдыгы барада умумы принциплерде айдып берәйсеңиз.

—Фарфордан, фаянсдан, пластмассадан, агачдан хем-де металдан эдилен өнүмлери — бедрелери, баклары, ягны, нахар тайярланян гап-гачлардан башга әхли зады БФ-2 елим билен елимләп боляр. Йөне, шол елиме сув дегмели дәлдир.

Елимленҗек затларың үстүни чаң-тозандан, хападан, посдан, яг ызындан оңат эдип арассаламалы. Мунуң үчин метал дәл затлары содалы гызгын сув билен ювмалы, металдан өнүмлери болса наждаклы бир бөлеҗик кагыз билен арассалап бензин билен ювмалы. Елимленҗек деталлар гурандан соң оларың елимленҗек ерлерине ювкаҗык эдип елим чалмалы. Елим бармакларыңа елмешмейәнчә гарашып, икинҗи гезек галың гатлак эдип чалмалы-да, сәхелче гуранындан деталлары бири-бирине елмешдирмели хем-де шол ерини йүп я-да бинт билен берк даңмалы. Елимленен ерлери гурандан соң, ол предметлери хөкман гыздырмак герек. Эгер-де олар овнук затлар болса, питә салып сувда гайнатмалы. Эгер улы болса, духовкада я-да печде 120—150°С температурада бир сагатлап сакламалы. Елимлененде о диен берклик талап эдилмейән затлары

отаг температурасында 3—4 гиже-гүндиз сакламак етерликдир.

Гайышдыр телетинден өнүмлери елимлемек үчин БФ-4 елими уланып болар. Гайышың елимленҗек еринин чаң-тозандыр хапасыны сүпүрип айрып төрпи я-да наждак бөлеги билен арассаламалы. Елимленҗек ере 2 гезек елим чалмалы, хер гезек хем елим гурар ялы 15—20 минут гарашмалы. Соңра елимленйән бөлеклери җебис бирлешдирип, үстүнден говшак гыздырылан үтүк гоймалы. 5—10 минутдан үтүги айрып, елимленен деталы бинт я-да йүп билен берк сарап даңып 2 — 3 сагатлап гоймалы.

БФ-6 елимиң көмеги билен ички гейимлериң, үстки эшиклериң—нах матадан хем-де йүңден гейимлериң, халыларың, фетрден тикилен затларың одур-будур ерлерини, халталары, елимләп болар. Шунда затларың йыртылан, дешилен ерлерини чаң-тозандан арассалап, картон бөлегиниң үстүнде язып гоймалы-да ымык сува эзмели. Елим матадан сызып гечип онуң йүз тарапында тегмилтлер дөретмезлиги үчин, елимленҗек ери хөкман ымык сува эзмелидир. Соңра ямалҗак ерине юкаҗык эдип 2 гезек елим чалып, ики гезекде-де елимиң гурамагына гарашмалы. Елимленйән задың ашагында гоюлян заді онуң гырасындан 1 сантиметр даш чыкар ялы эдип гоймалы. Елимлән задыңызың үстүнден я-ха чыг мата я-да кагыз гоюп, үстүнден гызгын утюгы басдырмалы. Утюгы хер 2—3 секунтдан соң елимленен задың үстүнден айрып 10—15 секунтлап сакламалы-да, соң ене елимленен ериң үстүнден йөретмели. Бу иши тә елим гураянча довам этдирмели. БФ-6 елимине сув тәсир этмәни үчин, шонуң билен елимленен затлары сува сүртәп ювсаңыз хем, гайнадып ювсаңыз хем болар.

Дүрли затлары елимлемәге ниетленен башга-да бир топар елимлериң сатлыкда бардыгынам айдып гечейин. Меселем, әхли затлары елимләп болян «Суперцемент», «Момент» елимлери хем-де «ЭПД», «ЭПО», «Эпоксидная шпаклёвка» елимлери бардыр. Оларың янында нәмелер ве нәдип елимләп болландыгыны айдян инструкция хем бардыр. Шол гөркезмелери хөкман ерине етирмелидир, себәби елимленишиң хили шоңа баглыдыр. Онсоң хем деталларың оңат, ынамдар елимленмегиниң эсасы шертиниң оларың чаң-тозандан, хападан, ягдан говы эдип арассаланмагына-да баглыдыгыны хемише ятда сакламалы.

—Ине, биз нәмәни ве нәдип өз гүйҗүмиз билен ремонт эдип болҗакдыгыны хем аныкладык, йөне, өй хоҗалыкчы уссаның мүмкинчиликлери шунуң билен тамамланмаяр ахыры. Меселем, сизиң квартираңызда китап текҗелериниң ашагында гелшиклиҗе тумбочка дур экен. Ол сизиң бу чакланҗа квартираңызың мебеллери билен оңат сазлашяр. Бейле тумбочкалар магазинлерде ёкмука диййәрдик-ле?

—Ол мениң соңкы уссачылык ишим. Элбетде, магазинден тайын тумбочка алсагам боларды, эмма гапы билен диварың

аралыгындакы шужагаз бош ере стандарт мебел сыгҗак дәл. Онсоң элимиң ашагындакы материаллары пейдаланып өзүм ясамалы болдум. Ёгсамам, шулар ялы мебеллери «Өзүң яса», «Башаржаң эллер» магазинлериниң йөрите бөлүмлеринде сатылян тагталардан, пүрслерден, фанера бөлеклеринден ве бейлеки материаллардан ясамак болар. Шулар ялы затлары ясаныңызда уланылмадан галан мебеллериң оңат сакланан бөлеклерини пейдалансаңыз хем болар. Айдалы, көне столуң йылманчак тагталарындан китап текҗелерини ве бейлеки затлары ясап болар. Тикин-чатын үчин уланылян эсбаплары я-да шулара меңзеш овнук затлары сакламак үчин гапырҗажыгы фанера бөлеҗиклеринден тайярлап болар.

—Соңкы дөврде квартираны өз гүйҗүң билен ремонт этмек адаты ягдая өврүлди. Сиз өй хоҗалык уссачылыгының бу гөрнүшине нәхили гараярсыңыз. Шу меселеде сиз өз теҗрибәңизе салгыланып нәмелер айдын билҗек?

—Илки гөрәймәге кын ялы гөрүнсе-де, бу хер бир өвренҗәниң гүйҗи етҗек ишдир. Элбетде, гүррүң квартираның эпишге-

лерини, гапыларыны, полуны чалшырмалы, тәзе сантехники эсбаплар отуртмалы болян дүйпли ремонт барада гитмейәр. Эмма потологы агартмагы, әпишге-гапылары, полы реңклемеги, диварлара реңк чалмагы я-да обои елмемеги, дашкы гапылардыр әпишгелере өрти тутмагы, ене-де, шулара меңзеш көп ишлери өзүң этсең, хас догрусы, өзүңиз этсеңиз болар: «Өзүңиз этсеңиз болар» диййәнимиң себәби, квартираны ремонт этмек бир адамың иши дәл-де, тутуш машгаланың ишидир. Онсоңам, өз эден ремонтыңызың хас арзан дүшҗекдигини ятдан чыкармаң.

Ремонты ёкары хилли, гөвнеҗай эдип, шонуң билен бирликде хем материаллардыр гүйҗүңизи тыгшытлап нәхили гечирмели? Машгала маслахатында нәмәни, хачан, нәхили материаллары уланып ремонт этмелидигини өңүнден анык кесгитлемели. Гепиң гердишине гөрә айтсам, материалың хилини әхли ягдайларда онуң бахасы кесгитләбем билйән дәлдир. Меселем, көп адам гыммат бахалы дашары юрт обоилерини сатын алмага чалышяр, оларың гөзлегинде дийсең көп вагтыны йитирйәр. Эмма материал сайланып алнанда диңе дашкы абрая чапмалы дәлдир. Әхли задың чәги ягшы, квартира безеленде-де шуны ятдан чыкармалы дәлдир. Шонуң үчин хем ене-де бир гезек гайталап айдярын: әхли задың хасабыны өңүнден, ремонта башланылманка этмели, хатда нәхили реңкли обои алынҗаклыгына ченли өңүнден кесгитлемели. Обоилериң реңкини болса хайсы отагың нәхили максатларда пейдаланыляндыгына, отагларың гөврүмине ве ш. м. гөрә сайлап алмалы.

Әхли материаллар җемлененден соң ремонта башламалы. Ремонты нәхили тертипде гечирмели?

Өңи билен, хөкманы суратда диварларың көне обоилерини сыпырып айырмалы, ылайта-да җай көне болса шейтмели. Еңил гопар ялы, өңинчә обоилери гызгын сув билен өлләп чыксаңыз говы болар. Шейтсеңиз санлыҗа минутлардан олары айрып билерсиңиз.

Диварларың көне обоилерини айраныңыздан соң потологың хем көне хеклерини гопарың. Әхли азабыңызың бидерек болмазлыгыны хем-де потологыңызың дув-ак болмагыны ислесеңиз көне хеки хем хөкман гопарың. Көне хекини айырмазыңыздан өңинчә потологың ыш ерлерини хем-де җайрык атан ерлерини гайым битириң. Өңинчә потологың ышлы я-да җайрык атан ерлерини дырмап гиңелтмели, соң болса овнук ышлары шпаклёвка (хамыр) билен, ири ышлары болса алебастр билен битирмели. Алебастр тиз гурамаз ялы, оңа эредилен нечҗарчылык елиминден аз-овлак гошмалы. Хамырдыр алебастр гурандан соң оларың чалнан ерлерини текизлемек үчин үстлеринден наждаклы кагыз йөретсеңиз говы болар. Диңе шундан соң көне хеки айырмага башламалы. Эгер шейле этмесеңиз тәзе чалан хек гатлагыңыз билен билеликде өңки чалнан хек гат-

лагы хем хөкман гопар. Шонуң үчин хем көне хекиң галың дүшен ерлерини гырдап айырмалы, ювка дүшен ерлерини болса өл чотга билен ювуп айырмалы. Потологың хас хапа ерлерини, меселем, эпленип дуран ерлерини болса хөкман мис купоросының эргини билен 2—3 гезек ювмалы. Бу эргини тайярламак кын дәлдир. Ине онуң рецепти:

Агач габа я-да уллакан габа 3 бедре сув, онуң үстүнден хем 1 бедре эленен хек гуймалы. Соңра 1 килограм мис купоросыны гызгын хатда гайнап барян диен ялы сувда айратын эзмели. Мис купоросының зеррелери шол сувда долы эремелидир. Шонуң ялы хем нечҗарчылык елиминиң 300 грамыны, кир сабының хем 400 грамыны гызгын сувда айратын эретмели. Сабын билен елими гарып, оларың үстүне аз-кем олиф гуюп, тайын болан лөдерәни мис купоросының гарындысының үстүне гуймалы (купоросың үстүне диңе сабын лөдересини гуйсаңыз, гарынды уяп, заяланар). Тайын болан гарындыны хем ичи сувдур хекли улы габа гуюп, оңат гармалы.

Хапа ерлерини мис купоросы билен ювуп боланыңыздан соң, потолок гурар ялы бир гиже-гүндизләп гоймалы. Диңе шондан соң потологы хекли-елимли реңк билен агардып билерсиңиз.

Ашханадыр хаҗатхананың потологыны сувлы-эмульсиялы реңк билен реңклесеңиз говы болар, шейле этсеңиз потологы вагтал-вагтал өл летде билен ювуп билерсиңиз. Йөне потолога сувлы-эмульсиялы реңк чалмазыңыздан өңинчә потологы беркитмели, ягны оңа ювкаҗык гатлак эдип яглы реңк чалмалы.

Потолога чалынян хекли-елимли реңки өй шертлеринде тайярлап билерсиңиз. Мунуң үчин өзүңизе аматлы болҗак габа, меселем, бедрә хек алып үстүне сув гуймалы-да, гатыгың гоюлыгы ялы хала гетирмели (сувы гуры хекиң ярпы гөврүми мөчберинден бирнеме азрак гуйсаңыз эргин шейле халда болар). Эзилен хеке реңклейҗи пигменти, меселем, гуашы тә өзүңизе герекли өвүшгини алянчаңыз аз-аздан гошуп умрамалы. Шундан соң эргине аз-аздан казеинли я-да нечҗарчылык елимини хем гошмалы (казеинли елими гошмазыңыздан өңинчә оны гызгын сувда әхли токгаларыны язып, тә буламак ялы болянча эретмели, нечҗарчылык елими болса тә әхли токгалары язылянча гайнатмалы). Соңра елими тайын эргини булап дуршуңыза аз-аздан гошмалы. Эгер-де реңки булап дуран ёнулгы таягыңызы гапдан чыкараныңызда таяк оңат реңкленен, артыкмач реңк хем таякдан эндиган сырыгян болса реңкиң тайын болдугыдыр. Таякда реңк дегмедик ерлер галан болса, реңке ене-де хекдир бейлеки компонентлери гошмалы.

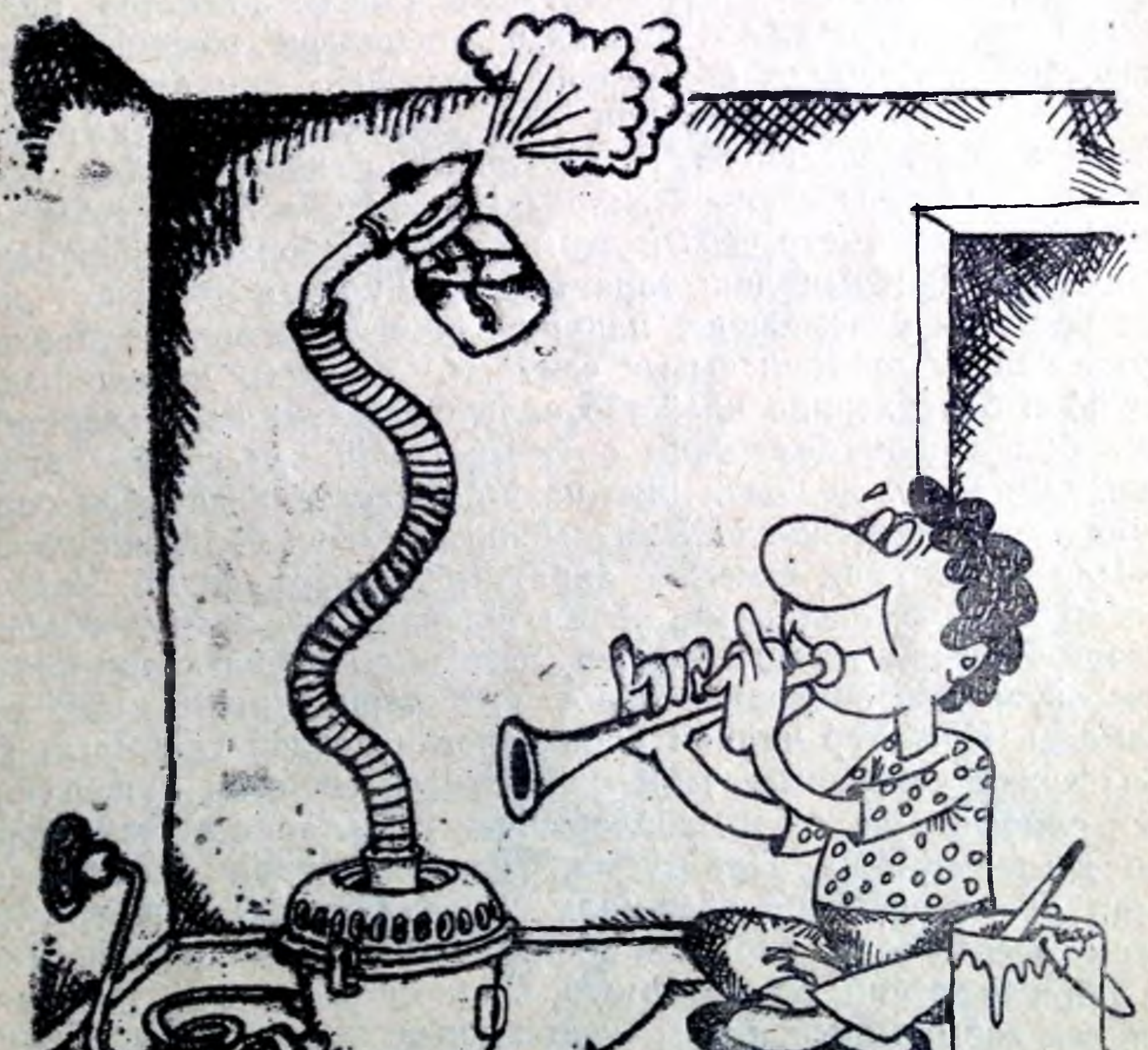
Потологы өйде уланылян тозан соруҗы машының көмеги билен реңклесеңиз хас оңат болар. Мунуң үчин тозан соруҗы машының яны билен йөрите энҗам сатыляндыр. Реңки 1 метрден аз болмадык аралыкдан потологың әхли ерине дең дүшер ялы бирсыдыргын пүркмели. Онсоң хем потологы ики гезек

реңкләниңизде икинжи гезек реңки аз харчлаң, ёгсам реңк потолокдан сырыгар. Мундан башга-да, потологың әхли ериниң реңки дең чыкар ялы, оңа чалжак реңкиңизи шол ерик етерлик дережеде тайынлаң. Чылшырымлы болмадык шу дүзгүнлери берҗай этсеңиз ишиңиз оңуна болар...

—Ишиң индики этапы обои елмемек. Аңсат болмадык бу иши нәдип чалт хем оңат эдип ерине етирмек болар?

—Өңи билен обои елмежек ерлериңизи арассаламага зәхметиңизи хем вагтыңызы гайгырмаң. Өң айдып гечишим ялы, дивара елмелен көне обоилери потологы агартмазыңыздан озал сыпырып айырмалы. Диварың галлаклап дуран ерлерине газет елмемели, кичирәк җайрыклара болса хамыр чалмалы. Гепиң келтеси, дивар текиз, арасса болмалы.

Елмемәге башламаздан өңинчә ягтылыгың дүшйән угруна гөрә обоилериң чеп я-да саг гыралары кесилйәр. Обоилериң кесилен гыралары әпишгеден дүшйән ягта гаршылыклайын болмалыдыр. Кәбир ягдайларда шол бир реңкли хем-де шол бир нагышлы обоилериң реңдарлыгы дүрли-дүрли боляр. Шо-



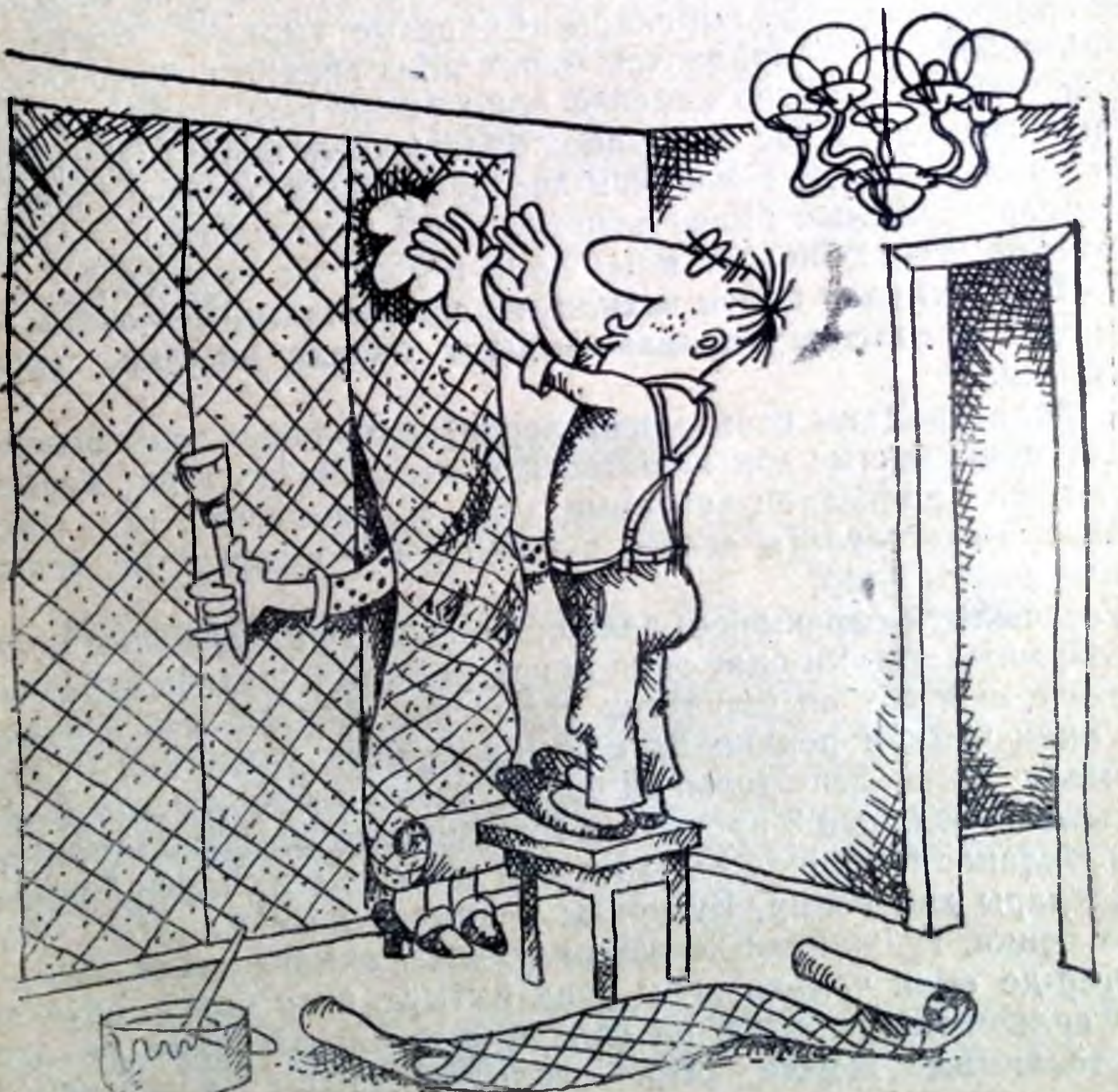
нуң үчин хем өңи билен реңки дең дүшен обоилери сайлап алып, оларың нәче бөлегиниң саг, нәче бөлегиниң чеп гырасының кесилмелидигини кесгитлемели. Шундан соң обоилери герекли узынлыкдан сәхелче артдырып кесишдирмели. Диварың әхли ериниң бейиклигиниң дең болмазлыгы гөз өңүнде тутулып обоилер бирнеме артык кесилйәндир. Шонда обоилериң нагышлары дең дүшмелидир. Обоилериң ёкары гыралары дес-дең кесилйәндир, обоилериң ашакы гыралары болса плинтусларың (полуң гыраларына какылян рейкаларың) ёкары йүзүнден кесилйәр.

Шол бир вагтың өзүнде клейстери (чырышы) хем тайынламалы. Оны тайынламак дийсең аңсатдыр. 10 квадрат метр обои үчин 1 килограм крахмал хем-де 100—200 грам гуры нечҗарчылык елими герекдир. Крахмалы ымык сува тә гатыгың гоюлыгына гелйәнчә гармалы. Шондан соң онуң үстүне гайнамак хетдине етен 5 литр сув гуймалы-да, оңат эдип буламалы. Эгер-де клейстер оңат гарылмадык болса, оны тәзеден гайнадың. Йөне клейстерли габы одуң үстүнде гойман-да ичи гызгын сувлы габың ичинде гоюң. Нечҗарчылык елимини хем айратын гайнадып, соң крахмалың үстүне гуймалы. Тайын болан клейстери хөкман хасадан сүзүп гечирмели. Гызгын клейстер билен дивара диңе газет елмәп болляндыр, обоилери елмемек үчин клейстери соватмалы, ёгсам обоилериң реңклери булашар.

Кесилен обои бөлеклерини йүз тарапларыны ичгин эдип үстүне кагыз дүшелен полуң үстүне язып гоймалы. Хер обои бөлегиниң гырасы өзүнден ёкардакы обои бөлегиниң гырасындан 1,5—2 сантиметр чыкып дурмалыдыр. Обоилери үйшүрениңизден соң диварың даш тарапындакы бурчдан обоиниң ини ялы аралыгы өлчемели-де, илкинҗи обои бөлегиниң елменҗек ерини белләп гөс-гөни чызык чекмели. Чызыгы чекениңизден соң обои бөлеклерине клейстер чалып башламалы. Клейстери илки билен обои бөлегиниң ортасына инли хем галың гатлак эдип чалмалы, соң болса шол чалан клейстериңизи обои бөлегиниң тутуш бөлегине яйратмалы, шунда обои бөлегиниң бурчларына клейстериң етмегине айратын үнс бермелидир. Чалнан клейстер бирнеме чалыгып, обои юмшандан соң обои бөлеклери дивара берк хем язгын елмешер. Эгер-де обои бөлеклери клейстери өзүне көп сиңдирйән болса, клейстери икинҗи гезек хем чалмалы. Клейстер чалнан обои бөлегини ерден галдырып гырасы хәлки чекен чызыгыңызың үстүнден гөс-гөни дүшер ялы эдип елмемели-де, онуң гыраларындан гуры, арасса летде йөредип языщдырмалы. Плинтусың, наличниклериң гырасындан артян обоилери кесип айырмалы. Суратларының дең дүшмеклигине эсеван эдип, биринҗи обои бөлегиниң гырасындан икинҗи обои бөлегини хем елмемели. Обои бөлеклериниң гырасындан сеп гоймалыдыр, ёгсам олар гышык дүшер. Обои елмемегиң кын дүшҗек ерлерине, меселем, йыладыш системасының,

радиаторларынның аңырсына обои елмемек хөкман дәлдир, иң говусы, ол ерлери обои билен реңкдеш реңкде реңкләйиң. Әпишгелериң ачык ягдайында я-да болмаса дувара ягдайларында обои бөлеклерини елмемәң. Шейле ягдайларда обои елмесеңиз оларың йыртылмагы я-да болмаса елиминиң гопмагы мүмкин.

Обоилериң плинтусларың, наличниклериң деңине дүшен ерлерини оңат эдип гыркмалы. Обои елмемезиңизден өңүнчә плинтусларың, наличниклериң, диварларың җайрык атан ерлерини оңат эдип гыркмалы. Обои елмемезиңизден өңинчә плинтусларың, наличниклер билен диварларың арасындакы ышлары оңат эдип арассалап, гипс эргини билен япмалы. Соңра болса плинтусдан ёкарсыны, наличниклериң гапдалларыны арассалап, гурадып, плинтусдан ёкары 3—5 сантиметри яглы реңк билен реңклемели. Реңки ики гезек чалсаңыз, хер гезекде-де оңат гуратсаңыз говы болар. Обои елмемәнкәңиз реңклән ерлериңизи гызгын сува эзилен летде билен сүпүрип чыкың. Бу реңклән ерлериңиздәки олиф ызларыны айырмак үчин эдилйәр. Ин говсы-ха, әхли гапылары, наличниклери шейле хем плинтус-



лары обои елмемәнкәңиз реңкләп чыкың, шейле этсеңиз обои дивара берк елмешер. Дивaрың потолокдан ашагына-да 3—5 сантиметр инлиликде реңк чалсаңыз, иң говсы-ха белила чалсаңыз оңат болар. Мундан башга-да, диварың ёкары бөлегине, плинтусларың, наличниклериң төверегине, обои бөлеклериниң дүшҗек бурчларына хем сеплешҗек ерлерине клейстер чалмак герек.

Йүз тарапыны заяламазлык үчин, обоини өрән усуллык билен елмемели. Клейстер ызыны болса бада-бат гуры летде билен сүпүрип айырмалы. Обоиниң кәбир ерлери дивардан пөкгерип галса, шол ерлериң үстүнден летде билен гечип оңат эдип язмалы я-да иңңе билен дешмели.

Обои елмененде берҗай эдилмели сересаплылык чәрелери барада хем ятладып гечейин. Электрик розеткаларыдыр выключателлериң беркидилен ерлеринде обои елмезден өнүнчә сетдәки тогы хөкман сөндүрмелидир, ягны пробкалары айырмалыдыр. Тогуң симлери квартирада диварларың үстүнден гечирилен болса, хич хачан симлериң ёкарсындан обои елмемели дәлдир, мунуң янгын дөремегине себәп болмагы мүмкиндир. Обоилери тогуң симлериниң ашагындан гечирип, симлериң беркидилен ерлерине дүшйән гыраларыны бирнеме гыркып елмемели.

Фотообоилер барада хем бирки агыз айдайын. Фотообоилери хем адаты обоилер елмейән елим билен шол усуллар аркалы елмемели. Йөне бейле обои бөлеклерини дийсең үнсли сайлап алмалы хем-де сеплерини дең дүшүрмели, шонуң ялы-да өрән сересаплылык билен елмемели. Бу ерде суратың деталларының тутуш бир зат ялы болуп гөрүнмеги мөхүмдир.

—Яглы реңклер билен нәхили иш салышмалыдыгы, олары нәдип хас тыгшытлы харчламалыдыгы барада аныграк гүррүң берәйсеңиз?

—Квартирадакы гапы-әпишгелердир мебеллери яглы реңклер билен реңклемегиң өзи яшайыш җайына диңебир гөрк бермән, эйсем шол реңкленен затларың узак сакланмагына-да пейда берйәр. Реңк гатлагы агаҗы чүйремекден гораяр, онуң ярсмагының өңүни аляр.

Уссачылыгы өвренмекчи боляңлара яглы реңк чалмакчы болян затларының үстүни оңат эдип арассаламагы маслахат берйәрин. Эгер-де шол зат өң бир гезек яглы реңк билен реңкленен болса, өңки чалнан реңкиң берклигини — берк дәлдигини барлап гөрмели. Өңки реңк гопмаян болса, тәзеден реңклемекчи болян задыңызы соданың 2 процентли эргини билен ювмалы. Говы эдилип ювландан соң шол зады тәзеден реңклемегиң герек болмаян халатлары хем боляр. Бу усулы уланмага ялтанмаң, бу усул сизе реңки, гүйҗүңизи хем-де пулуңызы аямага көмек эдер.

Эгер-де өңки чалнан яглы реңк йыгырт атан болса, онуң кәбир ерлери гопан болса, ол ерлери йити бир зат билен газап чаң-тозаныны хем-де реңк галындыларыны айырмалы-да

(мунуң үчин тозан соружы машыны уланып билерсиңиз), реңк дүшжек әхли ери ювуп гуратмалы. Бүдүр-сүдүр ерлере шпаклевка чалып, гурандан соң наждаклы кагыз я-да йөрите шулар ялы ишлерде уланылян даш—пемза сүртәп текизлемели. Диңе шундан соң реңк чалып билерсиңиз. Реңки ики-үч гезек ювкажык гатлак эдип чалып, хер гезек хем гураянча гарашсаңыз говы болар. Шейле этсеңиз хем-ә реңк аз харч эдилер хемем реңклейән задыңыз реңки говы алар.

Реңкленмедик агажы реңклемезден озал чаң-тозаныны, хапасыны айырмалы, бүдүр-сүдүр хем җайрык атан ерлерине шпаклевка чалмалы. Хас уллакан җайрыклары бир гезекде дүзлеҗек болуп азара галмаң-да, өңки чалан шпаклевкаңыз гурандан соң бу иши ене-де бир гезек гайталайың. Шпаклевка гурандан соң онуң үстүни наждаклы кагыз я-да пемза билен текизләң. Агач чыгырак болса, гурамагына гарашаныңыз говы болар. Гарашмага вагтыңыз болмаса реңклеҗек агаҗыңыза өңинчә өзүмиң уланян составымы чалмагы маслахат берйәрин—литр олифе литр скипидар гошмалы. Бу сувуклыга аз-кем реңк хем гошуп агаҗа чалмалы. Чалан составыңыз оңат гурандан соң агаҗы ики гезек реңклемели.

Гүррүңимиң ахырында сизи гураллары батыргайлык билен эле алмага чагырярын. Шейле этсеңиз өз элиңиз билен эден ишиңизден леззет аларсыңыз. Йүрегиңизе дүвен ишиңиз бирбада баша бармаса-да гынанып дурмаң. Хер бир ишиң абыны-табыны вагтың гечмеги билен алып боляр. Кем-кемден өзүңизем, чагаларыңызам хоҗалыгың шулар ялы ишлериниң абыны-табыны аларсыңыз. Бу өзүңиз үчинем, чагаларыңыз үчинем зәхмет мекдеби болар.

Пейдалы маслахатлар

Өй хоҗалыкчы усса муны билмек зерурдыр

Эплеме кроватың яйписиниң аягындан бирнәче минутың ичинде ары үчин элтутар ясап болар. 70 сантиметр узынлыкдакы мата бөлегини элтутарың гирйән дешигине товлап дыкып, телпексиз чүй уруп беркитмели. Бейле ары билен екеликде-де, ики болуп хем ишләп боляр, 40 сантиметре ченли инлиликдәки пүрси кесип боляр.

• • •

Баш даралян чотга көнеленде зыңмага ховлукмаң. Нәмедир бир зады берчинлемек үчин кичи диамметрли, оңат созу-

лаган материал герек боланда онуң дишлеринден оңат материал тапмарсыңыз.

* * *

Шарикли ручканың полиэтилен стерженининң шаригини айрып, стерженин ичиндәки пастаның галындыларыны бензин билен оңат ювуп айырсаңыз. механизмлериң ягламасы кын ерлерини яглап билериңиз ялы чее шлангалы боларсыңыз. Ол шланганы яглайжы абзалың ужуна гейдирәймелидир.

* * *

Металдан эдилен «молния» сырмасының хатарлары ачылан болса-да тәзеси билен чалшырмага ховлукмаң. Онуң ич ве даш йүзүнден тутуш узабоюна чекич билен еңилжекден 2-3 гайта уруп чыкың. Соңра болса багжыгың ёкары ве ашак четлерини бирнеме гысып, усуллык билен гулпундан чекиң.

* * *

Холодильнигиң дашының тәзелигини нәдип дикелтмели? Диш ювулян порошыгың 50 грамы билен 20—25 грам нашатыр спиртини гарып, шол состава өлленен кагыз билен холодильнигиң дашыны сүпүрсеңиз холодильнигиңиз ялпылдар дурар.

* * *

Гуран ве ыргылдап башлан паркети өзүңиз ремонт эдип билерсиңиз. Илки билен ыргылдап башлан паркет бөлеклерини чүй уруп беркитмели. Мунуң үчин өңинчә шол паркет бөлежиклериниң чүй урулжак ерлерини буравлап дешмели. Чүйүң телпежиги паркет бөлежигиниң ичинде йитип гитмелидир. Паркетиң жайрык атан ве оюлан ерлерине паркетиң реңки билен реңкдеш реңк берлен шпаклевка чалмалы. Шпаклевканың хас бол дүшен ерлеринде темен билен паркетиң чызыкларына гөрә чызык чекмели. Шундан соң полы йылмап, лак чалмалы.

Бу болса паркети бежермегиң башга бир усулы. Илкибада паркетиң лагы гопан ерлерини ири зеррели наждаклы кагыз сүртүп арассаламалы. Соңра болса көне лак галындыларыны эредип айырмак үчин, шол арассаланан ерлере ацетон сиңдирилен хаса сүртемели. Арассаланан агажа БФ-6 елими чалынъяр. Ол гурандан соң болса поллук лагың ислендик гөрнүшини чалып билерсиңиз.

* * *

Брезентиң сув гечирмезлик хәсиетини ики дүрли усул билен дикелдип боляр. Биринжи усулда 1 литр сува 100 грам кир сабын гошулып тайынланян йылы сувуклыгы брезенте говы сиңдирип, товламан сәхелче сыкмалы-да алюмин зәкли эргиниң ичинде гоймалы. Брезенти шол эргинден чыкараныңыздан соң сыкман, язгынлыгына гуратмалы.

Икинжи усулда болса палатканы сабынлы йылы сувулыкда (4,5 литр сува 450 грам сабын) бирнәче сагатлап сакламалы. Шол сувуклыга кир ювужы порошок хем-де 450 грам конифол порошогы эредилен 250 грам сув хем гошмалыдыр. Шу ягдайда хем брезенти сыкман, язгынлыгына гуратмалы.

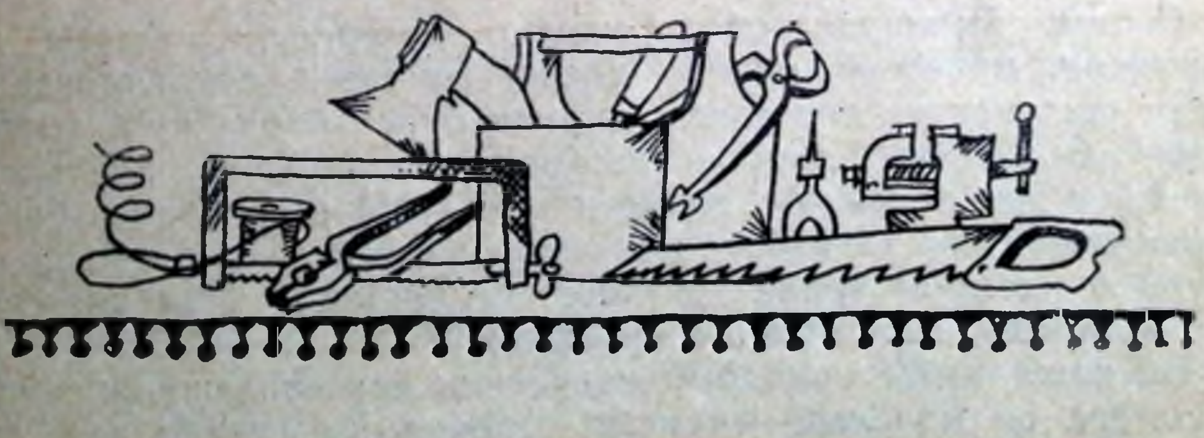
* * *

Йыладыш ссистемасының радиаторының чаң-тозаныны тозан соружы машының комплектине гирйән пульверизаторың көмеги билен айрып болар. Ашагына летде язып, сувдур хова чүвдүримини радиатора гөнүкдирмели.

* * *

Чыбыкларының дөвүлмезлиги үчин, өй хожалыкчы аяллар сүбсәниң дашына көне узынгонч жорап гейдирйәрлер. Сүбсәниң гиңелип гидйән ерине гөк өнүмлерден бошан торы гейдирип, оны хем резин халка билен сүбсәниң элтутарына беркитсеңиз сүбсе ыкжам гөрнер.

Дүр өндүрйән эли пула сатын алмарсың.
Агач иймишинден белли, адам — кылмышындан.
Эден ишиң барада гүрлеме, битирен ишиң барада гүрле.
Йөне отуранындан чөп ён (ялан сөзле).
Голуңы говшурып отурмасаң йүрегиң гысмаз.
Ислегиң үстүне башарныгам гошсаң, битмежек иш болмаз.
Гачыраныңы чөплесең — етиринерсиң.
Хожалыкчы киши өйүни битирер, ялта киши баржасыны йитирер.
Иш этмейән адам зат заяламаз.



СИЗИҢ КОНСЕРВ ЦЕХИҢИЗ

Гүйз... Сиз меллек ериңизиң хасылыны йыгнадыңыз, кәбир мивелери, ир-иймишлери магазинден, базардан сатын алдыңыз. Инди бу эмләги нәхили сакламалы? Элбетде, мивелердир ир-иймишлери шол терлижегине саклап болса оңа етеси зат ёк. Эмма өсүмликлерден хем, маллардан хем алыняң азыклык өнүмлериң аглабасы терлигине, тәзелигине дурмаяр. Диңе кәбир өнүмлери, меселем, дәнели өсүмликлери, хозы узаграк саклап боляр. Муны хем йөрите гурлан складлар бар ягдайында ве шол өнүмлерде заяланмагың әшгәр аламатлары ёк болса шейле эдип боляр.

Ферментлердир микробларың тәсир этмеги нетижесинде өнүмлериң заяланяндыгы беллидир. Шоларың тәсирине гаршы дурмак үчин хем адам асырларың довамында газанан тежрибесине даянып эне топрагың эчилйән өнүмлерини тәзеден ишлемегиң хем-де сакламагың усулларыны ойлап тапыпдыр, уланыпдыр. Өнүмлери тәзеден ишлемегиң хем-де сакламагың адам тарапындан ойланып тапылан хем-де уланыляң шол усуллары өнүмлери соватмакдан, доңдурмакдан, гыздырып консервлешдирмекден, дуза ятырмакдан, туршутмакдан, мариниңлемекден, гуратмакдан, гайт гошуп гайнатмакдан, какатмакдан ыбаратдыр.

Соңкы йылларда обаларыңдыр шәхерлериң илаты гөк өнүмлери, мивелери, ир-иймишлери, көмелеги, гөк отлары тәзеден ишлемек ве консервлешдирмек билен барха көп гызыкланяр. Өнүмлери консервлешдирмек иши биртопар аладалары дөредйән хем болса, көп зәхмети талап эдйән хем болса банкалара, чүйшелере ве бейлеки гаплара гапланан мивелердир гөк өнүмлер идеги аз талап эдйәрлер, сакланмагы үчин үйтгешик бир жай-да шерт талап этмейәрлер.

Өй хожалыкчы аялларың көпүсиниң консервлешдирилен гөк өнүмлере ве мивелере ынамсыз гараяндыгы гизлин зат дәлдир. Олар: «Гөк өнүмлердир мивелер тебигы. тер ягдайын-

да организме пейдалы затлара хем витаминлере байдыр» диен пикирден угур алярлар. Бу ерде гөк өнүмлердир мивелериң витаминлеринин йүз процент сакланып галмаса-да, тутуш йыллап диен ялы шол гөк өнүмлери ве мивелери ийип болянлыгыны гөз өңүнде тутмалы болса герек. Элбетде өнүмлериң дүзүминдәки пейдалы маддалары мүмкин болдугыча көп саклап галмак үчин, оларың консервлешдирилишиниң рецептлерини такык ерине етирмәге чалышмалы.

Өйде адамың гечйән сапагы

Витаминлер хазынасы

Өй консерв цехиниң мейлетин зәхметкешлерине халыпалык этмәге биз Консерв сенагаты ве азык технологиясы барадакы бүтинсоюз ылмы-барлаг институтың директоры Вячеслав Алексеевич Ломачинскини чагырдык.

—Ине-де бизиң оңа берйән илкинжи сорат-меселәмиз: өй шертлеринде консервлешдирмек билен мешгулланмак пейдалымыкабери?

—Өй шертлеринде өнүмлери соң иймәге тайынлап гоймак өңи билен машгала мадды тарапдан пейдалыдыр. Шейле эдилендe арзан дүшйән хем дүрли-дүрли өнүм соң иймәге тайынланып гоюляр. Шулар ялы өнүмлери олар тер гөрнүшинде магазиндир базарда сейрек «мыхман» болуп угран чагларында иймек боляр.

Ине мен сизе йөнекейҗе бир хасап-хесип эдип берейин. Сентябрда Руссияның орта чәклеринде помидорың 1 килограмы 50 көпүк чемеси, декабрда болса 2 манат 50 көпүк боляр. Помидорың 1 килограмыны 2 саны үч литирлик банка дуза ятырып боляр. Бу болса машгала 1 манада дүшйәр ве бир-ики хелделәп иймәге боляр.

Ине, инди консервлешдирмегиң пейдалыдыгыны-дәлдигини өзүңиз чөзүң. Бу сиз үчин таныш арифметика болса герек?

—Муны өй хожалыкчы аяллардан, элбетде, өнүмлери консервлешдирмек билен мешгуланян өй хожалыкчы аяллардан сорап гөрмек герек. Муны шолар говы билер. Ёгса-да, сиз нәхили пикир эдйәрсиңиз, дийсең гызыклы ве гүррүңсиз пейдалы бу ише көп адам өз бош вагтыны сарп эдйәрмикә?

—Бу иш билен йыл-йылдан көп адам мешгулланяр. Өзем диңебир аяллар хем дәл-де, эркек адамлар хем мешгулланяр.

Өй шертлеринде консерв тайярламагың мөчбери бирнәче миллиард шертли банка етип, такмынан бүтин юрдумызың консерв индустриясының өндүрйәниче дережә етйәр.

Өй шертлеринде консервлешдирмегиң гиң герим аляндыгына институтымыза гелйән хатлар хем шаятлык эдйәр. Йөне өзүмизе гелйән хатлардан чен тутсак консервлешдирмегиң усуллары билен дийсең йүзлей таныш адамлар хем бу иш билен мешгулланяр, бу болса көпленч халатда консервлешдирилен өнүмлерин заяланмагына гетирйәр. Бизден көмек сорап язянларын көпүси: «Эллә голай (йүзе голай) банка япдым велин, барысы «атылды» дийип зейренйәр. Өй хожалыкчы аялларын бу зейренжине дүшүнйәрсиң —оларың әхли азабы еле совруляр ахыры. Бу ерде әхли беланың көрүги консервлешдирмек технологиясынын бозуланлыгындадыр.

—Ёгсамам, сенагат усулында консервлешдирмек технологиясы билен өй шертлеринде консервлешдирмек технологиясынын арасында тапавут бармыдыр?

—Бу ердәки әхли тапавут консервлешдирмегиң мөчбери билен уланылян абзаллардадыр. Догры, консервлешдирмегиң сенагат технологиясы дийсең берк берҗай эдилйәр, өй шертлеринде консервлешдирмек барада велин муны айдып болмаз, себәби хер өй хоҗалыкчы аялың өз консервлешдириш усуллары бар. Йөне бу ишде бир зады дийсең берк ятда сакламалы: өй шертлеринде оңат тагамлы хем-де оңат сакланҗак консервлери алмак үчин санитария дүзгүнлерини берк берҗай этмели. Бу бабатда эдилйән эсасы талаплар шулардыр —гөк өнүмлердир мивелери оңат ювмалы хем арассаламалы, оларың гөвнүңизе чиглик гетирйән ерлерини кесип айырмалы, консервлешдирмек технологиясында талап эдилйән әхли гөркезмелердир рекомендациялары берҗай этмели. Булары берҗай этмек о диен кын хем дәлдир ве хер бир өй хоҗалыкчы аял үчин гүйчъетерликдир. Гөк өнүмлердир мивелери тәзеден ишлемегиң хем-де сакламагың иң бир аңсат хем элъетерликли усулы олары дуза ятырмакдыр ве туршатмакдыр. Шу усуллар уланыланда өнүмлер оңат сакланяр. Йөне, мәлим болшы ялы, дуза ятырылан ве туршадылан өнүмлериң тагамы хем-де азыклык гымматы тер өнүмлериңкиден дүйпли тапавутланяндыр.

Өнүмлери гүне какатмак хем хич бир хили чыкдайҗысыз хем-де йөнекей усулдыр. Эмма какадылан өнүмлериң хили тер өнүмлериң хилинден пес боляр.

Мениң пикиримче, мивелердир гөк өнүмлери стерилизирлемек (микроблардан арассаламак) усулы билен консервлешдирмек иң оңат усулдыр. Элбетде, бу усул консервлешдирмегиң хас чылшырымлы усулыдыр хем. Бу усулың дүйп манысы хеммелере дүшнүкли болса герек: өнүмлери банка я-да чүйшә саляр-лар-да, агзыны япып гыздырярлар, ягны буга тутуп я-да сувда гайнадып стерилизирлейәрлер. Бу усулың ене бир артыкмачлыгы —шейле усул билен консервлешдирилйән тер өнүмлере диңе гант я-да дуз гошуляр.

—Өнүмлери консервлешдирмегиң бу усулы шейле аңсат болян болса, нәме үчин стерилизирлемек усулы билен консервлешдирмек хеммә башардып дуранок? Бу ишиң хем өз гизлин сырлары бар болса герек?

—Диңе хөкманы ерине етирәймели бирнәче шертлер бар. Ол шертлер болса консервлешдирилйән пурсатда стерилизация геҹирмегиң вагтына, чиг малы ишләп гечмегиң тертибине хем-де гаплары япмагың дүзгүнлерине дегишлидир. (Мивелериң анык гөрнүшлери барадакы маглуматлары шу бабың ахырында берилйән пейдалы маслахатлардан аларсыңыз.) Консервлери әхли мивелердир ир-иймишлерден, белли бир кислоталыгы бар болан өнүмлерден, меселем, томатлардан, ышгындан, туршуҗа отдан; шейле хем хыяр, кәшир, соган, бурч, кәди ялы тер гөк өнүмлерден оларың үстүне аз мукдарда сирке я-да лимон кислотасыны гошуп тайынлап боляндыгыны билип иймак дийсең зерурдыр.

Өй шертлеринде этден, балыкдан, гөк нохутдан, реңкли келемден консервлер тайынлаҗак болмаң. Бейле этсеңиз көпленч ягдайда өнүмлери бидерек ере заяланыңыз хем-де вагт йитиреңиз галар. Себәби өй шертлеринде тайярланан шейле консервлер көпленч халатда адам организми үчин ховплы боляр.

—Шейлеликде, стерилизирлемек усулы билен консерв тайярламак өнүмлери узак сакламак үчин иң ыгтыбарлы усул экен. Йөне өнүмлери консервирлемегиң иң тыгшытлы усулы хайсыка?

—Консервлешдирмегиң ислендик гөрнүшиниң хем машгала үчин пейдалыдыгыны ене-де бир гезек белләп гечейин. Шейле-де болса көплер өнүмлери какатмагы консервлешдирмегиң иң аматлы усулы хасаплаяр. Меселем, мүрепбе, җем, компот, цукат ялы консервлер тайярлананда гутулгысыз ягдайда өнүмлериң витаминлери йитйәр, гөк өнүмлердир мивелер өз ширелеринде гайнаяр. Ине, шу себәпден хем илки билен өнүмлериң ширесини алып, оны тебигы гөрнүшинде сакламак пикири пейда боляр. Өнүмлериң какадылмагы шу максада етмәге мүмкин-

чилик берйәр. Шу усул билен ишленен гөк өнүмлердир мивелер ёкары (90°С-ден ёкары) температураның узак вагтлайын тәсирине сезевар эдилмейәр, бу болса чиг малың тагам хем азыклык хәсиетлерини хас оңат сакламага мүмкинчилик берйәр. Алнан ширәни ве какадылан өнүми бир йылдан хем узак вагтлап саклап боляр. Иң эсасысы хем какатмак усулы билен ики дүрли өнүм —шире хем какадылан гөк өнүмдир миве алыняр. Галыберсе-де, өнүмиң ширесини сыкып аланыңдан соң онуң лөтүнден мүрепбе-де, пюре-де, җем-де, цукат-да... тайынлап боляр. Какатмак усулының артыкмачлыкларына өй хоҗалыкчы аялларың мынасып баха берҗекдигине ынанярын.

—Бу айданларыңызың әхлиси оңат зат. Йөне кә халатларда ясамасы шейле бир чылшырымлы хем болмадык, йөне өнүмлери консервлешдиреңде дийсең зерур болуп дуран предметлери, меселем, металдан агызяпылары тапмак аңсат дүшмейәр. Бу кичиҗик проблема-да болса проблемалыгына галяр ахырын.

—Өй шертлеринде консервлешдирмек билен мешгулланянлар, гүррүңсиз, кынчылыклара дучар болар. Шол кынчылыкларың бири хем металдан ясалян стандарт агызяпыларың етмезчилик этмегидир. Оларың өндүрилиши хемише артдырылян хем болса бу проблема арадан айрылаянок. «Өй заводларының» эелериниң көпүсиниң агызяпылары 100-ден, хатда 200-ден хем гечирип аляндыгыны хем белләп гечелиң. Шунуң нетиҗесинде болса шол агызяпылар бирнәче йыллап диен ялы уланылман ятяр-да послаяр, шонуң нетиҗесинде болса уланылмадан галяр. Агызяпылары хакыкатда герек мөчберинде сатын алмак герек. Шейле эдилсе агызяпыларың гытчылыгы проблемасыны чөзмек хас чалтлашар.

Егсамам, кәбир ягдайларда йөрите агызяпылары уланман хем оңуп боляндыр. Себәби этияч үчин тайынланян өнүмлериң аграмлы бөлеги гүйзде хем гышың илкинҗи айларында ийилйәр, ягны о диен бир көп сакланылып дурулмаяр. Шонуң үчин хем консервлер гысга мөхлетлейин тайярлананда метал гысгычлы агызяпылары хем уланмак болар, йөне шол агызяпылар уланыланда банканың агзыны ашак тутуп, агызяпының җебислигини барлап гөрмек герек. Өңи билен иймек үчин тайярланылян консервлере полиэтилен агызяпылар уланылса-да болар.

—Пратики хәсиетли ене-де бир сорагы бермәге ругсат эдиң. Элин тайярланан консервлер бирденкә «ярылайса», оларың йүзүни хең тутса нәтмели?

—Өңи билен-ә консервлериң сакланышына дийсең үнсли гөзегчилик этмели. Ылайта-да тайярлананындан соңкы илкинҗи 10—15 гүнүң довамында олары гөзден салмалы дәл. Заяланмак аламатлары болан әхли консервлери хаял этмән ачмалы.

Йөне, шол ачак консервлериңизи зыңмага ховлукмаң. Меселем, үзүмден тайынланылан компотда, ширеде чалымтык реңкли зерреҗиклер гөрнүшинде чакыр дашларының чөкүндиси бо-

луп билер. Шейле зерреҗиклери болан компотың ширесини я-да сиропыны 2—3 гат хасадан сүзүп гечирмели.

Заяланандыр өйдүлен консервлериң хер гөрнүшине индивидуал чемелешмек герек. Агызяпылары пөкгерен я-да сиропы булашан компотлар хакыкатдан хем гөс-гөни ниетленен максады үчин уланарлыклы дәлдир. Булар ялы компотлары питә гуюп тәзеден гайнатмалы-да, кисел я-да пюре тайярламак үчиң уланмалы.

Томатдан пюрели я-да соуслы банканың агызяпысы пөкгерипдир диели. Мунуң үчин гынанып отурмагың хаҗаты ёк. Банканың ичиндәкилери тәзеден оңатҗа гайнадып, банканың гөврүминиң 10 проценти мөчберинде дуз гуйсаңыз, пюрени я-да соусы мундан бейләк хем саклап билерсиңиз.

Ене-де бир ягдай —ичи гөк өнүмлерден тайярланан маринадлы, туршадылан гөк өнүмли консервли банкаларың агызяпыларының пөкгермеги я-да ачылмагы өй хоҗалыкчы аялларың лапыны кеч эдйәр. Шунуң ялы ягдайларда маринадыны дөкүп, шол гөк өнүмлери тәзеден ювмалы-да башга бир арасса банкада ерлешдирип, үстүне тәзе, хас зорлы маринад гуймалы. Йөне, мунуң үчин өңки маринады хем улансаңыз болар. Эгер-де шейле этҗек болсаңыз өңки маринады тәзеден гайнадып 2—3 гат хасадан гечириң-де, сирке эссенциясыны гошуң. Ичи туршуҗа отлы банкаларың агызяпылары пөкгерен я-да ачылан болса, шол консервден эл үзэйиң.

Элбетде, консервлериң заяланып башланлыгы вагтында дуйлан ягдайында олары тәзеден япмак мүмкиндир. Узак сакланан банкаларың агызяпылары халыс пөкгерен, хасам бетери атылан болса оларың ичиндәкилери иймек болмаз. Банкаларың чат ачан ягдайында хем оларың ичиндәкилери иймек маслахат берилмейәр.

Хайсы өй хоҗалыкчы аял мүрепбели банканың агзында көпүрҗик пейда болса гынанмаз өйдйәрсиңиз? Йөне бу ягдайың хем алаҗыны тапып боляндыр. Мүрепбәниң хер килограмына 50—100 грам шекер гошуп тәзеден гайнатсаңыз мүрепбәни өңки тагамына гетирип билерсиңиз. Адатча, мүрепбе, җем, повидло, дузүминде етерлик дережеде шекер болманлыгы үчин туршаяр. Мүрепбедир җемиң, повидлоның шекери артык дүшен болса банканың гапагыны ачман ичи сувлы питә салып тә сув гайнаянча сакласаңыз, шекер эрәп сироп билен гарышар.

Шонуң үчин хем заяланҗак болан консервлери зыңмага ховлукмаң. Йөне, шейле-де болса, өнүмлери консервлешдирен вагтыңыз заячылыга ёл бермеҗек болуң. Консервлешдирмегиң технологиясыны догры берҗай этсеңиз, маслахат берлен усуллары голлансаңыз заячылыгың өңүни алып билерсиңиз.

—Инди болса иң соңкы совалымыз. Консервлер нәчерәк мукдарда тайярланылса говы боларка?

—Бу меселе бабатда белли бир маслахат бермек кын. Йөне йүзләп банкалап консерв тайярламак нәдогры болса герек. Көпленч ягдайда шол банкалар тәзе мөвсүме ченли бошадылып хем етишиленок. Меселем, үч литрлик банкада дуза ятырылан я-да маринирленен өнүм бир хепдәниң довамында ийлибем дурланок ахыры... Шонуң үчин хем өнүмлериң гышдыр яз пасłыңың диңе бәш-алты айы үчин ниетленип консервлешдирилйәндигини ятда саклап оларың сарп эдилип билинҗек чәгинден чыкмазлыга чалышмалы.

Пейдалы маслахатлар

Өй шертлеринде консервлешдирмек билен мешгулланҗак болянлара

Өңи билен консерв тайынлаҗак болян отагыңызы йыгнашдырмак герек. Уланян столуңыз агачдан болса үстүне арасса клеёнка япсаңыз говы болар. Отага чаң-тозан аралашмаз ялы, өзүңизе дувара болмаз ялы, шемаллы ховада әпишгелери ачмазлыгы маслахат берйәрис.

* * *

Консервлешдирмекде уланҗак әхли көмекчи өнүмлериңизи— шекери, дузы, йити тагамлы өнүмлери (далчын, бурч ве ш. м.) элъетерликде гоюң, йөне шунда иш ериңизде өзүңизе өврүлмәге, доланмага ер болмаз ялы этмәң. Бу затлары гоймак үчин, өзүңизе аматлы болан ерде, диварың йүзүнде текҗе гурнасаңыз хас говы болар. Өнүмлери болса шол текҗелерде, ичинде нәме барлыгы йүзүне язылан, агзы җебис япылян галайы банкаларда гоюң. Сирке эссенциясыны 5—10 проценте ченли гарылан ягдайында чүйшеде айратын сакласаңыз гөвнеҗай болар. Иш ериңизи тайынламага, көмекчи өнүмлери сайлашдырып гоймага сарп эдйән вагтыңыза гынанып дурмаң. Консервлешдирмек ишиниң гидишинде бу сарп эден вагтыңызың өвезини артыгы билен доларсыңыз. Консервлешдирмәге герек болҗак абзаллары хем үнс билен җемләң. Бу абзаллар хем элиң ашагында болмалыдыр. Өнүмлери консервлешдирмек үчин посламаян металдан ясалан пычаклар, чемчелер, чаршаклар герекдир. Булардан башга-да кепгир, сүзгүч, чолпы, сусак, эт үвелйән машын, гөк өнүмлери дограмак үчин тагта, өнүмлери гырмага гыргыч герекдир. Өнүмлер гайнадыланда, буглананда, гыздырыланда гызгынлыгы өлчемек үчин 120—150°С-е ченли шкаласы болан термометр хем герекдир. Чиг малы, көмекчи өнүмлери чекмек

үчин терези, өлчемек үчин өлчег габы хем өй консерв «цехи» үчин зерур энҗамлардыр. Сироплардыр дузлы сувларың дыкызлыгыны өлчемек үчин герек болан ареометри сатын алсаңыз-ха оңа етеси зат ёк. Өнүмлериң гайнадылыш я-да болмаса гыздырылыш довамлылыгына гөзегчилик эдип дурарыңыз ялы, сизе сагат хем герек болуп дурар.

* * *

Өй шертлеринде өнүмлери ёкары хилли консервлешдирмек үчин чемели хем-де оңат тайярланан гап-да герекдир. Гөк өнүмлери хем, мивелердир ир-иймишлери хем консервлешдирмек үчин айнадан агызяпылары резин халкалы хем-де агызяпысы йөрите ниетленен полат гысгычлы дүрли гөврүмли айна гапларың хас аматлы болядыгыны тежрибе гөркезип гелйәр. Эгер-де галайы агызяпылы стандарт банкалары пейдаланмакчы болсаңыз, йөрите шу иш үчин ниетленен япыҗы машинка эдиниң.

Әхли бабатларда айна гап оңатдыр. Йөне гөк өнүмлер я-да мивелердир ир-иймишлер көп мөчберде консервлешдириленде айна гап уланмак аматсыз боляр, себәби хер бир айна габың гөврүми чәклидир. Шонуң үчин хем башга дүрли, хас гөврүмли гапларың әхмиетине кембаха гарап болмаз. Меселем, келеми туршатмак үчин, хыяры дуза ятырмак үчин ичи сырчалы ортача гөврүмли гаплары—бедрәни, кичеңрәк челеги уланмак аматлыдыр. Йөне бу хили ягдайларда иң гиң яйран хем иң аматлы гап агач челекдир. Догры, өнүмлери дуза ятырмага хем узак вагтлап сакламага ислендик челек ярап хем дурмаяр. Бу максатлар үчин япраклы агачлар —дубдан, букдан, чынардан, осинадан, липадан ясалан челеклер яраяр. Өнүмлер дуза ятырланда пүрли агачлардан ясалан челеклери уланмазлыгы маслахат берйәрис. Себәби, бу агачлардан ясалан челеклер дуза ятырылан өнүмлериң тагамына отрицатель тәсир эдйәр. Демирден, алюминден, мисден ясалан, йүзи галайыланан гаплар хем бу максат үчин уланмага ярамсыздыр. Дуза ятырылан өнүмлери посламаян полатдан ясалан гапда хем узак вагтлап сакламалы дәл.

* * *

Айна габы консерв япмага нәхили тайынламалы? Бу кын болмадык, йөне дийсең пәкизелиги талап эдйән ишдир. Өң уланылан банкалары арасса гызгын сувда 1—2 сагатлап гоймалы. Банкаларың диварларында яг ёкундылары галан болса, сува ичимлик сода гошмак герек. Шундан соң банкалары сабынлы я-да содалы эргине батырылан чотга билен ювмалы, арасса сув билен бирнәче гезек чайкамалы. Консервлешдирҗек вагтыңыз болса оны гызгын сува чайкамалы.

Банкаларың галайы агызяпыларыны хем шейле усулда тайын эдип гоймалы. Агызяпылары хем оларың резин халкаларыны сабынлы йылы эргинде ювуп, арасса сува чайкамалы. Соң резин халканы агызяпа гейдирип 5 минутлап гайнатмалы.

Агачдан гаплары өнүмлери дуза ятырмага я-да туршатмага башламазыңыздан кән озал тайынлап гоймалы. Өңи билен оларың берклигини барлап гөрмели. Мунуң үчин челеги 2—3 хепделәп сувдан долдурып гоймалы, йөне челегиң сувуны 2—3 гүнден тәзеләп дурмагы ятдан чыкармаң. Челекден сувуң акмаянлыгына гөз етиреңизден соң, ичини чотга билен оңат эдип ювмалы. Мунуң үчин челегиң үчден бири мөчберинде каустик я-да кальцилешдирилен соданың говшак эргинини гуймалы. Шунда эргин гызгын болмалыдыр. Эргини болса шейле усулда тайынламалы: 10 литр гайнаг сува 8 грам каустик сода я-да 20 грам кальцилешдирилен сода гошмалы. Шундан соң ювуҗы эргин долы айрылянча челеги арасса сув билен гайта-гайта ювмалы. Өң уланылан челеклери болса ики гезек —өлленмезинден өңүнден хем соңундан ювмак герекдир. Юмшак хилли агачлардан ясалан челеги ювуп боланыңыздан соң үстүнден гызгын сув акыдың, оңат гурандан соң болса эредилен парафин билен хаял этмән 2—3 гезек яглаң. Челеги ягламак үчин дүзүминиң 60—70 проценти парафин, 30—40 проценти болса канифол болан гарындыны улансаңыз хас хем говы болар.

Шу ишлери бирйүзли эдениңизден соң өй консерв цехиңиз әхли герекли затлар билен үпҗүн эдилен хем ише тайын дийип дүшүнип билерсиңиз.

* * *

Тер хем ишленен азык өнүмлерини стерилизирлемек үчин, олары айна банкалара салып белли бир температура ченли гыздырмалы-да, агызяпыларыны җебис япмалы.

Консервлери гыздырмагың бирнәче усулы бардыр, иң аматлы усулы болса консервлешдирилен өнүми сувлы габа (кичирәк демир челеге, питә, бедрә) салып гыздырмакдыр. Мунуң үчин габа сув гуймалы-да, банканың ичиндәки өнүме баглылыкда 40—70°-а ченли гыздырмалы. Сувлы габың дүйбүнде агачдан гөзенек я-да фанера, картон бөлегини ве ш. м. гоймалы. Шундан соң агзы япылан банканы габың ичинде гоймалы. Шунда габың ичиндәки сув банканың «герденлеринден» гечмели дәлдир. Шондан соң габың гапагыны япып ичиндәки сувы 80—90° С-е я-да еңилҗек гайнаян дереҗә етирмели-де, зерур вагта ченли сакламалы. Гыздырмагың довамлылыгы өнүмиң гөрнүшине, сакланан ягдайына, онуң овнуклыгына-ирилигине, туршулык дереҗесине хем-де габың гөврүмине баглыдыр.

Габың гөврүмине баглылыкда өнүмлериң дүрли гөрнүшиниң стерилизирлениш мөхлетиниң мысалы таблицасыны гөркезйәрис:

Мивелериң ве ир-иймишлериң ады	Сувуң гайнан мөхлетинден башлап өнүмлериң стерилизирленишиниң довамлылыгы. Минутларда	
	0,5 л. гөврүмли банкалар	1 л. гөврүмли банкалар
Эрик	10—12	15—18
Бейи	20—25	30—35
Үзүм	10—12	15—18
Үлҗе	10—12	15—18
Армыт	20—25	15—18
Шетдалы	15—20	20—25
Гаралы	10—12	15—10
Алма	15—20	20—25

Гыздырмак мөхлети тамамландыгы банканы гапдан йөрите гапҗавачлар билен тутуп чыкармалы-да, үстүне полотенца язылан я-да бирнәче гат эдилип арасса кагыз дүшелен стола чыкарып, шол бада-да япыҗы машын билен гапагыны беркитмели. Соң болса банкаларың җебис япыланыны-япылманыны барламак үчин, олары столуң үстүнде эйләк-бейләк тогалап гөрмели ве совары ялы, дашарда гоймалы. Компот я-да маринад тайярлаян болсаңыз мивелериң артыкмач гайнамазлыгы үчин соватмак процесини чалтландырмак болар. Мунуң үчин банкалары илкибада 4—5 минутлап 65—70° С, соң болса шонча вагтлап 35—45° С сува чүмдүрип чыкарайың. Шундан соң болса гутарныклы совамагы үчин, банканы дашарда гоюң. Банка совадыланда дийсең сересаплы болмагы маслахат берйәрис, себәби температураның бирден үйтгемеги себәпли банканың дөвүлмеги мүмкиндир.

* * *

Эгер-де сиз гыш паслы хем тәзеҗе мүрепбе, җем, повидло, желе, миве ширесини, кисел, пирогларың ичине салынян бал тайынламакчы болсаңыз тайынлаҗак өнүмиңиз хилиниң ёкары болмагыны үпҗүн этҗек шу усулы пейдаланып билерсиңиз. Йөне бу усулы диңе мивелерден ве ир-иймишлерден өнүмлер тайярланыланда уланып боляр.

Өнүми питә салмалы-да аз-кем сув гуюп мыгыллап гайнамак дережесине етирмели. Мивелердир ир-иймишлери мынҗыратман усуллык билен булап 5—10 минутлап гайнатмалы. Шондан соң болса өнүми, ярылмазлыгы үчин, өңүнден гыздырылып гойлан айна банка гуймалы. Өнүми банканың бокурдагына 3—4 сантиметр етирмән гуймалы ве өңүнден гыздырылан галайы

гапак билен банканың агзыны япмалы. Соң болса банканың ортасына гаранда диварларының температурасы пес боланы үчин хем-де ичиндәки өнүми оңатҗа гармак үчин оны усуллык билен бирнәче гезек чайкамалы ве тә соваянча бокурдагыны ашак эдип гоймалы.

Шу усул билен консервлешдирмек үчин 2—3 литрлик сыгымы болан гаплар хас аматлыдыр, себәби онуң ичине гуйлан өнүм етерлик дережеде хаял соваяр ве гыздырмак үчин герекли режими алып боляр. Эгер-де банканың сыгымы гереклисинден аз болса, оны ичи гызгын сувлы киченрәк демир челеклерде гошмача гыздырмалы боляр. Шунуң ялы ягдайда ярым литрлик банкалары 6—7 минутлап, 1 литрик банкалары болса 12—15 минутлап гыздырмалыдыр.

* * *

Гаралыдан, эрикден, шетдалыдан, армытдан компотлары, хыярдыр помидордан маринады нәхили усулда тайынласаң оңат боляр? Булары өй шертлеринде тайынламагың йөнекей хем ыгтыбарлы усулы шундан ыбаратдыр.

2—3 литрлик арасса банканы гызгын сув билен чайкап, ичине тайынламакчы болян өнүмиңизи салярсыңыз. Мивелердир ир--иймишлери банка салмазыңыздан озал оңат эдип арассаламалыдыгы —оларың заяланмадыгыны хем-де зепер етмедигини сайлап алмалыдыгыңыз, сапакларыны, эзилен ерлерини айырмалыдыгыңыз хем-де оңат эдип ювмалыдыгыңыз өз-өзүнден дүшнүкли болса герек. Шундан соң банка салан задыңызың үстүнден гайнаг сув гуймалы. Шол гайнаг сувы 2—3 минутдан соң дөкүп, онуң ерине —компот тайярлаян болсаңыз гайнап дуран шекерли шире (1 литр сува 200—300 грам шекер гошмалы), маринад тайярламакчы болсаңыз хем гайнаг сув гуймалы. Шол гуян сувуклыкларыңызы хем 2—3 минутлап саклап дөкмели. Үчүнҗи гезекде болса компот тайынлаҗак өнүмлериңизиң үстүне ене-де шекерли шире, маринад тайынлаҗак өнүмлериңизиң үстүне болса гайнап дуран эргин гуймалы. Йити тагамлы маринад тайярламак үчин гуян гайнаг эргиниңизиң составы ашакдакы ялы болмалы: 1 литр гайнаг эргине 500 грам сирке (6 процентли), 400 грам сув, 80 грам шекер, 35 грам дуз, 4 грам гөк петрушка, 3 грам эстрагон, 3 грам укроп, 2 грам лавр япрагы, 7 грам сарымсак, 2 грам хрен өсүмлигиниң көки, 2 грам гара смородина япрагы. Йити тагамлы әхли өсүмлиги банка атып, шекери, дузы, сирке кислотасыны сува гарып үстүнден гуймалы. Шундан соң банканы хаял этмән галайы гапак билен япып, совамага гоймалы.

* * *

Өй шертлеринде консерв тайярланыланда өнүмлери буга тутмак усулы билен хем стерилизирләп болар. Бу усул етерлик

дережеде мәлимдир хем өзүниң ыгтыбарлылыгыны субут эдендир. Йөне бу усулың екеже кемчилиги бар. Гынансагам, сенагат бу максатлар үчин йөрите инжамлары өндүрмейәр, шол энжамлары өй шертлеринде ясамак болса кын. Шонуң үчин хем бу усул билен өнүмлери консервлешдирмегиң диңе принциплери барада агзап гечәелиң. Ол шундан ыбаратдыр: сув гайнанда эмеле гелйән бугы турба аркалы ичи мивели банка гөнүкдирмели. Ичиндәки өнүм 10—15 минутлап буга тутуландан соң банканың агзыны гайнадылан галайы гапак билен япмалы.

Өй шертлеринде нәмелер тайярлап боляр

«Өй цехиңизде» сиз мивелердир гөк өнүмлерден компот, пюре, желе, мүрепбе, җем, мармелад, цукат, маринад ве миведир ир-иймиш ширесини тайярлап билерсиңиз. Өнүмлери консервлешдирмегиң биртопар усуллары ве рецептлери бардыр. Биз шоларың эсасыларының үстүнде дуруп гечмекчи.

Компот. Айдалы, земляникадан компот тайынламак үчин иймиши совук сувда ювуп, сапагыны ёлман окараяпражыкларыны айрышдырмалы. Ювулан сув акып гутардан соң, иймиши банка салып, үстүнден шекерли гызгын сироп гуймалы (1 литр сува 200—300 грам шекер гошмалы). Гайнан сиропы иймишиң үстүнден гуймаздан өңүнчә салфеткадан сүзүп гечирмелидир. Шундан соң банканың агзына гапак япып сувлы питиниң ичинде гоймалы. Питидәки сувуң гызгынлыгы 40—45° С болмалыдыр. Соңра питиниң ичиндәки сувы гайнамак дережесине етирип, ярым литрлик банкалары 4 минутлап, бир литрлик банкалары болса 7 минутлап сакламалыдыр. Шу мөхлет гечен-ден соң банканы питиден чыкарып эйләк-бейләк тогаламалы-да, агызяпысы гошмача гызар ялы, бокурдагыны ашак эдип гоймалы.

Бейлеки иймишлерден компот хем эдил шу усул билен тайярланыляр: малинадан компот тайярламак үчин 1 литр сува 200—300 грам шекер, крыжовникден компот үчин 1 литр сува 300—400 грам шекер, гара смородинадан компот үчин 1 литр сува 300—400 грам шекер, үлжеден компот үчин 1 литр сува 200—400 грам шекер, үзүмден компот тайярламак үчин хем 1 литр сува 300 грам шекер герек боляр. Крыжовникден компот тайынлананда өңүнчә шол иймишлериң хер еринден-хер еринден дешишдирмелидир. Бир литрлик банкалары 85°С-де 15—20 минутлап, үч литрлик банкалары болса 25—30 минутлап гыздырмалыдыр. Үлжеден компот тайынланыңызда шәниклерини айырсаңыз хем болар, айырмасаңыз хем.

Мүрепбе. Мүрепбе тайынламак мивелердир ир-иймишлери өй шертлеринде тәзеден ишлемегиң иң гиңден яйран усулларының биридир. Мүрепбе гайнатмагың дүрли усуллары бардыр, йөне,

мүрепбе нәхили усулда тайярланылса-да, онуң оңат сакланмагы үчин мивелердир ир-иймишлере эдил рецептде гөркезилен мукдарда шекер гошмалыдыр, иң эсасы шерт хем, мүрепбәни гөркезилен мөхлетине ченли гайнатмалыдыр. Шу шертлер бержай эдилмедик ягдайында мүрепбе туршар хем йүзүни хең тутар. Мүрепбәниң өл, оңат ювулмадык габа гуюлмагы, онуң шемалладылмаян, чыглы җайда сакланылмагы хем ёкарда агзалан ягдая гетирип билер.

Гуры, дең дережеде бишен мивелердир иймишлери оңат эдип ювмалы-да, сувуның долы акып гутарарына гарашмалы. Шоңа ченли сироп тайынламак билен мешгулланмалы. Мунуң үчин латун габа, сырчалы арасса легене я-да питә өлчелен мукдарда 1 стакан—200 грам, ярым литрлик банка—400 грам, бир литрлик банка —800 грам шекер гуймалы. Онуң үстүнден совук я-да гызгын сув гуймалы-да, габы отда тә шекер долы эрейәнчә булап дурмалы. Шол сувуклык гайнандан соң сиропың тайын болдугыдыр. Шондан соң отда дуран сироплы габа усуллык билен мивелери я-да ир-иймишлери атмалы-да, ювашлык билен

буламалы. Шунда сироп мивелериң хем ир-иймишлериң үстүни хөкман басмалыдыр. От хем арам ягдайда янмалыдыр. Сироп гайнандан 3—4 минут гечен соң, онуң йүзүнде көпүрҗик месе-мәлим пейда болдугы, габы отдан айырмалы-да еңилҗек чайкап көпүрҗиги сырып айырмалы. Шундан соң сиропы тәзеден отда гоюп ене-де көпүрҗиклейәнчә гарашып. шол көпүрҗиги хем бада-бат айырмалы. Шу усул билен мүрепбе гайнатмагы тә көпүрҗигиң көк мукдарда чыкмасы азалянча довам этдирмели. Мүрепбәниң дүйби янмаз ялы, шол вагтың бүтин довамында оны эмай билен булап дурмалыдыр.

Мүрепбәни артыкмач гайнатмаз ялы, онуң тайын болан вагтыны хем кесгитлемеги башармак герек. Мүрепбәниң тайын боланлыгыны кесгитлемегиң бирнәче усулы бардыр. Эгер-де сироп чемчеден инчеҗик сапак ялы болуп акса мүрепбәниң тайын болдугыдыр я-да тарелкада совадып гоян бир чемче мүрепбәңиз даргамаса мүрепбәниң тайын болдугыдыр.

Тайын болан мүрепбәни алюмин я-да сырчалы арасса габа гуймалы. Йөне оны хич хили ягдайда демир я-да чоюн габа гуймалы дәлдир. Габа гуйлан мүрепбәни 8—10 сагатлап совамага гоймалы, совандан соң болса банкалара гуюшдырып, агызларыны җебис япмалы.

Дүрли мивелердир ир-иймишлериң үстүне гуймалы шекериңизиң мукдары (1 килограм мивә я-да ир-иймише 1 килограм шекер мөчберинде) шейледир: земляника, клубника, малина, бөвүрслен—1,2, гара смородина; клюква; брусника — 1,3—1,5; үзүм —1—1,2.

Гөк отларың консервлешдирилиши. Адатча, туршуҗа от, укроп, петрушка консервлешдирилйәр. Консервлешдирилҗек гөк отлары оңат эдип ювуп, үстүнден гайнаг сув гуймалы, шондан соң болса гурамага гоймалы. Соңра оты овунҗак эдип кер-

КОНСЕРВЛЕРИҢ ТАРЫХЫ.

Гоголың «Дерңевчисинде» Хлестаковың шәхер хәкиминиң өйүнде пейда болшуны ятлаң. Лүл-гаммар болан мыхманың: «Мен Пушкин билен хем шепе. Мениң язан эсерлеримем көп. Мениң өйүм Петербургда биринҗи өй. Мен улы томашалар-баллар гураярын» дийип окаян самахыллыларыны хем-де: «Мысал үчин, столуң үстүнде гарпыз — еди йүз манатлык гарпыз. Габың ичинде суп, параход билен догры Парижиң өзүнден гетирилип, гапагыны ачан бадыңа, ичинден шейле бир буг чыкяр, оңа меңзеш тапҗак гүманың ёк» дийййән ерини ятлаң.

Элбетде, Хлестаков агзына гелени отаряр. Йөне «догры Парижиң өзүнден гетирилен суп» барада айданда ол ялан сөзлемейәр. Гоголь «Париж-ден гетирилен субы» ниреден алдыка? Муны аңсатҗа дүшүндирип боляр. Кулинария сарпа гойян адам болан Николай Васильевич, негерем, «Русский архив» журналының 1821-нҗи йылдакы санында агзалып гечилен хайран галаймалы ягдайда тайярланан чорба барадакы гүррүңи назарындан сыпдыр-

чешдирмели-де, дуз билен гарып (1 килограм ота 200 грам дуз сепмели), банка дыкып, агзыны хем адаты полиэтилен гапак билен япмалы. Консервлешдирилен гөк оты гараңкылыкда, салкын ерде сакламалыдыр.

Гөк от басылан банканың ичине хова дүшмезлигиниң талап эдилмейәндигини айратын ныгтап гечесимиз гелйәр. Бу ягдай консервлешдирилйән өнүме дуз я-да шекер гошулян әхли ягдайлара дегишлидир. Меселем, шекер билен гарылан клюква консервлешдириленде 1 килограм иймише 1,5 килограм шекер гошуляр.

Чала дузланан хыяр. Өңи билен шу максат үчин уланарлык —гөкҗе, кичеңрәҗик хыярлары сайлап алмалы. Соң олары оңат эдип ювмалы-да сырчаланан я-да айна габа салып, үстүнден, укроп, эстрагон, хрен япракларыны хем сарымсак дишлерини гоюшдырып зорлы сув гуймалы. Чала дузланян хыяры консервлешдирмегиң артыкмачлыкларының бири хем оны чалт тайярлап болянлыгындандыр. Чала дузланан хыярың консервлешдирилишини хас чалтландырмак хем болар. Мунуң үчин банка басян хыярларыңызың ики уҗуны хем кесип үстүнден зорлы гызгын сув гуяйың. Шу усул билен дузланан хыяры эййәм бирнәче сагатдан соң сачага эберип билерсиңиз.

Зорлы сува атҗак дузуңызың мукдары хыярларың улулыгына-кичилигине баглыдыр: овунҗак хыярлары дузланыңызда 10 литр сува такмынан 400 грам дуз, улырак хыярлары дузланыңызда болса 10 литр сува 600 грама ченли дуз гуюп билерсиңиз.

Дуза ятырылан келем. Гүйз паслы келемиң дуза ятырылян дөврүдир. Уссадың эли билен тайынланан бу өнүмиң тайы болмаз. Онсоң хем келеми терлигине-де, дуза ятырып хем, туршадып хем, ондан дүрли нахарлар тайынлап ийсең хем боляр: Ийсең доюп болмаян дуза ятырылан келем тайярламак үчин

мадык болса герек. Шол журналда Петербургың почт —директоры К. Я. Булгаковың өз доганы билен алшан хатлары чап эдилипдир. Ол доганына язан хатында бир отурылышыкда Ост-Хиндистанда тайярланып Лондондан иберилен, пышбага этинден биширилен чорба берлендигини айдяр. «Инди нахар биширмеги шейле бир кәмиллешдирипдирлер велин, Парижде Робертсиң биширен тайын нахарларыны тәзеликде ойланып тапылан нәхилидир бир галайы гаплара гаплап Хиндистана иберйәрлер, шол гапларың ичиндәки нахар асла заяланмаяр» дийип, ол доганына язяр.

Шол вагтлар бу ачышың эдиленине бары-ёгы онларча йыл болупдыр. Ачышың эдиленлиги үчин болса биз бугланандан соң галян адаты соуса миннетдар болмалыдырыс. Догрусы, илкибадалар тәзе усул билен тайярланан соуса мүңкүрлик билен гарапдырлар. Мысал үчин, шотланд алымы Нидгэм шейле бир тежрибе гечирипдир: ол этден тайярланан соусдан ала-га-да, чүйшә салып, агзыны дыкыпдыр-да гайнадыпдыр. Чүйшәниң ичиндәки соус гайнандан соң адатча өнүмлери заялаян микроблар өлүпдир, йөне бирнәче вагт гечενден соң олар ене-де пейда болупдыр. Муңа себәп болян зат хем

профессионал кулинар болмак хөкман дәлдир. Бу ишиң хөтдесинден гелмек үчин көп йылларың тежрибеси эсасында газаныдан зерур дүзгүнлери билмек хем-де шолары гышарныксыз ерине етирмек етерликдир.

Өңи билен келемиң әхли сортларының дуза ятырмак үчин ярамлы болуп дурмаяндыгыны ятдан чыкармалы дәл. Бу максат үчин келемиң аралык дөвүрде етишйән хем-де гич етишйән «Слава», «Московская», «Белорусская» ве ш. м. сортлары ярамлыдыр. Келеми дуза ятырмакчы болсаңыз, өңи билен онуң хапа хем-де зая япракларыны айрышдырып, овунжак деграшдырмалы я-да керчемели. Доградан келеми агачдан яда сырчаланан габа салып, үстүнден хем дуз гуюп, дуз тә келемиң өз сувунда эрәп гидйәнчә оңат эдип гармалы. Соң шол келеми аз-аздан алып челеге я-да башга бир габа салып уграмалы хем-де вагтал-вагтал оны тә йүзүне сувы чыкянча басмалы. Шунда келеме дилкавланып догралан кәшир, алма, ыслы бурч, лавр япрагыны хем гарып билерсиңиз.

Догралып дузланан келемиң арасы билен келем токгасыны тутушлыгына я-да ики бөлүп бассаңыз болар. Шейле этмекчи болсаңыз келем токгасының дүйбүндәки гаты өзени хачжа гөрнүшинде дилип, шол дилнен ерлерине хем дуз гуюң.

Келеми габа басып боланыңыздан соң ёкарсыны онуң тер япраклары, мата билен япып, үстүнден хем аграмлык үчин бир зат гоюп, габың гапагыны япың. Бирнәче вагт геченден соң шол аграмлык задың басышына келем габың дүйбүне чөкүп зорлы сувы йүзүне чыкар. Эгер-де зорлы сув габың йүзүне чыкмаса аграмлык үчин гоян задыңызы хас агралдың. Зорлы сув келемиң үстүне чыкмаса, келемиң ёкары йүзи заяланып башлар.

Келемиң туршамагы такмынан бир хепдә чекйәр. Бирнәче гүнден келемиң ёкарсында көпүржикли сув пейда боляр. Бу яг-

---

чүйшәниң бокурдагының берк дыкылманлыгыды. Эмма шотланд алымы «соусың өзи микроблары дөредйәр экен» диен ялңыш нетижә гелйәр. Итальян алымы Спаллацани болса онуң билен ылалашмандыр. Ол хем шотланд алымының гечирен тежрибесини гайталапдыр, йөне ол чүйшәниң бокурдагына дыкы дыкмандыр-да, галайылапдыр. Гайдып микроб гөрүнмәндир.

Алымларың бу жедели хем-де гечирен тежрибелери барада парижли кондитер ве ашпез Никола Франсуа Аппер эшидипдир. Дийсең башарныклы адам болан Аппер алымың ачышыны нәдип пейдаланып болжакдыгына деррев акыл етирипдир. Аппер чүйшедир банкалары чорбадан, гайнадылан хем-де говрулан этден, мүрепбеден долдурышдырып гапларың агзыны хова гечмез ялы эдип галайылапдыр-да, узак вагтлап сувда гайнадыпдыр. Ичи иймитли шол гаплары ол 8 ай саклaндан соң ачып гөрсе гапларың ичиндәки өнүмлериң тагамы хем үйтгемән экен.

Аппериң бу тәсин ачышы түйс вагтында эдилипдир —Наполеон өз гошунларыны иймит билен үпжүн этмек проблемасыны шейле аңсатлык билен чөзүпдир. Француз хөкүмети ашпезе дөвлет байрагыны берипдир. Шейле хем

дай газы гидер ялы, басылан келемиң хер ериндек-хер ериндеи ужы чиш узын зат билен дүртүшдирип чыкмалыдыгыны аңлад-яр. Ики гүнден соң шу иши ене-де бир гезек гайталамалы.

Шу ишлер эдиленден соң бир хепдеден келем тайын болар. Ол дув ак я-да янтар-сары реңк алып, тагамы агзыңа хош якар. Зорлы сувы хем буланчак болман, эйсем дуп-дуры болар. Шундан соң басан келемиңизи йылы җайдан айрып, температурасы 5° С-ден гечмейән ерземине я-да бузхана гечирмели. Басан келемиңизи узак саклаҗак болсаңыз зорлы сувуң хемише йүзүне чыкып дурмалыдыгына гөзегчилик эдиң. Зорлы сувуң йүзүниң хеңлемеги мүмкиндир. Шунуң ялы ягдайда хеңи усуллуҗак билен айраймалы. Габың гапагыны, келемиң үстүнден гойлан аграмлыгы хем-де хасаны гайнаг сува вагтал-вагтал ювуп дурмалы.

Арассаланан 100 килограм келеми дуза ятырмак үчин 2,5 килограм дуз, 4—10 килограм кәшир я-да 5—8 килограм алма, 5 грам ыслы бурч, 10 грам лавр япрагы хем-де ислегиңизе гөрә 20 грам чемеси тмин оты герек болар.

Сува ятырылан алма. Сува ятырмага ярамлы болан «Антоновка», «Анис», «Бабушкино»; «Осенное полосатое (Штрейфлинг)» алма сортларыны алып чүйремедик, заяланмадык алмалары сайлашдырың хем оңат эдип ювуң. Алма басҗак челегиңизиң дүйбүне гара смородинаның я-да үлҗәниң япракларыны дүшәң. Шол япракларың үстүнден хем сапагыны ёкары эдип, бир хатар алма дүшәң. Шондан соң галан алмалары өңкүлериң үстүне дүзмән дөкүшдириң-де, үстүнден хем япрак дүшәң.

Шундан соң 10 литр сува 400 грам гант (я-да 600 грам ары

Аппере «Адамзада хайыр эдиҗи» диен ат берлипдир. 1810-нҗы йылда Аппер «Хайванларың ве өсүмликлериң субстанциясыны бирнәче йыллап сакламак сунгаты» атлы китабы чап эдипдир. Тиз вагдан ол «Апппериң өйи» атлы фабриги дөредипдир. Шол фабрик ер йүзүнде илкинҗи консервлешдириҗи кәрхана болупдыр. Аппериң өз фабригиниң өнүмлеринден пейдаланаңыны-пейдаланманыны тарыхчылар биленок, йөне ол 91 яшапдыр.

Йөне илкибадалар Францияда консервлешдирмек иши ёл алмандыр. Бу иши Англияның есер кәрхана эелери алып гөтерипдирлер. Олар бу иши хас кәмиллешдирипдирлер —чүйшелериң дерегине галайы банкалары уланып угрыпдырлар.

Айлар айланып, йыллар доланыпдыр. Ики саны иңлис эмигрантының үсти билен консервлер Америка хем барып етипдир, бу өнүм ол ериң илатының агзына-да ярапдыр. Ол ерде хем өнүмлери узак вагтлап сакламак үчин галайы банкалары уланып угрыпдырлар. Өнүмлери галайы банкада сакламагың ачылмагы консервлериң ер йүзүне еңишли йөрүйшиниң башланмагында тарыхы сепгит хасапланыляр. Эмма адамзат консервлешдирмегиң дүйп манысы-

балы), 50 грам дуз хем 200 грам човдары унуны гошуп эргин тайярлаң.

Шол тайярлан эргиниңизи алма басан челегиңизе гуюп, үстүнден тегелек, ясы агач билен басдырып аграмлык даш гоюң. Эргин алма басдырылан тегелек, ясы гапакдан 3—4 сантиметр сайланып дурар ялы, челегиң ичине вагтал-вагтал тәзе эргин я-да совук сув гуюп дурмалы. Алма туршандан соң челеги салкын ере гечирип билерсиңиз. Басаныңыздан 20—30 гүн геченден соң, алманы сачага алыбермели.

Какатмагың тәзече усулы. Өнүмлери өй шертлеринде какатмагың технологиясының ишленилип тайярланыланына ончаклы көп вагт геченок дийсек хем болар. Өнүмлери какатмак үчин, өңи билен зерур болан әхли санитар дүзгүнлери бержай этмели. Өнүмлер какадыланда хем консервлешдирмегиң бейлеки гөрнүшлери үчин уланылян энҗамлар пейдаланыляр. Өң айдып гечишимиз ялы, бу усул билен консервлешдириленде ики дүрли өнүм —өнүмиң ширеси хем какадылан гөрнүши, пюре, җем, цукат ве ш. м. алыняр: Какатмак усулы билен алнан өнүмлери бокурдагы дыкылы чүйшелерде хем-де агзы ыкҗам богулан кагыз я-да полиэтилен букҗаларда сакламалы.

Өнүмлерден алынян шире. Маслахат берйән усулымыз билен шире алмакчы болсаңыз, мивелериң хем гөк өнүмлериң үстүне күлке шекери я-да мивелерден алынян ганды әләп сепмели я-да ары балыны гуймалы ве белли бир шертлерде сакламалы. Шу усул билен шире алнанда бейлеки усуллара гаранда аз шире чыкяр, йөне, алнан шире хас дуры боляр. Мундан башга-да бу усул билен консервлешдириленде өнүм пастерилизирлененден соң икинҗи гезек хем шире алып боляр.

Какадылан өнүм. Мивелердир гөк өнүмлериң ширеси алнандан соң галан массаны йылылык билен ишлемели, ягны, ше-

---

на диңе Луи Пастериң бейик ачышларындан соң айдың дүшүнипдир, шол ачышлардан соң пастеризация (микроблары гырмак) методы ылмы эсас алыпдыр.

Руссияда өнүмлери консервлешдирмек иши билен илкинҗи гезек алым, җемгыетчилик ишгәри хем аң-билим яйрадыҗы Василий Назарович Каразин XIX асырың орталарында мешгулланыпдыр. Ол оба хоҗалык чиг малыны тәзеден ишлемек боюнча, консервлешдирмек, шерап ясамак, мивелери буга тутуп какатмак, гураксы чорба ишләп тайынламак ве какадылан эт тайынламак барада көп барлаглары галдырыпдыр.

Аппер хем, Каразин хем, хатда Луи Пастер хем өз дөврүлеринде сенагатың бу яш пудагының нәхили герим алҗакдыгыны, азык өнүмлерини узак вагтлап сакламагың иң бир кәмиллешен методларының гөзлегинде адамларың нәхили дережелере етҗекдигини гөз өңүне-де гетирип билен дәл болсалар герек. Диңе бизиң юрдумызда бир йылың довамында 17 миллиарддан хем көп шертли консерв банкалары чыкарыляр.

керли сиропда пастеризирлемели. Соңра сиропы дөкүп, галан өнүми хем какамага гоймалы. Бу максат үчин йөрите ясалан гурадыжы шкафлары хем, газ билен я-да электрик билен ишлейән плиткалары хем, рус печини хем, шейле-де гыздырыжы энжамларың ислендигини уланып болар.

Какадылан өнүмлери гайтадан хич хили ишлемесиз нахара-шама уланып болар. Какадылан өнүмлери улы-кичи әхли адам чайың, кофениң я-да бейлеки ичгилериң яны билен конфет ерине ийип билер. Какадылан өнүмлериң үстүне гайнан сув (80—90°С) гуюп 1,5—2 сагат гойсаңыз компот хөкмүнде хем ичип билерсиңиз. Какадылан өнүмлерден пирогларың ичине саларлык хуруш ве икинжи нахарлары тайярлап билерсиңиз хем-де олары нахарың яны билен әберилйән иймит хөкмүнде уланып билерсиңиз. Олары салата гошуп хем, ундан, ярмадан, этден, балыкдан тайярланян нахарлара гошунды хөкмүнде хем, тортлары беземекде хем уланып билерсиңиз.

Пюре. Чакданаша туршулыгы хем-де дүзүминде сүйжиниң азлыгы үчин, мивелердир ир-иймишлерден тайярланылян пюрений иймит хөкмүнде айратынлыкда дийсең сейрек ягдайларда уланып боляр. Ол повидло, мармелад, пирогларың ичине салынян хуруш, миве пастасыны, соуслары, нахара атылян затлары тайярламак үчин ярымфабрикат хөкмүнде уланыляр. Пюрени рябинадан, эрикден, үлжеден, клубникадан, земляникадан, гызыл ве гара смородинадан, крыжовникден, черникадан, брусникадан, голубикадан, кизилден, клюквадан, облепихадан, алмадан, гаралыдан, бөвүрсленден, малинадан, армытдан, шейле хем кәширден, шугундырдан, кәдиден тайярлап боляр.

Мивелердир гөк өнүмлериң ширеси алнандан соң галан массаны алнан ширәниң мөчбериндәки гызгын сува атмалы-да салкын ерде гоймалы. Масса гыздырылан бадына оны овнук гөзли

Консервлешдирилен өнүмсиз, дурмушымызда адаты зада өврүлен айна ве талайы банкаларсыз яшайшы гөз өңүне-де гетирип билмейәндигиңизи бойнуңыза алайың. «Консервлер нәче вагтлап сакланып билйәркә?» диен сорагың үстүнде велин өй хожалыкчы аяллар ойланып гөрмедик болсалар герек. Бу сорага жогап берәймек еңил дәл. Йөне, хер нәме-де болса, дийсең гызыклы фактлара ынанмазлыга хакымыз ёкдур.

Мешхур рус деңизде йүзүжиси И. Ф. Крузенштерн 1815-нжи йылда «Рюрик» гәмисинде дүнйәниң дашына айланып чыкмага угран лейтенант О. Е. Коцебуның экспедициясыны консервлер билен үпжүн эдйәр. 1818-нжи йылда экспедиция доланып геленсоң галан консервлериң тагамыны барлап гөренлеринде олар тагамыны йитирмән экен.

Ене-де бир мысала салгыланалың. 1966-нжы йылда Консерв ве гөк экин өнүмлерини гурадыш сенагаты бүтинсоюз ылмы-барлаг институтына бир адам йүзи «Петропавловский консервный завод. Мясо тушеное. 1916 год» диен язгылы консервли банканы гетирди. Бу консервли банканы А. В. Мура-

гыргычдан гечирмели. Пюре консервлешдирмек үчин герекли гошмача маддаларсыз хем оңат сакланыляр. Пюрени буга тутулып стерилизирленен банка гызгынлыгына гуймалы. Пюре гуйлан бадына банканың гапагыны япып, кем-кемден совар ялы, шемал чалмаян ерде голмалы.

Повидло. Повидло тайярламага башлангыч материал хөкмүнде алмадан, гаралыдан, үлҗеден, шетдалыдан, эрикден, гавундан, кәдиден хем-де бейлеки мивелердир гөк өнүмлерден тайярланып гыргычдан гечирилен пюрени пейдаланмак болар. Повидло тайынламак үчин пюрә көп мукдарда шекер гошмалы (туршулык дережесине гөрә, пюрениң 1 килограмына 0,7 килограмдан 1,1 килограма ченли шекер гошмалы). Желе кысымдаш бу өнүми организм оңат сиңдирйәр.

Соус. Соусы тер алманың, армыдың, гаралының, земляниканың, малинаның, гара смородинаның ве бейлеки мивелердир иймишлериң пюресинден тайярлап боляр. Шол пюрелере эленен шекери ислейән мөчбериңизде сепип, 5 минутлап гыздырмалы хем шол шекери тә долы эрейәнчә булап дурмалы. Соң болса эмеле гелен гызгын массаны буга тутулып стерилизирленен банка гуюп, шол бада-да гапагыны япмалы. Гайнадылмаянлыгы үчин соус мивелериң тагамыны, реңкини хем оңат ысыны өзүнде саклаяр. Соусы гөс-гөни иймит хөкмүнде уланып боляр я-да киселдир бейлеки ичгилер хем-де хер дүрли сүйҗи тагамлар тайярламакда пейдаланып боляр.

Мармелад. Мармелады мивелерден тайярланян пюрелериң үстүне шекер гошуп тә желе гөрнүшли ягдая гелйәнчә (тә гоялянча) гайнадып алып боляр. Мармелад хас дыкызлыгы (гоюлыгы) билен повидлодан тапавутланяр. Мармелад гайнатмак үчин гоялдыҗы маддалары (пектинлери) хас көп болан мивелердир иймишлерден —рябинадан, алмадан, гаралыдан, шетда-

тов биринҗи жахан уршунда фронтда алыпдыр. Институтың алымлары шол консервиң тагамыны дадып гөрүп, онуң оңат сакланандыгыны аныкладылар.

Бир гезек болса шол институтда консервлериң диңе тагамы дадылып оңулман, эйсем, консервлерден нахар ийилди. Биринҗи нахар хөкмүнде стола 1900-нҗи йылда тайярланылан этли щи әберилди, икинҗи нахар хөкмүнде хем «алтмыш яшлы» шүле, нахардан соңкы ичги хөкмүнде хем шүле билен яшытдаш чай әберилди. Нахар ийишлиге гатнашан адамлар бирагыздан: «Өнүмлер азыклык хем-де биологик гымматлыкларыны саклапдыр ве ГОСТ-уң талапларына ылайык гелйәр» диен нетиҗә гелди.

Бу тесин щини «Комсомольская правда» газетиниң гуран ылмы-спорт экспедициясы Таймыр ярым адасындан тапыпды. Бу консервлери барлагчы-алым Э. В. Толлуң Арктикада гечирен экспедициясына гатнашыҗылар шу асырың башында гөмүп гоюпдыр. Шол консервлериң тагамының 2000-нҗи йылда нәхили болҗакдыгыны барлап гөрмек үчин, бирнәчеси өңки еринде галдырылды.

лыдан, эрикден, айвадан тайярланан пюрелер пейдаланыляр. Мармелад гайнатмак үчин пейдаланылян пюре өңинчә гыргыҗың овнук гөзүнден гечирилйәр. Мармелады гоялдыҗы маддалары етерлик болмадык мивелериң пюрелеринден хем тайярлап боляр. Шунуң ялы ягдайда гайнадылян мармелада зерур мукдарда пектин гошмалыдыр. Шекери болса өз ислегиңизе гөрә гошмалы, йөне гошулян шекериң мукдары 1 килограм пюре үчин 1 килограмдан артык болмалы дәлдир.

Мивелерден тайярланылян пасталар. Мивелерден пасталар тәзеҗе я-да стеризирленен пюрелериң үстүне шекер гошуп гайнадылып тайярланяр. Пюре тайярламак үчин оптимал дереҗеде бишен хем-де дүзүминде гуры маддалар мүмкин болдугыча кән болан мивелер уланыляр. Гуры маддалары массаның 18, 25 хем-де 30 процентини дүзйән үч дүрли паста тайярланыляр.

Дүзүминде пектин маддалары болан мивелерден хем гөк өнүмлерден тайярланылян иймитлер. Пектин маддалар организмимизе дүшйән зыянлы бирлешмелери «иййән» маддалардыр. Бу маддалар ичегәниң микрофлорасының ишлейшине оңат тәсир эдйәр хем-де организмден холестериниң чыкмагына ярдам эдйәр. Бу маддалар мивелериң ве гөк өнүмлериң көпүсиниң дүзүминде бардыр, йөне алманың, крыжовнигиң, айваның, апельсиниң, үлҗәниң, гаралының, гара смородинаның, армыдың, эригиң, кәдиниң, шугундырың дүзүминде хас кәндир.

Дүзүминде пектин маддалары хас көп иймити туршы токай алмасындан, шейле хем алмадыр айваның габыгындан хем-де шол мивелериң ортасындакы гаты өзенинден (гаты өзениң дашында мивәниң этиниң 15 процента болмалыдыр) тайярлап боляр. Бу галындылары габа салып, үстүнден сув гуймалы-да (1 килограм мивәниң я-да онуң лөтүниң үстүне 1 стакан сув гуймалы) 30—35 минутлап гайнатмалы. Тайын болан массаның ширесини сыкып алып, банкалары я-да чүйшелери 80°С-де 8—12 минутлап пастерилизирләниңизден соң агзыны җебис япмалы.

Дүзүминде пектин маддалары көп болан иймити мивелердир гөк өнүмлериң ширеси сыкылып алнандан соң тәзече усул билен хем тайынлап боляр. Мивелердир гөк өнүмлериң ширеси алнан массаның үстүне чыкан ширә барабар мөчберде сув гуймалы, соң масса тә юмшаянча гыздырмалы-да гыргычдан гечирмели. Тәзе алнан масса ислегиңизе гөрә шекер гошуп (эмма гошулан шекер массаның 40 процентинден гечмели дәлдир) тә долы эрейәнчә буламалы. Алнан өнүми гаплара гуюшдырмалы-да стерилизирлемели.

Җем. Ширеси алнан мивелериң я-да гөк өнүмлериң үстүне сув гуймалы, етерлик дереҗеде гоялмаян мивелердир гөк өнүмлериң үстүне болса онат гоялян мивелериндир гөк өнүмлериң ширесини я-да оларың лөтүнден алнан ширәни гошуп, оларың үстүнден хем шекер гошуп гайнатмалы. Мивелериң лөтүниң үстүне гуюлян сувуклык мивелериң я-да гөк өнүмлериң гөрнү-

шине баглыдыр. Йөне, мивелердир гөк өнүмлериң галындыларының үстүне гуюлян сувуклык олардан алнан ширәниң мөчберинден көп болмалыдыр.

Мүрепбе. Өңинчә мивелердир гөк өнүмлериң ширеси алыняр. Шондан соң болса галан массаның үстүне шекерли сироп гуюп (сиропың сувуның мөчбери массаның 70—90 процентине барабар болмалыдыр) гайнатмалы.

Цукат тайярланылышы. Өңи билен мивелериң хем-де гөк өнүмлериң ширесини алып, лөтүнден мүрепбе тайынламалы. Шол мүрепбәниң үстүне болса алнан ширеден көп мөчберде сув гуюп, онуң үстүнден хем герекли мукдарда шекер атмалы-да, гайнатмалы. Соңра гызгын мүрепбәни сүзгүҗиң ичине гуюп, шеребесиниң акып гутармагына гарашмалы. Шундан соң болса мүрепбәни 45—55°С-де 6—8 сагатлап какатмалы.

Ичиндәки өнүмлери тиз гайнадян питини-печи уланмак аркалы алынян витаминлер. Ичиндәки өнүмлери тиз гайнадян питини-печи уланып өнүмлери идеаль ягдайда стерилизирләп боляр, онуң ичиндәки температураны 120°-са етирип боляр, диймек микрофлораны дүйпден ёк эдип боляр. Мундан башга-да, тиз гайнадян питини-печи уланып дүзүминде минимал мөчберде дуз, сирке, йити тагамлы бейлеки өнүмлер (йити тагамлы өнүмлер өз ислегиңизе гөрә гошуляр) гошулан консервлери тайярлап боляр, бу болса берхизлилер үчин, чагалар үчин хем-де кесел бежермек максады билен иймит тайярланыланда мөхүм роль ойнаяр. Стерилизирлемегиң (өнүмлердәки микроблары гырмагың) умумы шертлери шундан ыбаратдыр: оңат эдилип ювлан банкалары сүпүришдирип, консервлешдирҗек өнүмиңизи гуйярсыңыз. Соң болса банкаларың агзыны резин халкалы гапак билен япып, үстүнден хем пружинли гысгыч гейдирмели. Банкалары тиз гайнадыҗы пити-печиң ичиндәки гөзенегиң үстүнде гоюп, банкаларың бокурдагындан сәхелче ашаграк эдип сув гуймалы-да, питиң-печиң гапагыны япып, тә шыггылды сеси эшидилйәнчә (бу стерилизацияның башланяндыгыны аңладяр) гайнатмалы. Стерилизирлемеги тамамланыңыздан соң питини-печи гыздырмагы бес этмели. Питиниң-печиң өз-өзи совандан соң онуң гапагыны ачмалы-да, усуллык билен (себәби, питиниң-печиң ичиндәки сувуң температурасы шинди хем гызгындыр) онуң ичиндәки банкалары чыкармалы. Банкаларың ичиндәки өнүм болса эййәмден ийибермәге тайын ягдайдадыр. Шейлеликде, бу усул билен дийсең тагамлы консервлер тайынлап боляр.

Консерв этмегиң рецептлери

Дузланан бадамҗан. Бадамҗан басмак үчин зорлы сувы йөрите тайынламалы. Шол эргиниң дузлулыгы оңат ювлан юмуртга зорлы сувуң дүйбүне чөкмез ялы дереҗә етирилмели-

дир. Шулар ялы зорлы сува бирбада көп мөчберде бадамҗан басып боляр. Дүйби кесилип айрылан бадамҗанлары гайнап дуран зорлы сува атып, габың гапагыны япмалы-да, үстүнден хем аграмлык үчин ене-де бир зат гоймалы. Бадамҗаны тә юмшап, чаршак билен аңсат дүртүп алып болянча гайнатмалы. Шу дережә етенден соң олары чолпы билен еке-екеден столуң я-да тагтаның үстүне чыкарышдырып гоймалы-да, гап-гара болан, инди хич зада ярамаҗак зорлы сувы дөкүп гойбермели. Хер бадамҗаны ёкарсындан дүйбүрәгине ченлирәк эдип дилишдирмели. Соң болса олары бәш сагатдан аз болмадык вагтың довамында агыр бир зада басдырып гоймалы (тутуш гиҗеләп гойсаңыз хем болар).

Сувы акар ялы, бадамҗанлары бирнеме эңңидрәк ягдайда ятар ялы эдип басдырып гоймалыдыр. Шейле этсеңиз, сувы билен билеликде, бадамҗаның әхли ажы тагамы хем айрылып гидер. Соң болса бадамҗанларың гарнына дөвүлен гара бурчы, дөвлен сарымсагы боллук билен дыкып ене-де япмалы-да, сырчалы гапда йыгҗамҗа эдип ерлешдирмели ве тәзеден зорлы сув тайынламалы. Шол сувуң дүзүминде дуз, тогалак гара бурч хем-де лавр япрагы (ислегиңизе гөрә мөчберде атылан) болмады. Тәзе тайынлан зорлы сувуңызы оңа атан тогалак гара бурчуңыздыр лавр япракларыңыз билен билеликде тәзеден гайнадып соваданыңыздан соң бадамҗанларың үстүнден гуюп, үстүнден арасса нах мата, онуң үстүнден хем тегелек, ясы агач гоюп, әхлисиниң үстүнден хем, эдил көмелек дузлананда эдилиши ялы, аграмлык зат билен басдырмалы. Шу ягдайда олар арлы гыш үйтгемән сакланар.

Дузланан помидор. Помидор дузламагың эсасы шертлериниң бири—дуза басылҗак помидорлар бишен болмалыдыр. Помидорлары ювушдырып, гуратмалы. Шол гурылыгына-да 3 литрлик гуры банка салышдырып, үстүнден 2—3 саны болгар бурч (гөк реңклилери болса хас говы), овунҗак эдилип кесишдирилен хрендир сарымсак (олардан хер банка бир чүммүҗек атмалы), 2—3 саны лавр япрагыны, шибит балдакларыны атышдырмалы. Булардан башга-да, оларың үстүне эстрагон, чабёр (япраклары йити ыслы бирйыллык өсүмлик) үлҗәниң хем-де гара смородинаның япракларыны атып билерсиңиз. Йөне, хрендир сарымсагы өңинчә атып, шибит балдакларыны соңундан атмалыдыр. Шибит балдакларыны халка гөрнүшинде, гөйә банка гапак япан ялы эдип, өнүмлериң иң ёкарсындан ерлешдирмели. Бедрәниң дүйбүнде тегелек, ясы агач гоюп, онуң үстүнден хем помидорлы банкалары гоймалы. Банкаларың бокурдагының ашак янында дурар ялы эдип, бедрә совук сув гуймалы (шондан кән гуйсаңыз, гайнаян сув банканың ичине гирер). Сув гайнамак дережесине етенинден соң хем помидорлар оңат юмшар ялы 3—4 минутлап гайнамага гоймалы. Шол бир вагтың өзүнде болса зорлы сув тайярламалы. Мунуң үчин 1,1 литр

сува бир нахар чемчесини түммеклэп ири дуз атмалы. Банканы бедреден чыкарып, дашыны оңат эдип сүпүрип гураданыңыздан соң бир нахар чемчесини түммеклэп шекер, долы нахар чемчеси мөчберинде 9 процентлик сирке гуймалы. Шондан соң гайнан гызгын сувы банканың дашына дөкүлйэнчэ гуюп, шол бада хем гапагыны япмалы.

Дуза ятырылан болгар бурчы. 3 литрлик сува 9 процентли сиркэниң 0,5 литрини (онуң ерине шол мөчбердэки томат ширесини хем уланып билерсиңиз, 0,5 литр өсүмлик ягыны, 1 гранлы стаканы долдурып ири дуз, шолар ялы стакана шекер гуюп (стаканы бир бармак эгсик долдурмалы) эргин тайынламалы. Бурчы ювуп гуратмалы. Бурчларың дүйбүни кесип айрып, чигитлерини чыкарышдырсаңыз хем болар, тутушлыгына гойсаңыз хем болар—битин бурчлар овадан гөрүнйэр. Бурчы гайнап дуран зорлы сувда тэ юмшаянча (йөне бурч өз реңкини йитирмели дэлдир) 5 минут төвереги гайнатмалы-да чолпы билен чыкарышдырып, шол бада-да өңден тайын эдилип гойлан банкалара (1 литрлик банкалар болса хас говы болар) дыкышдырмалы. Бурчлы банка зорлы сув гуймагың гереги ёк. Бурчлары дыкышдыран бадыңыза, банкаларың агзына гызгынлыгына гапак япмалы.

Дуза ятырылан патиссон. 3 литр сува 200 грам ири дуз, 250 грам гант, 9 процентли сиркэниң 200 грамы герек. Шу гошундылары гайнадып зорлы сув тайынламалы ве оны бирнеме совамага гоймалы. Кесишдирилен патиссонлары өңүнден тайын эдилип гойлан банкалара салышдырып, үстүнден хем 2—3 саны болгар бурч атмалы. Мундан башга-да, банкалара хошбой ыслы бурчуң 5 дэнесини, гара бурчуң хем 5 дэнесини, ажы бурчуң бирини, 2—3 саны лавр япрагыны, бирнэче-балдак гөкже укроп атмалы. Банклары тайын эдилен зорлы сувдан пүре-пүр долдурмалы-да, 20—25 минутлап стерилизирлемели. Консерви стерилизирлемек үчин уланян сувуңызың температурасының банкларың ичиндэки зорлы сувуң температурасы билен дең болмалыдыгыны хергиз ятдан чыкармаң, ёгсам ичиниң-дашының дең гызмазлыгы себэпли банканың ярылмагы мүмкиндир.

Борщ үчин жаз. Помидор билен гызыл бурчы деңечер мөчберде алып эт үвелйэн машындан гечирмели-де, ислегиңизе гөрэ дузламалы. Алнан массаны гайнамак дережесине гетирип 1—2 минутлап бугламалы-да (шондан кэн бугламалы дэл), отдан айырмалы. Шол бада-да өңүнден тайярлап гоян кичеңрэк банкаларыңыза гуюшдырып, агзыны адаты полиэтилен гапак билен япмалы. Бу өнүми стерилизирлемегиң зерурлыгы ёкдур. Жаз совук ерде арлы гыш оңат сакланар.

Говрулан бадамжан. 10 килограм бадамжана 9 процентли сиркэниң 0,5 литри, 200 грам сарымсак, 200 грам ажы гызыл бурч (эмма гураны дэл), 0,5 килограм болгар бурчы, 0,5 литр

өсүмлик ягы, дола барабар 1 стакан ири дуз, ири гара бурчуң дәнелери, 10 саны лавр япрагы, 1 богы гөк петрушка герек. Бадамҗан юмшаянча дузлы сувда (тайын эдип гоян дузумызың ярым стакан чемесини гуюп) гайнатмалы-да, гарныны дилип бир зада басдырып гоймалы. 5 сагатдан соң оны басдырылан задың ашагында алып ене-де дөрт бөлеге бөлүп, ики тарапыны хем өсүмлик ягында говурмалы. Говурлан бадамҗанлары уллакан габа салып совамага гоймалы. Шоңа ченли болса соус тайынламалы: болгар бурчы хем аҗы гызыл бурчы сарымсак билен билеликде эт үвейән машындан гечирип, дузуң галаныны, сиркәни, ягың галаныны хем гошмалы. Бадамҗаны гатбар-гатбар эдип банка ерлешдирип, хер гатының үстүнден хем аз-кем соус гуймалы. Банка бадамҗандан долландан соң оны бокурдагына ченли соусдан долдурып 15—20 минутлап стерилизирлемели. Бадамҗан басҗак банкаларыңыз кичеңрәк болса хас говы болар.

Кәди (кабачок). Яны бишен, дыкызҗа, кичеңрәк кәдилери сайлап алып (пачагыны айырмасаңыз хем болар) ювмалы-да, 1—1,5 сантиметр галыңлыкда тегележик-тегележик кесишдирмели. Олары гайнаг сува басмалы. Банкалара ерлешдирип, үстүнден зорлы сув (1 литр сува 1 чай чемчеси дуз) гуймалы. Агзыны гапаклап, 15 минутлап стерилизирлемели.

Болгар бурчы. Бурчы ювуп, сапагыны, чигитлерини айрып банкалара дыкышдырмалы. Хер банка гара бурчуң хем 1—2 дәнесини атмалы. Үстүнден болса өңүнден 60—70°-са ченли гыздырылан шоррак сув (2 литр сува 1 чай чемчеси дуз) гуймалы, банкаларың гапагыны япып, 10 минутлап стерилизирлемели.

Туршадылан шугундыр. Шугундырлары бирнәче сагатлап ымык сува басып гоюп юмшатмалы-да, дашыны чотгалап ювмалы; соң болса тәзеден сува чайкап, дашыны арассаламалы, ювкаҗык тегележиклер гөрнүшинде кесишдирмели. Банкалара басып, үстүнден гайнан мылайым сув гуймалы. Банкалары ашхана плитасының, печиң яныраганда, йылы ерде гоймалы. Шугундырың туршамагы чалтлашар ялы, банканың ичине бирнәче бөлеҗик човдары чөрегини атмалы. Такмынан бир хепдеден онуң йүзүндәки хеңи айрып, квасыны арасса чүйшелере гуюшдырып, бокурдагыны дыкыламалы. Банкаларда шугундырларың йүзүни япып билҗек дережеде сувуклык гоймалы. Чүйшелери хем, банкалары хем салкын ерде сакламалы. Туршатмак нетиҗесинде алнан шугундыр квасыны ичги хөкмүнде-де, дүрли нахарлар тайынлананда адаты туршадыҗы хөкмүнде-де уланып билерсиңиз.

Сиркә ятырылан соган. Овнук соган дүйплерини арассалап ювмалы-да, дузлы сувда гайнатмалы. Соган дүйплери юмшандан соң олары усуллык билен сыкмалы-да, банка салып, гайнадылып совадылан сув гуймалы. Сувуң 1 литрине 6 про-

центли сирке, 50 грам шекер, хошбой ыслы бурч, гара бурч, лавр япрагыны, гвоздиканың (мыхак гүлүң) гүл чогдамындан бирнәчесини атмалы.

Сиркә ятырылан гаралы. Бу өнүм гарнириң үстүне гуймага оңат етне боляр. Бир килограм алагөк гаралы үчин 1 стакан сирке, 250 грам шекер, мыхак гүлүниң чогдамы, киченрәк далчын герек. Ювландан соң оңат гурадылан гаралылары хер еринден-хер еринден дешип банка ерлешдирмели. 0,75 литр сув гайнадып, оңа сирке, гант, җаз гошуп ене-де гайнатмалы. Шу гызгын сувуклыгы хем гаралының үстүне гуймалы. Эртеси гүни шол сувуклыгы башга бир габа алып, габың гапагыны япып, ене-де бир гезек гайнадып, гаралының үстүне гуймалы. Бу операцияны азындан 4 гезек гайталамалы. Сувуклыгы соңкы гезек гуйяныңызда банканы соватмалы-да, агзыны полиэтилен гапак билен япып салкын ерде гоймалы.

Сиркә ятырылан кәди. Ювлан, арассаланан (чигитлери айрылан) кәдини дөртгырaң-дөртгыраң бөлүшдирип, сувда аз салымлык гайнатмалы. Соң болса кәдини маринадда (сиркели сувда) бирнәче сапар гайнатмалы. Гайнадыланының үчүнҗи-дөрдүнҗи гүни кәди бөлеклери юмшамалыдыр. Юмшак кәди бөлеклерини холодильникде я-да совук ерземинде сакламалы.

Гурадылан гөк отлар. Гөк петрушканы, укробы, сельдерейи —якымлы ыслы ислендик оты этияч үчин тайярлап гоймак кын иш дәлдир. Мунуң үчин отларың япраклары ёлушдырып алмалы-да, элеге салып совук сувда оңат эдип ювмалы. Сув акып гутарандан соң отлары полетенцаның үстүне чыкарып серип гоймалы. Соң болса оты чогдамлап даңышдырып, гараңкы ерде асып гоймалы я-да керчешдирип өңи тутулы эпишгәниң текжесинде гуратмалы (оты гүнүң ашагында гуратмалы дәлдир). Гурадылан оты картон гапда, адаты кендир матадан тикилен халтаҗыкда, агзы кагыз билен япылып даңылан айна гапда сакламалы. Гыш паслында эт, балык бугләнанда, соус тайярлананда, гөк оты кофе дөвүҗи машындан гечирип, сачага әберилмезиниң эдил өң янында нахара гошсаңыз ийип доюп билмерсиңиз.

«Ассорти» компоты. Бу компоты тайярламага мивелериң ве ир-иймишлериң әхлиси ярамлыдыр. Өңи билен олары оңат эдип ювуп, сувуны акдырмалы. Крыжовнигиң хер еринден-хер еринден дешишдирип «бурнуны», «гуйругыны» ёлуп айырмалы, гаралының, эригиң гарныны ярып, шәнигини айырмалы. Мивелериң әхлисини бөлеклемели, гаты алмалары гайнаг сувда 1—2 минутлап бугламалы. Өңүнден тайын эдилип гойлан гуры банкаларың үчден бири дережесинде мивелердир иймишлери атмалы, 2 литр сува 2 стакан шекер атып шербет гайнатмалы-да, шол гызгынлыгына хем тә банкаларың бокурдагына ченли эдип гуймалы. Шол бада-да гапак япып дүңдермели-де, одеял я-да көне пальто билен басырмалы. Банкаларың шу ягдайда

ягшы совамагына гарашмалы. Мивелердир иймишлер шу усул билен тәзеден ишлененде терлигиндәки тагамларыны саклаярлар.

Үзүмиң хем-де саралының консервленилиши. Гөзбагчының гөз баглайшы ялы эдип, адамлары хайран галдырярыс-да, банкадан хер дәнеси бармак ялы уллакан үзүм салкымыны чыкарярыс... Бу үйтгешик компоты хем «Ассорти» компотының тайынланыш усулы билен тайынламалы. Бу компоты тайынламагың эсасы шерти —үзүм салкымларыны бирнәче гезек ювмалы. Саралы хем шу усул билен консервлешдирилйәр.

Натурал шире. Эрикден, шетдалыдан, айвадан я-да болмаса армытдан лөтли шире тайынламак үчин гөзе гөрнүп дуран шикести болмадык бишен мивелери уланмалы. Ики литрлик питини тә эрңегине ченли оңат ювлан, шәниксиз шетдалыдан я-да эрикден долдурмалы. Армытдыр айваны болса бөлүшдирип, чигитлерини хем өзенини айрып питә салмалы. Башга питиде болса шербет тайынламалы. (0,5 литр сува 50 грам шекер атмалы). Шербет гайнандан соң, оны мивели питә гуймалы. Тиз биширйән пити-пежиң ичине ярым стакан сув гуюп гөзенегини гоймалы-да, гөзенегиң үстүнден хем ичи шербет мивели, агзы ачык питини гоймалы. Тиз биширйән питиниң-пежиң гапагыны япмалы-да оды гаталтмалы. Хыжжылды сеси эшидилен бадына оды песелтмели, 15 минут геченден соң болса өчүрмели. Тиз биширйән пити-печ совандан соң ичи оңат бугланан мивели питини чыкарып, мивелери сүзгүҗе алып, агач чемче билен үстүнден басып сырчалы җама гечирмели. Шу усул билен алнан лөтли ширеден ярым литрлик банкалары бокурдагына 10—15 миллиметр чемеси етирмән долдурмалы. Банкалары гапакламалы-да, 10 минутлап стерилизирлемели.

Кәширден пюрени хем (шекер гошмаздан) шу принципде тайынламак болар. Йөне ичи бөлүшдирилен кәширли питини тиз биширйән пити-печде 30 минутлап сакламалы (себәби кәшир бейлеки өнүмлере гаранда гатырак боляр), банкалары болса 20 минутлап стерилизирлемели.

Лөтли томат ширесини алмак үчин хем бишен мивелери уланмалы. Мивелери оңат ювуп сүзгүҗе салмалы-да, сүзгүҗи ичи гызгын сувлы питиниң ичинде 1—2 минутлап сакламалы. Шондан соң өнүмлериң габыгыны айрып оларың үстүнден агач чемче билен басып сүртечләп сүзгүчден гечирмели-де, сырчалы җама гуймалы. Алнан өнүми ене-де хасадан я-да гыргычдан сүзүп гечирмели-де, дуз гошмалы (ярым литр ширә 1 чай чемчеси дуз гошмалы). Тайын болан ширәни банкалара гуюшдырып, 10 минутлап стерилизирлемели.

Дүзүми витаминлере бай болан бирнәче өсүмликлери асла экмек хем, олара идег этмек хем герек болмаяр. Олар аягымызың ашагында диен ялы өсүп отыр. Өсүп отуран нарпызы ёлуп алмага хич ялтанмаң. Гуры нарпыздан бир чүммүгини

чәйнегиңизе атсаңыз, якымлы ыс берер хем-де кейпиңизи гөтерер.

Консервлешдирилен өнүмлери нәдип хас оңат сакламалы

Оңат хилли, ягны говы стерилизирленен консервлери агзы оңат япылан гапларда отаг температурасында сакласаңыз, иң говсы хем салкынҗак (15° С-е ченли) ерде сакласаңыз гөвнеҗай болар.

* * *

30—40°С я-да ондан ёкары температура консерв сакламак үчин ярамлы дәлдир. Догры, бу температурада миркоблар көпелип билмез (эгер-де олар стерилизация процесинде ёк эдилен болсалар), йөне ёкары температурада өнүмиң өзүнде гечйән дүрли химики процеслер хас тизлешйәр. Хусусан-да, ёкары температурада шекериң дүзүминде чылшырымлы үйтгешмелер болуп гечйәр, шонуң нетиҗесинде болса оларың сиропы гараляр, мүрепбелердир компотларың тагамы үйтгейәр. Кә халатда мивелердир гөк өнүмлериң хем юмшамагы мүмкин.

* * *

Пес температура —0°-са (сувуң доңян температурасы) ченли температура консервлериң әхли гөрнүшини сакламак үчин долы ярамлыдыр. Салкын ерлерде гойлан консервлериң сиропының гаралмагындан хем, өнүмлериң хилини ашакландырҗак бейлеки аламатларың болмагындан хем горкуп отурасы иш ёкдур.

* * *

Консервлериң дүзүмине сувда эрейән бирнәче маддалар, эсасан хем шекер билен дуз гирйәни үчин, консервлериң доңян температурасы 0°-дан бирнеме ашакдадыр. Дүзүминде шекердир дузы аз мукдарда болан консервлер, меселем, гөк өнүмлерден тайярланылян дүрли консервлер хем-де маринадлар (сиркә ятырылан өнүмлер) минус 2—3°С-де доңяр. Мивелерден тайярланян, дүзүминде көп мукдарда гант болан компотларың бирнәче гөрнүши минус 5—7°С-де доңяр. Дүзүминде өрән көп мукдарда гант болан дүрли гөрнүшли мүрепбедир җемлер болса 30°С-е ченли болан температурада доңяр. Консервлешдирилен мивелердир гөк өнүмлериң өйҗүклериндәки сув доңанда буз зерреҗиклери эмеле гелйәр, шол буз зерреҗиклериниң размерлери өйҗүклериң диварларының аралыгындан улы болса өйҗүклериң дашкы габыҗаклары еңиллик билен ярылып билер, шонуң нетиҗесинде хем консервлериң доны чөзүлен махалы шол мивелердир гөк өнүмлер мыссарып, ширесиниң акып гитмеги мүмкиндир. Мундан башга-да, консерв дондурылан

пурсатында эмеле гелен бузуң умумы гөврүми консерв доңдурылманка бар болан сувуклыгың гөврүминден көп болан халатында банканың ярылмагы мүмкиндир.

* * *

Тутушлыгына сиркә ятырылан ве консервлешдирилен мивелердир гөк өнүмлериң доңы чөзүлен халатында өнүмлериң мыссаранлыгы-мыссарманлыгы, сувуклыгының-гоюлыгының үйтгәнлиги-үйтгемәнлиги месе-мәлим билдирйәндир. Гөк өнүмлерден, мивелердир ир-иймишлерден тайярланан пюрелериң доңдурылып-доңы чөзүленден соң хем гоюлык дережеси дүйпли үйтгәп дурян дәлдир.

Кәмахаллар шекер йүзүне чыкяр дийәймесең мүрепбелер, җемлер, повидлолар пес температураларда үйтгемән диен ялы сакланярлар. Мивелердир ир-иймишлерден тайынланян ширелер долы доңян хем болсалар, доңы чөзүленден соң хем оларың хили үйтгемейәр. Шейлеликде, айна банкаларда консервлешдирилен мүрепбелер, җемлер, повидлолар, шейле хем мивелердир ир-иймишлерден тайярланан ширелердир пюрелер банкалар кадалы ягдайда долдурылан шертлерде гыш паслында гош-голам гоюлян совук җайларда хем сакланылып билнер, олары сакламак үчин гыш паслында йылы ер хөкман дәлдир.

* * *

Компотларың, шейле хем консервлешдирилен хем-де сиркә ятырылан гөк өнүмлериң доңмазлыгы үчин, олары адаты отаг температурасында сакламак герек.

* * *

Кә махаллар үзүмден тайярланан компот хем-де үзүм ширеси узак саклананда габың дүйбүне чалымтыл реңкли овунҗак зерреҗиклер гөрнүшинде үзүм дашы чөкйәр. Шейле консервлер иймит үчин долы ярамлыдыр, диңе үзүм ширесини я-да компотыны 2—3 гат хасадан сүзүп гечирип, чөкүндиден арассалаймалыдыр.

* * *

Үлҗеден, гара смородинадан ве черникадан тайярланан компотларың вагтың гечмеги билен яшыл өвүшгин алмагы мүмкиндир. Бу консервлер хем иймит үчин ярамлыдыр. Йөне бир зады берк белләп гоюң: индикиде шолар ялы консервлери лакланан агызяпылар билен япың.

* * *

Мивелердир ир-иймишлери шәниклеридир дәнелери билен билеликде компот эден болсаңыз, олары бир йылдан артык

сакламаң, себәби, оларың дүзүминде организм үчин зыянлы синиль кислотасы топланяр.

* * *

Консервлери ачык метал банкаларда сакламаң, олары айна я-да сырчалы габа гечириң.

* * *

Метал банкадакы консервиң тәзелигини барлап гөрҗек болсаңыз, оны элиңизе алың-да басан ериңиз ичине чөкер ялы эдип бармагыңыз билен гатыдан басың. Эгер-де консервиң ичине чөкен ери азаҗыгам болса ёкары галян болса, консервиң заяланандыгыдыр.

Томатлы (сиркә ятырылан помидорлы, томат-пюрели, томат-пасталы) банкаларың гапагы пөкгерен халатында, банканың ичини питә бошадып оңат эдип гайнатмалы-да дуз (өнүмиң массасының 10 проценти мөчберинде) гошмалы. Соң болса арасса банка салып агзыны гайтадан япмалы.

* * *

Чүйшелериң бокурдагы оңат дыкылмаса ичиндәки шире заяланяр. Чүйшәниң ичинде дүвмеҗиклериң пейда боланыны гөрсеңиз, ширәни питә гуюң-да гайнаг дережә етирип ене-де арасса, гызгын чүйшелере гуюп бокурдагыны җебис япың. Эгер-де ширеде спиртиң я-да сиркәниң ысы пейда болан болса, онуң заяланандыгыдыр.

* * *

Ачан банкаңызың ичиндәки мүрепбәниң үстүне 1 сантиметр галыңлыкда шекер сепсеңиз, ол оңат сакланар.

* * *

Мүрепбәниң (җемиң, повидлоның) ёкарсында спиртиң ысыны ятладян якымсыз көпүрҗик я-да газ дүвмеҗиклери пейда болан болса, мүрепбе кемтер гайнадыландыр я-да оңа гант аз гошуландыр. Бу етмезчилиги дүзетмек кын дәлдир. Мүрепбәни легене гуюп, гант гошмалы-да (1 литрлик банка ярым стакан мөчберинде) пес янян отда 7—10 минутлап гайнадаймалы.

* * *

Мивелердир ир-иймишлерден тайярланан компотларың ёкаркы гатлагы гарамтыл өвүшгин алан болса, банкалары ачмалы-да, гаралан мивелердир иймишлери чыкарып зыңмалы. Галан мивелердир иймишлери болса ене-де банка салып стерилизирлемели-де, агзыны япмалы.

* * *

Компотың сиропы буланан болса, банканы ачмалы-да, сиропыны пейдаланмалы. Банканың гапагы пөкгерен, хасам бетери, атылан болса —компоты хич зада уланмак болмаз.

* * *

Эгер-де консервлешдирилен мивелер банканың йүзүне чыкып, сиропы ашакда галан болса, банканы тәзеден стерилизирлемели. Шунда банка биринҗи гезеккисинден узак стерилизирленмелидир.

Кakaдылан мивелердир иймишлери, гөк өнүмлери чыг чекмеги, хеңлемеги, оларда хер хили мөр-мөҗеклериң пейда болмагы ахмалдыр. Өнүмлери меҗмәниң ичинде язып гоймалы-да духовкада гуратмалы (55—60° температурада 25—30 минутлап сакламалы). Өнүмлери бир хепделәп аязлы ховада сакласаңыз хем болар. Олары агзы берк япылан банкаларда я-да полиэтилен халтаҗыкларда гуры ерде сакламалы.

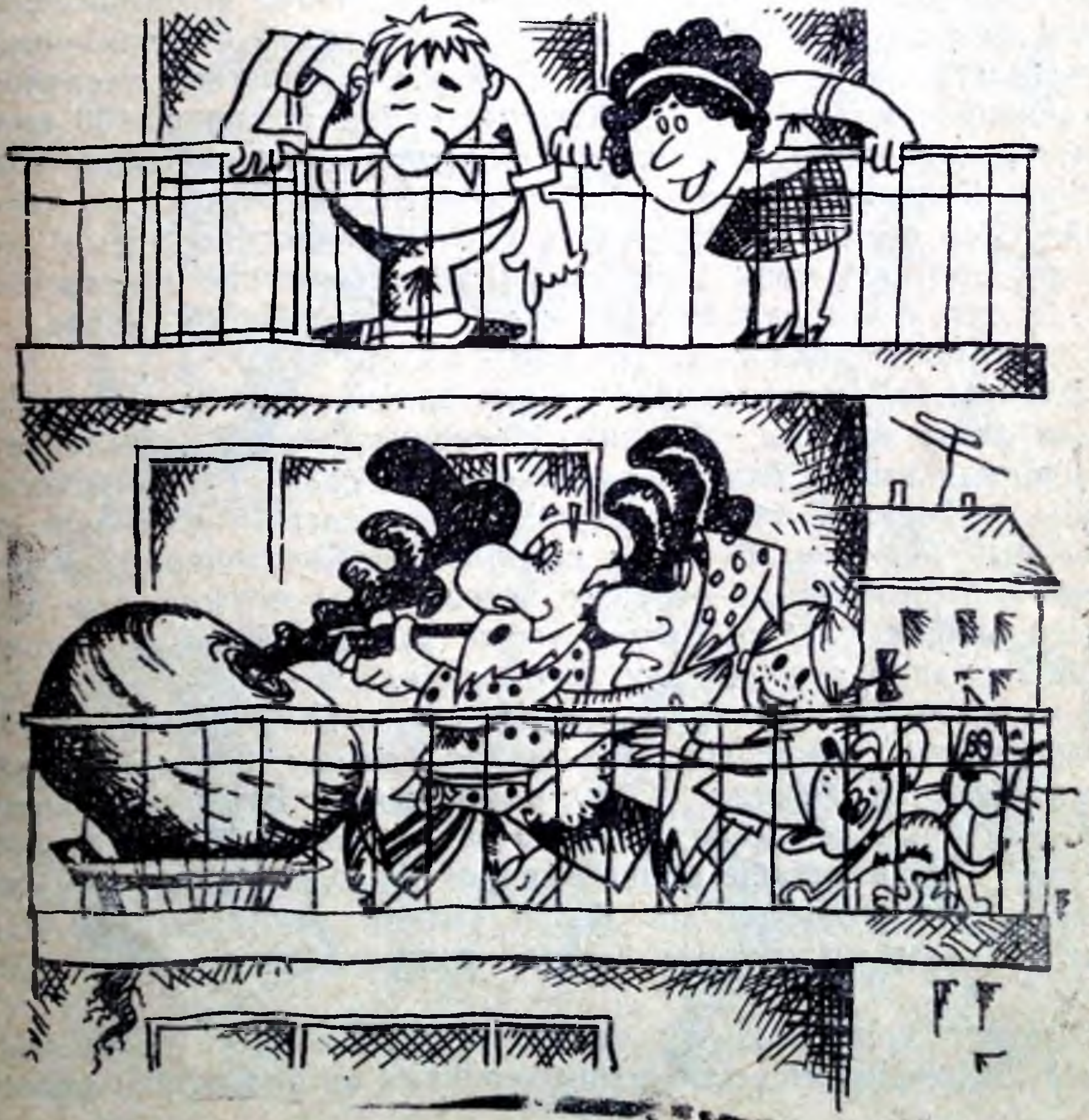
ҚВАРТИРАДА... БАГ ХЕМ БАКҖА

Ине, алтын өвсүп гүйз хем етип гелди. Хасыл йыгналып, дула гечирилди. Багбанлардыр бакҗачыларың аладалары кипарлады: хә диймәнем топрак ак дон геер. Бир сөз билен айданымызда, пеллериниң ичинде гыдырданып йөрмеги говы гөрйәнлер үчин йүрекгысгынч дөвүр башланяр. Йөне, бу дөвүр әхли хөвесҗең багбанлар үчин йүрекгысгынч дөвүр хем дәлдир-де, гайтам, хас гызгалаңлы дөвүрдир. Ханы, гөз өңүне бир гетирип гөрүң: дашарда декабрь аңзагы хөкүм сүрйәр, думлы-душуң гар болуп дур, квартираның ичинде болса пазылындан хыяр салланып дур, гөйә тәзе йыл ёлкасындан асылан шар ялы болуп, дым-гызыл помидор өзүни гүҗеңлейәр, эпишгәниң текҗесинде болса гөм-гөкҗе укроп, петрушка, соган... үлпүлдәп отыр. Биз сизе эртеки отарамызок-да, хөвесҗең багбаның өйдәки иргинсиз зәхметиниң хасылы барада гүррүң берйәрис.

Бу дөвүрде өйде шулар ялы иш билен мешгулланмак гең зат дәл. Бу пише билен гадымдан бәри Русда хем Русдан дашарда мешгулланылыпдыр. Көп хөвесҗең багбан шу усул билен хердүрли өсүмлиги, шол санда хыяры хем өсдүрип етишдирипдир. Бу барада белли рус алымы, бакҗачылык боюнча специалист М. В. Рытов шейле языпдыр: «Гечен асырың 80-нҗи йылларына ченли отаг шертлеринде хыяр өсдүрип етишдирмек билен Заволжьйәниң ве Сибириң хөвесҗең багбанлары мешгулланыпдыр, бу иш билен илкинҗи гезек хытайлы бакҗачылар мешгулланыпдыр; инди өй шертлеринде хыяр өсдүрип етишдирмек бүтин Руссия ве серхетден дашары хем яйрады. Бу иш билен ылайта-да Германияда хас ыхласлы мешгулланярлар. Рус тежрибелери боюнча, отаг шертлеринде хасыл бермәге хыярың бугуң ве йылылыгың көмеги билен өсдүрилип етишдирилйән «муромский», «вязниковский», «московский», «клинский» ялы дүрли сuратлары укыплыдыр. Эмма әхли ерде мениң Нерчинскиде отаг шертлеринде өсдүрип етишдирен хем-де хөвесҗең

багбанларың Москва җемгыети тарапындан адым дакылан хыярым оңат гөрүлди».

Рус тарыхы XVIII-XIX асырларда хем хөвесҗеңлериң отаг шертлеринде лимон, мандарин, үзүм, инҗир, ананас хатда хурма-да өсдүрип етишдирендиклери хакда гүррүңлери өз гатларында саклаяр. Белли эртекичи Павел Петрович Бажов мыхманларыны отаг шертлеринде өсдүрип етишдирен өнүмлери билен хеззетлемеги говы гөрйән экен. Өй шертлеринде бакҗачылык иши билен языҗылар Александр Трифонович Твардовский, Сергей Сергеевич Смирнов, скульптор Сергей Тимофеевич Коненков хем мешгулланыпдыр. Отаг шертлеринде өнүм өсдүрип етишдирмегиң олара шатлык гетирендиги хем дынч берендиги гүррүңсиздир. Тебигата оңат дүшүнен хем-де онуң гадырыны билен Константин Георгиевич Паустовскиниң бир гезек өсүмликлериң дурмушына дүшүнйән адам ольха агаҗыны осина агаҗындан, ёрунҗаны ёл үстүнде өсен адаты отдан тапавутландырып билмейән адамдан кән багтлыдыр диен пикири айтмагы йөне ере дәлдир.



Өй шертлериндәки экеранчылык болса өсүмлик дүнйәсини өвренмекде бахасына етип болмажак көмек эдйәр.

Өй шертлеринде бүтин йылың довамында хасыл алып болжагыны пикир эдип гөрүң. Элбетде, тебигатың майыл дөвүрлеринде, ачык мейданда экеранчылык билен мешгулланмага мүмкинчилик бар махалы өй шертлеринде хасыл алжак болуп алада галып йөрмегиң гереги ёк. Йөне гыш паслында, организмде витаминлериң шейлекин етмезчилик эдйән дөврүнде велин, —шол витаминлер гөк өнүмлердир мивелерде дәл-де, эйсем, хайсы өнүмлерде көпмүшин? — отаг шертлеринде гөк өнүмдир миве етишдирмек билен мешгулланмак дийсең пейдалы хем-де гызыклы гүйменжедир.

Витаминли сезоны гыш паслына ченли узалтмакдан говы зат болармы? Өй шертлериндәки бакжада яш соганың, петрушканың, сельдерейиң, салатың, укробың, шугундырың, ышгының, туршужа отуң, хыярың, помидорың, бурчуң оңат хасылыны алып боляр ахырын. Булар болса гиден бир хазынадыр.

Мундан башга-да, багчылык-бакжачылык дөврүни өй шертлеринде узалтмагың машгала үчин көп пейдасы бардыр. Иш оңат гуралан халатында йылда ики, үч, кәбир өсүмликлерден болса дөрт хасыл алып боляр. «Үчек астындакы плантациянын» өнүмлилиги хайран галдыряр. Меселем, өз ишиниң уссатлары хер квадрат метрден 140 килограма ченли помидор, 100 килограма ченли хыяр, 120 килограма ченли соган яшыны алып билйәр. Картошка отаг шертлеринде йылда дөрт гезек хасыл берйәр, хер квадрат метрден болса 12—15 килограм хасыл алып боляр. Эгер-де учётың умумы бирлиги хөкмүнде гектары алсак, бу хер гектардан 120-150 тонна хасыл боляр. Хава, өй шертлеринде тонналап хасыл алып боляр!

Элбетде, өй шертлеринде хасыл алмак, онда-да бол хасыл алмак аңсат иш дәл. Өвренже экеранчыларың өсүмликлери хәли-шинди кеселе ёлугяр, хатда оларың солуп гураян пурсатларам аз боланок. Өсүмликлериң берйән хасылы-да гөзүни докундырып баранок. Бу нәме себәпден шейле болярка? Мунуң екеже себәби бардыр—өвренже экеранчылар өсүмликлере идег этмеги оңарян дәлдир. Екеже мысал гетирелиң. Сиз бурчуң тохумыны экипсиңиз диелиң. Бурч нахалы оңат бой алды. Сиз оны вагтал-вагтал суварып дурярсыңыз, гүне чыкарып гойярсыңыз, гепиң түммек ери, оңа ыхлас барыны сиңдирйәрсиңиз. Эмма шонда-да бурчдан хасыл алмарсыңыз. Бурч нахалыңызың өсүп бойы хем етер, эмма хасыл дүвмез. Мунуң себәби нәмекә? Мунуң себәби болса бурч өй шертлеринде өсүмлик өсдүрип етишдирмегиң дәп болуп гелйән усулларындан башга-да, айдалы «узак гүни», ягны, гошмача ягтылыгы талап эдйәр.

Өй шертлеринде хасыл алмагың шулар ялы тилсимлери башга-да кәндир. Өсүмликлериң херсиниң өз билдирйән талапы

бардыр. Йөне олара идег этмегиң тилсимлери канагатлы хем эржел адамлара ачыляр. Квартираңызда бакҗачылык билен мешгулланмага шертлериң нә дережеде барлыгына хем-де сизиң шу иш билен мешгулланмак ислегиңизиң нә дережедедигине баглылыкда гөк өнүмлердир мивелери өсдүрип етишдирмегиң дүрли усуллары —олары әпишгәниң текҗесинде, эйванда етишдирмегиң усуллары бардыр. Бу иш билен мешгулланмагы йүрегиңизе дүвсеңиз өңи билен аз талап билдирйән өсүмликлери өсдүрип етишдирмекден башлаң. Селекционерлер хөвесҗең экеранчылар үчин өсүмликлериң йөрите сортларыны ойлап тапыпдырлар. Өсүмликлериң шол сортларыны идетмек дийсең аңсат болуп, хер бир адам онуң хөтдесинден гелип билер. Шейле өсүмликлериң бири хем Рытовың хыярыдыр.

Вагтың гечмеги билен газанылан теҗрибе башлангыч багбанлардыр экеранчылара бу ишиң абыны-табыны алмага көмек эдер. Шейле адамларың бири хем лимоның йылда 100—120 саны мивесини берйән сортуны ойлап тапан курскили Анатолий

Андреевич Фоменкодыр. «Петродворцовый часовой завод» бирлешигиниң механиги Алексей Владимирович Матвеевиң өйүнде болса мандарин агаҗы хасыл берйәр. Бизиң китабымызы сурат билен безән Константин Николаевич Мошкин болса әпишгәниң текҗесинде ерлешйән «экин мейданындан» йылда 200-ден хем говрак помидор йыгнаяр.

Шейлеликде, өй шертлеринде багчылык хем бакҗачылык билен мешгулланян ишине өкде хөвесҗеңлер кән. Шоларың хатарына гошулмак үчин болса, диңе йүрегиңи бире баглап, ише батыргайрак япышаймалы.

Өйде адамың гечйән сапагы

Ботаникачы болмак хөкман дәл

Хеммелере, ылайта-да башлангыч багбанлардыр бакҗачылара өз ишини оңат билйән адамың, меселем, биолог, хөвесҗең багбанларың Ленинград җемгыетиниң члени Евгений Борисович Поповың газанан тәҗрибеси пейдалы болар өйдүп тама эдйәрис. Е. Б. Поповың «Детская литература» неширяты тарапындан 1985-нҗи йылда чап эдилен «Өйдәки баг хем бакҗа» диен ишини башлангыч экеранчыларың әхлисине окамагы маслахат берйәрис.

—Шейлеликде, өй шертлеринде экеранчылык билен мешгулланҗак адам нәмеден башламалы?

—Топракдан, экин экер ялы гапдан, йылылыкдан хем-де... тохумдан. Бу айданларым хеммелере дүшнүкли болса герек. Йөне, экмек үчин нәхили топрак, нәхили гап герек?

Узак вагтларың довамында өй шертлеринде баг нахалҗыгыны, бакҗа шитилҗигини экмек үчин тоюн голчадан ярамлы зат ёк диен пикир йөргүнли болупды. Эмма топрак догры сайланылып алнан халатында нахалдыр шитилиң нәхили гапда отурдылҗакдыгының әхмиетиниң ёклугы белли эдилди.

Өй шертлеринде гөк өнүмлери өсдүрип етишдирмек үчин нәхили гаплар герекка? Бу иш үчин кичеңрәк агач челеклер, пластмасса ящиклер, гүл отурдылян улы голчалар, бедрелер, хатда питилер хем ярамлыдыр. Йөне хөкманы суратда оларың дүйбүнде сув акып гидер ялы 1—2 сантиметр диаметрли 2—3 са-

ны дешик дешмели, оларың үстүни болса тоюн бөлеҗиклери билен япып, чәге гуймалы.

Әпишгәниң текҗесинде я-да эйванда хасыл алмак үчин тебигата көмек этмели. Бу айдылан өңи билен топрага дегишлидир. Шейлеликде, хер бир өсүмлик үчин онуң биологик айратынлыкларыны, ол я-да бейлеки иймитлендириҗи маддалара болан ислегини назара алып топрак гарындысыны тайярламалы. Меселем, квартирада помидоры, бурчы я-да гөк өнүмлери өсдүрип етишдирмек үчин ашакдакы гөркезҗек топрак гарындымызы тайярламалы: 30 процент торф, шонча мөчберде хем компост, херси 20 процентден чүйрүнтги ве онат эдилип ювлан ири чәге. Хыяр кысымдаш өнүмлериң биологик айратынлыклары болса чүйрүнтгиниң мөчберини 30 хатда 40 проценте ченли көпелтмеги, редискада болса 50 проценте ченли көпелтмеги талап эдйәр. Булардан башга-да, 1 бедре гарында 1 чай чемчеси мөчберде суперфосфат хем гошмалы.

Иймитлендириҗи гарындыны дүзйән маддаларың кәбирини башга маддалар билен хем чалшып болар. Меселем, торфуң дерегине чүйрән ёнушгалары уланып болар, компосты болса ислендик улы дарагтың ашагындан алнан баҗаклы топрак билен чалшырып болар (бу максат үчин диңе дуб агаҗы билен сөвүдиң ашагындан алнан топрак ярамаяр). Чүйрүнтги ёк еринде гуран япраклы топрагы хем пейдаланып болар. Йөне топрагы өң экин экилип йөрен аррык топраклы ерден алмак хем-де ящиклердәки топрагы гайтадан уланмак болмаз.

—Топрагы уланман оңуп болмаярмыка? Өй экеранчылыгының шейле усулы хем бар ахыры.

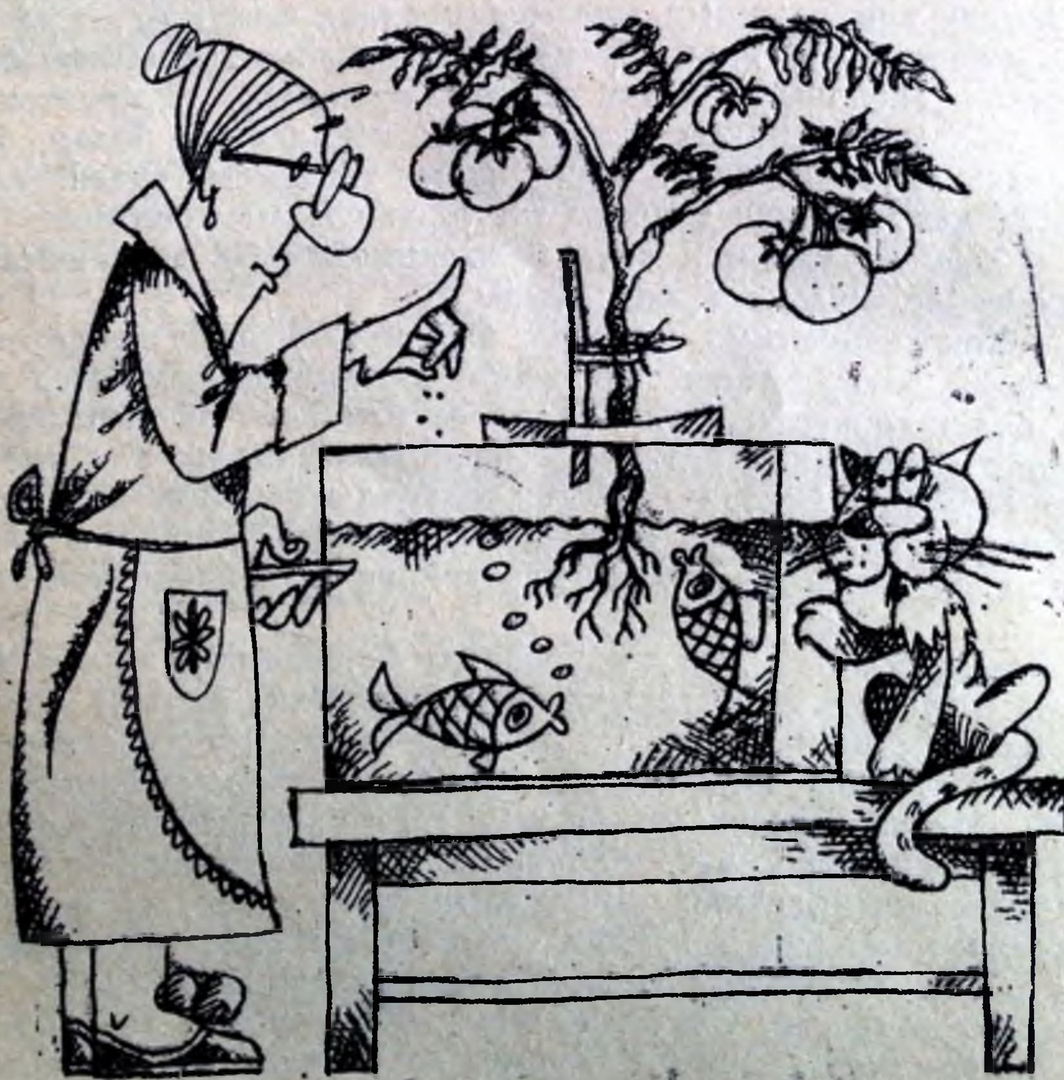
—Хак айдярсыңыз. Онларча йыл мундан озал шейле пикир көпимизе башга планеталара учмак пикиринден хем бетер хowaйы болуп гөрнерди. Инди болса өсүмликлери өй шертлеринде топрак уланмаздан өсдүрип етишдирмек методы хас аматлыдыр. Өсүмлиги бейле усул билен өсдүрип етишдирмегиң мүмкиндигини илкинҗи болуп Климент Аркадьевич Тимирязев дийсең оңат субут этди. Бу усулы гидропоники усул дийип атландырдылар.

Хакыкатдан хем, өй шертлеринде бакҗачылык билен мешгулланыланда топрак гарындысыны уланмак аматлы хем-де, умуман аланымызда, сада усул. Йөне бу усулың дүйпли кемчиликлери хем бар. Өңи билен-ә гыш паслы топрагы ниреден алҗак? Мунуң үстесине-де, бу усул гаты бир гигиеник усул хем дәлдир —өй эелери нәче чытрашсалар-да квартирада эп-эслиҗе палчык-тозан йыгнаняр. Бу усулың үчүнҗи бир, хас якымсыз кемчилиги хем бар: гөк өнүмлере зыян етириҗи мөр-мөҗеклериң хем-де кеселлериң көпүси өсүмликлериң бири-бирине топрак аркалы гечйәр. Өнүмлери эмели шертлерде — гидропоники метод аркалы өсдүрип етишдирмек велин иши башгача чөзйәр.

Башлангыч үчин бакҗа экинлерини адаты айна банкаларда өсдүрип етишдирмәге сынанышың. Хөвесҗең бакҗачыларың көпүсининң практикасы хер 1 литрлик банкадан ортача секиз помидор, 2 литрлик банкадан болса он алты помидор алып боляндыгына гүвә гечйәр.

Онда нәмеден башламалы! Банкаларың агзыны ики саны дешик дешилен полиэтилен гапак билен япмалы. Шол дешиклериң бири өсүмлик үчиндир, бейлекиси болса өсүмлиги саклаҗак даянч таяҗык үчин ниетлененндир. Банкаларың дашына болса ягтылык гечирилйән кагыз я-да плёнка орамалы, шейдилсе, гараңкыда өсүмлик говы көк аляр хем-де сувуң ичинде сувотылары өрмейәр. Өсүмлигиң көкүниң үчден бири сувуң ичинде болар ялы эдип банка иймитлендирижи эргин гуймалы. Өсүмлик өсдүгиче гарындының дережесини песелтмелидир.

Гидропоника методы билен гөк экинлери сув сыздырмаян ящиклерде хем өсдүрип етишдирмек болар. Мунуң үчин ящиклериң үстүне гапак япмалы. Гапагың бир бөлеги эргин гуймак



хем-де чалшырмак үчин айрылян болмалыдыр, гапагың бейлеки бөлегини болса ящиге җебис беркидип, онуң үстүнден өсүмликлер үчин дешиклер дешмели. Шол дешиклере өсүмлик шитилини отурдып, дашына памык айлап беркитмели. Гапак билен эргиниң аралыгы 5 сантиметр чемеси болмалыдыр.

Элбетде, гөк экинлери өсдүрип етишдирмегиң башга усуллары хем бардыр. Эмма шахсы тежрибэмизиң гөркезиши ялы, өй шертлеринде экеранчылык билен мешгулланмагы йүрегине дүвен хөвесҗеңлер әхли зада бирден япышҗак болмалы дәл. Вагтың гечмеги билен бу ишиң абыны-табыны алып боляндыр. Мунуң үчин соңкы дөврүрде көп чап эдилен йөрите эдебият хем ярдам берер. Онсоңам, өсүмликлери гидропоники метод билен өсдүрип етишдирмегиң хайсы усулыны сайлап алсаңыз хем, бу ерде эсасы задың усулда дәл-де, иймитлендирижи эргиндедигини ятдан чыкармаң. (Барланып гөрлен рецептлериң бирини сиз бабың ахырында тапарсыңыз.)

—Эйсем-де болса нәме экмелидиги барадакы меселә доланып гелелиң. Башлангыч экеранчылара эсасан хайсы өсүмликлери экмек маслахат берилйәр.

—Дүйп соган өсдүрип етишдирмекден башланылса говы болар. Ол барада халк арасында әхли дердиң дерманы дийлип гүррүң эдилйәр.

Өңи билен ортача улулыкдакы, дыкыз дүйп соганлары сайлашдырып алмалы —шейле улулыкдакы соганлар магазинлерде элмыдама тапдыряр. Гөк яшларыны иймек ниетленйән соганлары гидропоники усул билен етишдирмек хас аматлы болар. Соганың яшларының илкибашкы өсүш дөврүнде көп мөчбердәки ягтылык зерур болуп дурмаяр, йөне соган яшлары өсүп бирнәче сантиметре етенден соң велин, оларың индики өсүши үчин гүйчли ягтылык зерурдыр. Шол ягтылык етмесе, соган яшлары солгун гөрнер, тагамсыз болар хем онуң ёкумлылык дережеси пес болар.

Меселем, укроп хем айратын бир алада талап эдип дуран от дәлдир. Оны өсдүрип етишдирмегиң әхли аладасы топрагыны йыгы-йыгыдан юмшадып хем-де өсерлерини иймитлендирип дурмакдан ыбаратдыр. Укропың өсерлериниң бирнәчесине эл дегирмән гойсаңыз болса, индики экҗек тохумыңыз өзүңизден өнер. Сизе ене-де бир маслахат бермекчи боларыс: топрагың аша гурамагына ёл бермәң, ёгсам, укроп өсүшини тамамламага «ховлугар-да», гүллемәге дурар. Гыш паслында өй шертлеринде өсдүрип етишдирмек үчин иң говы укроп сорты Грибовскиниң сортудыр.

Окыҗыларымызың көпүси өй шертлеринде помидор өсдүрип етишдирмек хакында арзув эдйән болса герек. Элбетде, гыш паслында дым-гызыл болуп өзүни гүжеңләп дуран бу өнүм хич кими пархсыз гоймаса герек. Гепиң гердишине гөрә айтсак, өй шертлеринде томат етишдирмек тежрибеси етерликдир. Ме-

селем, Пушкинский 1853 диен ажайып сорт хер квадрат метрден тас 20 килограма ченли хасыл берйәр. Шунда, кәбир мивелериң массасы 200 грама етйәр. Ачык мейданда өсдүрилип етишдирилйән помидора гаранда өй шертлеринде өсдүрилип етишдирилйән помидорларда шекер хем-де C витамини тас 2 эссе көпдүр.

Лиана гөрнүшли сортлар дийилйән сортлары экмезден өңүнчә оларың тохумларыны марганцовканың эргининде (ярым литр сува 2,5 грам мөчберинде) 10 минутлап гоймалы, соң болса бир гиже-гүндизләп микроэлементлериң эргининде (бу эргини 1 литр сува 0,2 грам бор кислотасыны хем-де 0,5 грам мис купоросыны гуюп тайынламалы) сакламалы. Шундан соң тохумлары өл матаның үстүнде гөгертмели. Хыяр хем шу усул билен «экилйәр». Тохумлар шинеләнден соң болса, «тапланарлары» ялы, олары бир-ики гүнләп холодильникде гоймалы. Диңе шондан соң олары чуңлугы ярым сантиметр мөчберинде җояҗыклар чекип экмели. Етишен нахалларың солмагына ёл бермән, суварып дурмак герек.

Помидор үчин эсасан көпрәк ягтылык герекдир. Ягтылыгы бол болан помидорың хасыл берши хем үйтгешик болар. Оңат ягтыландырылан, ховасының температурасы хем 25 градус болан отагда өсдүрилип етишдирилен помидор шитиллериниң мейданда өсдүрилип етишдирилен помидор шитиллеринден 18 эссе көп хасыл берйәндиги хасапланылып гөрлендир. Шу ерден хем әхли задың өзүңизе баглыдыгы барадакы нетиже гелип чыкяр.

—Сиз өсүмликлери оңат ягдайда өсдүрип етишдирмек үчин оңат ягтылыгың хем-де йылылыгың зерурдыгыны эййәм бирнәче гезек текрарладыңыз. Бу ягдай энергияның артыкмач сарп эдилмегине тәсир этмейәрми?

—Ерликли сораг бердиңиз. Өсүмликлериң аглабасы үчин болшы ялы, гөк өнүмлер үчин хем чәкден чыкмак зыянлыдыр. Буг билен йыладыш системасы болан, температурасы мыдама диен ялы такмынан 20° дережеде сакланылян отагларда өсдүрилип етишдирилйән өсүмликлериң аглабасы үчин шол температура етерликдир.

Ягтылык бабатында болса бирнеме чыкдайҗы этмели болар. Ылайта-да хыяр, помидор, нойба, бурч... ягтылыгы көп талап эдйәндир. Өсүмликлери ягтылык билен үпҗүн этмек проблемасыны чөзмек үчин, гүндизлик ягтылыгына кыбапдаш ягтылык берйән кырк ваттлык лампалары уланмалы. Өңи билен-ә, шол бир кувватлылыкда ики эсседен хем көп ягтылык берйәни үчин ол лампалар хас тыгшытлыдыр. Мундан башга-да, ол лампалар хас көп ере ягтылык сачяр. Бу болса өсүмликлериң әхли тарапына дең дережеде ягтылык дүшҗекдигини аңладяр. Онсоң хем бу лампалар гызмаяр диен ялыдыр, шонуң үчин хем олары өсүмлигиң ичинде хем ерлешдирмек болар.

Өй бакҗачылыгының хасыллылыгыны ёкарландырмагың йылылыкдыр ягтылыгы уланмакдан башга-да нетиҗели серишделери бардыр. Гөк өнүмлериң сувы говы гөрйәнлиги хеммә мәлимдир. Шундан угур алып хем алымлар гүйчли магнит полюсларындан гечирилен сув билен суварылан гөк өнүмлериң хасыллылыгының месе-мәлим ёкарланяндыгыны аныкладылар. Шу методы хем уланмагы маслахат берйәрин. Өсүмлик суварылҗак сувы магнит аркалы ишләп гечмәге ниетленен энҗам сатува чыкды. Бу энҗамы өзүңиз ясасаңыз хем болар.

—Минерал ве органики дөкүнлериң пейдасы нәхили? Мейданда экилен экинлериң хасыллылыгыны ёкарландырмага пейда эдиши ялы, олар өй шертлеринде өсдүрилип етишдирилйән экинлериң хем хасыллылыгыны артдырмакда улы роль ойнаян болсалар герек?

—Элбетде. Дөкүнлер хасылың эсасыдыр. Гөк өнүмлер иймитленмәге гаты «гөвүнҗеңдирлер», отаг шертлеринде өсдүрилип етишдирилйән гөк өнүмлериң иймитлендирилмеги болса оларың хасыллылыгыны такмынан үчден бире ченли артдыряр. Гөк өнүмлери иймитлендирмек үчин дүзүми ашакдакы маддалардан ыбарат эргини уланмагы маслахат берйәрис: 10 литр сува 1,25 грам марганцовка, 2 грам бор кислотасыны, 2,5 грам мис купоросыны; 8 грам күкүрттуршы магнини гошмалы. Өсүмлигиң дүйбүне бир стакан мөчберинде бу гарындыдан гуймалы, шонуң билен бирликде хем бейлеки эсасы дөкүнлери хем дөкмели.

Оңат хасыл алмагың ене бир усулы шундан ыбаратдыр, бу усул йөнекейҗедир: дөкүнлериң херсинден аз мукдарда сува гошулан эргинини пульверизатор билен өсүмликлере бол мөчберде пүркмели.

Гөршүңиз ялы, йылылыкдыр ягтылык өй шертлериндәки экеранчылыкда еке-тәк көмекчилер дәлдир.

—Өй шертлеринде бакҗачылык билен мешгулланмак диен зады акыла сыгдырып боляр. Эмма өй шертлеринде баг өсдүрип етишдирмек велин?.. Отагың ичинде үзүм, айва, апельсин хасыл берйәр...

—Шейле-де болса, өй шертлеринде баг өсдүрип етишдирмек билен мешгулланылып башланыланына ики йүз йыла голай вагт болуп гелйәр. Руссияның барҗамлы өйлеринде өйде өсдүрилип етишдирилен мандаринлердир апельсинлери, лимонлардыр алма-армыт ийипдирлер. Эмма, гынансагам, отагда мивели баглары өсдүрип етишдирмегиң усуллары диңе бу угурдан чап эдилен көне голланмаларда сакланып галыпдыр.

Бу гүн Горький областында ерлешйән, Ока боюндакы Павлово шәхериниң яшайҗыларының өз өйлеринде лимондыр мандарин өсдүрип етишдирйәндиклерини көплер билйәр. Йөне лимондыр мандаринлер нәме үчин хут шу ерде өсдүрилип етишдирилйәркә? Айдылян роваята гөрә павловолыларың бу гүйменҗесиниң башыны император аял Анна Ивановна Германия-

да совгат берлен лимон агаҗының мивесини огурламагы башаран шәхер конторасының гуллукчысы башлапдыр.

Павлово лимонының гизлин сыры нәмеден ыбаратка? Әхли сыр онуң чыбыгындан көпелйәнлигиндедир: ики-үч япраклы чыбыҗагы кесип алярлар-да, ювлан даг я-да деря чәгесинден долдурылан ящикде отурдярлар. Чыбыҗагың үстүни болса банкаҗык билен япмалы. Нахалҗыгы елеҗиретмек үчин хер гүн 2 сагадырак чемеси вагтлап банканы айырмалы. Нахалҗык такмынан ики айда көк урар. Нахал отурдылан ящиги я-да габы көлеге ерде сакламалыдыгыны хем ятдан чыкармалы дәлдир. Мундан башга-да лимон агаҗының узак вагтлап хем-де бол хасыл бермегини ислесеңиз онуң оңат шаха яйратмагыны газаның. Мунуң үчин нахалҗыгың ёкары башындакы пынтыкларыны гысышдырмалы, бәшинҗи-алтынҗы япракдан ашакдакы шахаҗыкларың учларыны болса дөвүп айырмалы. Бу затлар лимон агаҗының әхли тарапына дең өсмеги хем-де хут гапдал шахаларында лимон мивелериниң дүвмеги үчин эдилйәр.

Өй шертлеринде баг етишдирмек үчин ене-де нәхили нахал отуртмагы маслахат берип болар? Сизе кофе агаҗының нахалыны отуртмагы маслахат берйәрис. Ол өй шертлеринде динебир оңат бой алман, эйсем оңат хасыл хем берйәр. 1,5 метр агачдан йылда 1,5 килограма ченли тохум алып боляр. Кофе агаҗыны тәзе алнан тохумлардан я-да нахалҗыклардан көпелдип боляр. Шейле тохумлардыр нахалҗыклары болса ботаники баглардан алып билерсиңиз. Кофе экилҗек топрагы арам дыкызлыкдакы ягдайда тайярламалы, голчаның дүйбүне болса дыкыз гатлак эдип деря чәгесини я-да чагыл дүшемели. Кофе агаҗының шахаларыны хем эдил лимон агаҗының шахаларының тимарланышы ялы тимарламалы. Кофе агаҗының идегинде эдилйән эсасы талап болса агач нәхили йылы сакланылдыгыча шонча-да говудыр.

Бу пейдалы хем-де гызыклы иш билен мешгулланып, сиз диңебир өзүңизиң ве якынларыңызың саглыгыны сакламак билен чәкленмән, эйсем юрдумызда өңе сүрүлйән дийсең мөхүм везипе болан Азык программасыны дурмуша гечирмәге-де өз етдик гошандыңызы гошарсыңыз.

Башлангыч экеранчылара йөрите эдебияты көпрәк окамагы маслахат берйәрис, бу китабың окыҗыларына болса бирнәче пейдалы маслахат хөдүрлейәрин.

Өй шертлеринде баг-бакҗа өсдүрип етишдирмеги ниет эдинен хөвесҗең багбанлара ве бакҗачылара маслахатлар

Согандыр бейлеки гөк отлары топракда өсдүрип етишдирсеңем боляр. Йөне олары гидропоника методы билен өсдүрип

етишдирмек хас аматлыдыр. Согандыр гөк отлары сувармак үчин уланян сувуңыза шу ашакдакы мөчберде дөкүн гошмалы: бир литр сува —1,5 —2 грам аммиак селитрасыны, 2—3 грам суперфосфат ве 1,5 —2 грам хлорлы калий.

* * *

Хыяры гидропоники усул билен нәдип етишдирмели? Такмынан 5 литрлик габың дүйбүне җыглым даш я-да оврадылан гызыл керпич дүшемели. Җыглым дашың үстүнде 3 литрлик гөврүми болан дүйби дешик-дешик гап (меселем, уллакан голча) гоюң. Голчаның үчден бирини гайнаг сува ювлан деря чәгеси билен долдурың. Ичи чәгели габың ортарасына өлленен юмшак нах матаның үстүнде көк уран хыяр тохумыңызы ерлешдириң. Шунда чыглылыгың артыкмач болан халатында тохумлардакы маддаларың сув билен акып гидйәндигини, шонуң нетиҗесинде болса тохумларың өлмегиниң мүмкиндигини ятдан чыкарман. Хыяр шитилини өсдүрип етишдирмек үчин иң оңат температура 22—25°С-дир (меселем, буг билен йыладыш системасының батереясының яныдыр).

Матаның үстүнде акҗа шине пейда болдугы оны чәгели банка гечириң. Тохумлары 1,5—2 сантиметр чуңлукда, өсерини ашак эдип йүзинлигине отуртмалы, ёкарсындан болса чәге сепип, сәхелче сувармалы. Хыяр шитиллери 2—3 гүнден соң дүртершип чыкып уграр. Шундан соң ашакы габың ичине ёкаркы габың дүйбүне ченли эдип иймитлендириҗи эргин гуюң. Эргин хас артык боланда ёкаркы габың ичиндәки чәге герегинден артык чыглы болар-да, шитил кеселләп, сүллерер. Шитил пейда болaндан соң ики хепдәниң ичинде илкинҗи хакыкы япрак, соң болса икинҗи япрак пейда болар. Үчүнҗи япрак пейда боландан соң болса сиз «рехим-шепагатсыз херекет этмели» боларсыңыз —дүйбүндәки балдаҗык билен билеликде шол япрагы кесип айырмалы (гысмалы) боларсыңыз. «Чүртмек усулы» дийип ат алан бу иши хөкманы суратда эдәймелидир, себәби хыярың гапдал пазыллары көп хасыл берйәндир. Шонуң үчин хем шитили илкинҗи гезек чүртениңизден соң пазылда пейда болян ики саны гапдал «муртлары» хем кесип айырмалы, шондан соң оларың херсинде дөрт-бәш саны япрак пейда болар. Шундан соң сизиң хыяр пазылыны өсдүрип етишдирмек барадакы аладаларыңыз тамамланяр.

Дүзүми дүрли гарындылардан ыбарат болан иймитлендириҗи эргинлери тайярламага ялтанмасаңыз сиз хыярың хас бол хасылыны алып билерсиңиз. Сизе шу ашакдакы эргинлери тайярламагы маслахат берйәрин.

Шитил пейда боландан соңкы илкинҗи 2—3 хепдеде 10 литр сува 2,8 грам күкүрттуршы магний, 1,5 грам азоттуршы аммоний, 3,5 грам азоттуршы калий, 0,6 грам хлорлы калий, 6 грам суперфосфат гошулан эргин билен суварың.

Хыяр пазылының гүйчли депгинде өсйән хем-де гүллэп башлан дөврүнде дузларың гатнашыгы үйтгедилйәр. Сувуң шонча мөчберине 4,8 грам күкүрттуршы магний, 2,5 грам азоттуршы магний, 2,5 грам азоттуршы аммоний, 5,5 грам азоттуршы калий, 2,3 грам хлорлы калий ве 6 грам суперфосфат гошуляр.

Бирсыдыргын гүллэп хасыл берип угран дөврүнде болса дузларың гатнашыгы ашакдакы ялы болмалы: 10 литр сува 6 грам күкүрттуршы магний, 3,5 грам азоттуршы аммоний, 8,5 грам азоттуршы калий, 1 грам хлорлы калий ве 6 грам суперфосфат.

* * *

Отаг шертлеринде үзүмиң бол хасылыны алмак хем мүмкиндир. Мунуң үчин диңе отаг шертлеринде өсдүрип етишдирмек аматлы болан үзүм сортуны, ягны тиз етишйән, оңат тозанланян сортуны сайлап алмак герекдир. Шолар ялы сорта отаг шертлеринде өсдүрилип етишдирилйән Мускат, ир бишйән Маленгр ве ш. м. үзүм сортлары дегишлидир.

Үзүми чыбыгындан отуртмалы. Чыбыкда 2 саны пынтык болмалыдыр. Чыбыгы айнаның ашагында гойлан ичи чэгели ящигиң ичинде отурдып үзүмиң өсүшини гыздырмаздан хем чалтландырып болар. Чыбык пынтык ярандан соң айнаны айырмалы. Пынтыклар өсүп 15—18 сантиметрлик шаха өврүленден соң яшаҗык чыбыкларың дашыны соймазлык үчин сересаплы чемелешип диаметри 18 сантиметр болан голчалара гечирмели. Гыша ченли чыбыклар 1,5 метре ченли ве шондан хем көп өсер. Индики йыл болса онуң гапдалларындан хем чыбыклар чыкар, шоларың кэбири болса эййэмден хасыл берер. Шол хасыл берен чыбыклары шаха яйрадян еринден бэш япрак санап ёкарсындан кесип айырмалы. Хасыл бермедик шахалары хем шаха яйрадян еринден санап бэшинҗи-единҗи япракдан ёкарсыны кесип айырмалы. Үзүмиң дүйбүне хас якын болан, хасыл бермейэн ики-үч шаханың уҗуны тэ 1—1,5 метр узынлыга етйэнчэ кесмэн гоймалы. Шол шахалар гелҗек йыл хасыл берер. Соңкы йыллар хем хасыл берйэн бир-ики шаха билен билеликде индики йылың хасылы үчин ики-үч шаханы кесмэн гоймалы. Гыш паслында үзүм дүйбүни температурасы минус 1° С-дан ашак хем-де плюс 8° С-ден ёкары болмадык отага йыгнамалы.

Үзүмден йылда ики хасыл алмак хем мүмкиндир. Мунуң үчин гышына отага салнан үзүм дүйплерини февралың орталарында йылы отаглара гечирмели-де, боллук билен сувармалы. Май айына болса үзүм хасылы етишер. Хасылы йыгнанандан ики-үч хепде геченден соң үзүм дүйплерини бирярым айлап температурасы 4°С-ден ёкары болмадык совук ерде гоймалы. Шондан соң олары ене йылы ере гечирмели ве октябрың ахырында —ноябрда икинҗи гезек хасыл йыгнамалы. Хер гезек хасыл аланыңыздан соң үзүм дүйплерини башга бир топрага

гечирмели, хасыл дүвйән вагтлары болса хер 5 гүнден боллук билен суварып, органики хем-де минерал дөкүнлер билен иймитлендирип дурмалы.

* * *

Лимоны отаг шертлеринде тохумындан көпелдип боляр я-да вегетатив усул билен — пейвентләп, чыбыжагы кесип сапмак аркалы, лимон чыбыжагыны отуртмак аркалы көпелдип боляр. Гепиң гердишине гөрә айтсам, тохумларындан экилип оңат идег эдиленде овадан, куватлы лимон агачлары өсүп етишйәр. Эмма шол усул билен экилип, өсдүрилип етишдирилен агаҗың хасылына узак — 10—15 йыллап гарашмалы боляр. Шонуң үчин хем, ене 3—4 йылдан чай билен ичер ялы «өз» лимоныңызың боларыны ислесеңиз, иң говусы, вегетатив усул билен көпелтмеги —сапмак, чыбыжак отуртмак усулыны пейдаланың.

Сапмагы ики усул уланып гечирип болар: оларың бири-хә пейвент этмек усулыдыр, бейлеки усулы болса шаханы дилип сапмакдыр. Шахаҗыгы догры сапсаңыз бир айдан соң тәзе өсерлери йүзе чыкяр. Сапмак гаты кын ишдир, оны усуллык билен хем дийсең чалт гечирмели. Сапылян махалы кесилен ере элиңи дегирмели дәлдир, эл деген ере сапылан шахаҗыгың гөгермезлиги мүкиндир.

Көпелтмегиң иң аңсат усулы чыбыжаклары кесип сапмакдыр. Хасыл берйән агаҗың 4—5 япраклы бирйыллык я-да икийыллык шахаҗыгыны кесип алып иң ашакы балдаҗыгының ашак йүзүнден хем-де иң ёкаркы балдаҗыгың 10 сантиметр ёкары йүзүнден дилмели. Шахаҗыгың ашак йүзүндәки ики япрагы ёлуп айырмалы. Шахаҗыгы арасса, ири деря чәгесинде отурдып, айнаның ашагында 22—23°С-де сакласаңыз, онуң өсүшини чатландырып билерсиңиз. Лимона бахарда хем-де томусда дүйп тутдурсаңыз хем-де сапсаңыз хас говы болар.

Багҗагазың көк уран топрагы юмшак хем-де хова гечирйән ягдайда болмалыдыр. Топрагың дүзүми херсинден дең мөчберде алнан чүйрүнтгиден, чүйрән япраклы хем-де баҗаклы ерден, галан ярысы болса ири деря чәгесинден ыбарат болмалыдыр. Йөне топрак гарындысы нәхили говам, нәхили ёкумлам болса, лимоны айда 2 гезек азот, фосфор ве калий дөкүнлери билен иймитлендирип дурмак зерурдыр. Бир бедре сува 2 нахар чемчеси аммиак дузуны, 1 нахар чемчеси калий дузуны, бир чемче хем суперфосфат атмалы.

Өй шертлеринде цитрус өсүмликлерини өсдүрип етишдирмегиң әхли сыры шулардан ыбаратдыр.

* * *

Отаг шертлеринде өсдүрилип етишдирилйән өсүмликлериң хернәче суварылян хем болса сүллермеги мүмкиндир. Өсүмликли голчаны сәхелче ымык сувлы легенде ярым сагатлап гоюп

гөрүң. Бу пейда берер. Энтек долы сүллермедик балдаклар гөзүңизиң өңүнде җанланып, япраклар терленер. Диймек, өсүмлик төтәнликде сувсадыландыр, топрак гурап, чыглылыгы оңат гечирйән дәлдир.

* * *

Өсүмликлери гайнадыландан соң отаг температурасына ченли совадылан сув билен сувармалы. Мылайым сув (25—30°С я-да ондан сәхелче ёкаррак) билен суварылмагы, тиз өсйән гөк өнүмлериң оңат бой алмагына хем-де өсүп етишмегине ярдам эдйәр.

* * *

Гүнде бир гезек сувармаклык етерлик болса, өсүмликлери агшамара суварсаңыз хас оңат болар. Шол бир вагтың өзүнде экинлериң үстүне сув хем пүркмек герек. Бу иши хер гүн, хич болманда гүнашадан ерине етирмели. Түйс өсйән дөвүрлери болса хер хепдеде бир гезек гөк отларың үстүне арасса сув дәл-де, минерал дөкүнлериң говшак эргинини пүркмек герек. Эргини 1 литр сува минерал дөкүнлериң 0,5 грамыны гошуп тайынламалы.

* * *

Өсүмликлери нәдип ве нәме билен иймитлендирмели? Дөкүнлериң составының үч типи бар. Олар минерал ве органики дөкүнлердир хем-де микроэлементлердир.

Интенсив ягдайда өсйән мивелердир гөк өнүмлери айны вагтында хем-де догры иймитлендирмегиң әхмиети дийсең улудыр. Меселем, гүллейән хем-де миве дүвйән дөвүрлеринде олары хепдеде 2 гезек иймитлендирмек герек, кичеңрәк челеклерде өсдүрилйән мивели агачлары болса хепдеде бир гезек иймитлендирмели. Өсүмликлериң дынчлыкдакы пурсатында олары иймитлендирмек асла болян дәлдир: шол дөвүрде өсүмликлер минерал маддалары өзлешдирмейәрлер, шонуң нетиҗесинде болса минерал маддалар топрага йыгналып өсүмликлериң көклерини якяр ве өлдүрйәр.

Үч элемент: азот, фосфор ве калий өсүмликлере хас хем герекдир. Эмма шол элементлериң етмезчилик этмегем, артыкмачлык этмегем өсүмликлере зыянлыдыр.

Меселем, азот балдакларың хем-де япракларың (яшыл массаның) гүйчли депгинде өсмегине ярдам эдйәр. Онсоң азот герегинден артык дүшсе, өсүмлик «семрейәр», ягны, гүллемегиң, хасыл дүвмегиң дерегинде көп мөчберде яшыл масса өсдүрйәр, шонуң нетиҗесинде болса өсүмлик хер бир кеселе дурнуксыз болуп чыкяр. Азот дөкүнлери етмедик вагтында болса, терсине, өсүмликлер хаял өсйәр хем-де сүллермек, гурамак билен боляр.

Өсүмликлериң гүллемегине, боллук билен гүл ачмагына хем-де миве дувмегине ярдам эдйән фосфор дөкүнлери оңат өсүп етишен өсүмликлере ылайта-да зерурдыр.

Калий өсүмликлериң пропорционал ягдайда, сагдын өсмегине ярдам эдйәр, фосфор дөкүнлеринин тәсирини гүйчлендирйәр. Бу элементлерден башга-да, өсүмликлере эргин гөрнүшинде бейлеки элементлер хем —марганец, бор, демир, күкүрт, кальций хатда мис хем герекдир.

Минерал хем-де топрак гарындыларыны тайярламагы өзүңиз өвренсеңиз хас оңат болар. Шол гарындылары тайярламакчы боланыңызда адаты минерал дузлары пейдаланып билерсиңиз. Шол дузлар әхли ерде бардыр. Диңе дузларың герекли мөчберини өлчемәни оңарсаңыз болдугыдыр: гарындының 1 литр сува гошулян мөчбери 1—2 грамдан артмалы дәлдир. Фосфор дөкүнлерини бейлеки гарындылар билен гармаздан өңинчә оңат эдип овратмак, хатда сувда гайнатмак герекдир. Диңе шондан соң фосфор дөкүнлерини бейлеки гарындылар билен гарып билерсиңиз. Уланмаздан өңүрти эргини чайкаң, себәби фосфор дөкүнлери, адатча, деррев габың дүйбүне чөкйәр.

Бөлеклейин ягдайда минерал дөкүнлериң типлери

Дөкүн	Кадалы ягдайдакы гарынды	Азотлы гарынды	Фосфорлы гарынды
Селитра	1,0	2,0	1,0
Күкүрттуршы аммоний	1,4	2,8	1,0
18 процентли суперфосфат	2,1	2,1	3,0
Калий дузлары	1,0	1,0	1,3

Микроэлементлер билен утгашдырылып уланылмалы болан минерал эргинлер билен билеликде, өсүмликлери иймитлендирмек үчин органики дөкүнлери хем пейдаланың. Оларың иң говусы гуш нежасатыдыр (ислендик гушуң нежасатыны пейдаланып билерсиңиз). Бейлеки көп санлы органики дөкүнлерден тапавутлылыкда, гуш нежасатының аңрыңы бәриңе гетирйән ысы ёкдур, шол бир вагтың өзүнде хем ол өсүмликлер үчин иңбир ёкумлы элемент болуп дуряр. Гуш нежасатының 10 грамының үстүне бир стакан сув гуюп, вагтал-вагтал булап дуруп бир-бирярым хепде сакламалы, шондан соң онуң үстүне 3 гезек сув гуймалы-да, экинлери сувармак үчин уланыбермели.

Өсүмликлери топрага экмезден озал топрага үвелен сүңк гармак хем оңат нетиже берйәр. Шу ашакдакы порция барланылып гөрүлди: 1 килограм топрага 10 грам гуры балык сүң-

Өсүмликлериң гүллемегине, боллук билен гүл ачмагына хем-де миве дүвмегине ярдам эдйән фосфор дөкүнлери оңат өсүп етишен өсүмликлере ылайта-да зерурдыр.

Калий өсүмликлериң пропорционал ягдайда, сагдын өсмегине ярдам эдйәр, фосфор дөкүнлеринин тәсирини гүйчлендирйәр. Бу элементлерден башга-да, өсүмликлере эргин гөрнүшинде бейлеки элементлер хем —марганец, бор, демир, күкүрт, кальций хатда мис хем герекдир.

Минерал хем-де топрак гарындыларыны тайярламагы өзүңиз өвренсеңиз хас оңат болар. Шол гарындылары тайярламакчы боланыңызда адаты минерал дузлары пейдаланып билерсиңиз. Шол дузлар әхли ерде бардыр. Диңе дузларың герекли мөчберини өлчемәни оңарсаңыз болдугыдыр: гарындының 1 литр сува гошулян мөчбери 1—2 грамдан артмалы дәлдир. Фосфор дөкүнлерини бейлеки гарындылар билен гармаздан өңинчә оңат эдип овратмак, хатда сувда гайнатмак герекдир. Диңе шондан соң фосфор дөкүнлерини бейлеки гарындылар билен гарып билерсиңиз. Уланмаздан өңүрти эргини чайкаң, себәби фосфор дөкүнлери, адатча, деррев габың дүйбүне чөкйәр.

Бөлеклейин ягдайда минерал дөкүнлериң типлери

Дөкүн	Кадалы ягдайдакы гарынды	Азотлы гарынды	Фосфорлы гарынды
Селитра	1,0	2,0	1,0
Күкүрттуршы аммоний	1,4	2,8	1,0
18 процентли суперфосфат	2,1	2,1	3,0
Калий дузлары	1,0	1,0	1,3

Микроэлементлер билен утгашдырылып уланылмалы болан минерал эргинлер билен билеликде, өсүмликлери иймитлендирмек үчин органики дөкүнлери хем пейдаланың. Оларың иң говусы гуш нежасатыдыр (ислендик гушуң нежасатыны пейдаланып билерсиңиз). Бейлеки көп санлы органики дөкүнлерден тапавутлылыкда, гуш нежасатының аңрыңы бәриңе гетирйән ысы ёкдур, шол бир вагтың өзүнде хем ол өсүмликлер үчин иңбир ёкумлы элемент болуп дуряр. Гуш нежасатының 10 грамының үстүне бир стакан сув гуюп, вагтал-вагтал булап дуруп бир-бирярым хепде сакламалы, шондан соң онуң үстүне 3 гезек сув гуймалы-да, экинлери сувармак үчин уланыбермели.

Өсүмликлери топрага экмезден озал топрага үвелен сүңк гармак хем оңат нетиже берйәр. Шу ашакдакы порция барланылып гөрүлди: 1 килограм топрага 10 грам гуры балык сүң-

күни хем-де 5 грам мал (сыгыр, гоюн) сүңкүни гармалы. Гуран ган хем оңат органики дөкүндир. Бир литр сува онуң 10—15 грамыны гошуп туршадып гоймалы-да, хер 10 гүнден өсүмликлери сувардып дурмалы. Гөркезилен пропорциялардан угур алып органики гелип чыкышы болан бейлеки маддалары хем уланып билерсиңиз. Дөкүнлери догры пейдаланмак —өсүмликлериң кадалы өсмегиниң гиревидир.

СИЗ АВТОМОБИЛЬ САТЫН АЛДЫҢЫЗ

Шахсы автомобиль. Зынат зат боланлыгындан (бирнеме ызыңыза гөз айлаң: бу өңрәк шейле дәлмиди нәме!) ол кем-кемден ондан-оңа гидиленде уланылян предмете өврүлди.

Хакыкатдан хем, хәзиркизаман автомобили диен дүшүнҗеде рахатлык, тизлик, вагт тыгшытлылыгы җемленйәр. Ише, шәхер якасындакы меллек ере, мыхманчылыга, дынч алмага машынлы гитмек шәхерлилер үчин-де, обалылар үчин-де адаты зада өврүлди. Мунуң эсасында юрдумызда автомобиль гурлушыгы сенагатының динамики өсүши ятыр. Автомобиллериң чыкарлышының көпелмеги билен бирликде оларың техники дереҗеси хем үзнүксиз кәмиллешдирилйәр, хил хем эксплуатацион хәсиетнамалары говландырыляр, тәзе моделлери дөредилйәр.

Автомобиллериң өндүрилмегиниң көпелдилмеги, оларың техники-эксплуатацион хәсиетлериниң говландырылмагы ишиң мөхүм тарапы болса-да, еке-тәк тарапы дәлдир. Совет адамларының хусусы эечилигинде автомобил паркының артдыгысайын автосервис ягдайыны говландырмак барада-да ишҗең чәрелер дурмуша гечирилйәр. Автомобиллери бежерйән техники станцияларың, автомобиллере бензин гуюҗы станцияларың, автомобиллери ювуҗы станцияларың сетлери гиңелдилйәр, кооператив гаражлар, абаданлашдырылан дуралгалар барха көп гуруляр. Хусусы автотранспорты уланмакда иң бир кынчылыклы меселәни арадан айырмак барада хем чәрелер гөрүлйәр. Автомобилериң ишләп заяланан бөлеклеридир агрегатларыны шол автомобиллери чыкаран кәрхананың ремонт сетлеринде сенагат технологиясы эсасында гайтадан дикелтмеги ёла гоймак иши хем автосөйүҗилере улы көмек болар.

Бир сөз билен айданымызда, хусусы эечиликдәки автомобилиң машгала оңат хызмат этмеги үчин аз иш эдиленок. Элбетде, машын уланмак чыкдайҗы этмеги хем талап эдйәр. Онда-да аз-күш чыкдайҗылар хем дәл. Эмма автомобил сүрүҗилериң

херсиниң чыкдайҗысы бирхилидир. Энчеме йүз мүң километр гечен тежрибели автосөйүҗилер автомашындан пейдаланмак шатлыгының оңа эдилйән артыкмач чыкдайҗылар себәпли пүчеге чыкмазлыгының өңүни алмак үчин нәмелер этмелидиги барадакы биртопар «гизлин сырларыны» сиз билен бөлүшип билерлер.

Өкде адамың гечйән сапагы

Хусусы транспортында хем тыгшытлап боляр.

Автомобиле нәдип тыгшытлы чемелешмелидиги барада белли бир маслахат бермек кын. Йөне иң бир гиңден яйран ситуациялар билен танышмак, тежрибели автосөйүҗилериң ве автомобил сүрүҗилериң маслахатларыны диңлемек зыян этмез. Нобатдакы сапагы гечмәге автомобил транспортыны уланмак боюнча инженер-механик, гечмишде автомобил сүрмекдәки ярышлара кән гатнашан спортсмен болан Игорь Эмильевич Снитконы чагырдык.

—Гөрәймәге, сатлыга чыкарылян автомобиллериң яны билен берилйән китапчаҗыкларда әхли зат: гечилен ёлы гөркезйән счётчигиң хайсы гөркезиҗисинде нәме этмелидиги ве муны хачан этмелидиги долы ве анык гөркезилен хем ялы. Алыҗының сатын алан автомобилини тыгшытлы пейдаланып билмеги үчин маслахатлар етерликмикә?

—Ислендик автомобил сүрүҗи: «Шол маслахатлар етерлик дәл» дийип җогап берер. Себәби абтомобилиң «хәсиетини», ягдайыны эесинден говы билйән ёкдур. Инструкцияларда умумы принциплер беян эдилйәр, айратынлыкда алнан хер бир ягдая болса дөредиҗиликли чемелешмек, өзүңден нәмедир бир зат гошмак герек.

Меселем, машының кәбир ерлерини гөзден гечирмек, кәбир деталларыны барлап гөрмек, ягламак, сазламак үчин, шол бир вагтың өзүнде-де бу ишлере мүмкин болдугыча аз гүйч, вагт, галыберсе-де, пул серишделерини харч этмек үчин нәтмели? Көпленч ягдайда, өвренҗе сүрүҗи машының тапынан илкинҗи нәсазлыгында специалисте йүз тутяр. Ёл херекетиниң дүзгүнлерини хернәче оңат билйән хем болса, машын сүрмек эндиклерини хернәче оңат эле алан хем болса шейле сүрүҗи эрбет сүрүҗидир. Гепиң түммек ери, автомобил сүрүҗи болдуңмы — өз

машыныңы өзүң бежермеги, «сагалтмагы» хем өвренмели. Шуңуң ялы ягдайларда машынының яны билен гошулып берилйән голланма-да кә махаллар көмек этмейәр — голланмада әхли зады гөз өңүнде тутуп болмаяр ахыры. Онсоң хем машыны уланмак процесинде хатда инструкцияларда-да «мүмкин болдугыча», «зерур болдугыча» дийлип язылян пурсатлар етип гелйәр. Шол «зерур болан ягдай» хачан йүзе чыкярка?

Ёл гечмегиң хем тапавуды бар. Автомобилиңизиң дүп-дүз асфальт ёлдан йөрәни билен гумак ёлдан йөрәни я-да даг ёлунда йөрәни билен жүлгәниң ичинден гечйән текиз ёлда йөрәни деӊ дәлдир. Бу затларың әхлисини гөз өңүнде тутмак зерурдыр, хер бир ягдай машының «саглыгына» тәсир эдйәндир. Онсоң дагда ёл гечен машын билен дүзде ёл гечен машына середилиши деӊ болуп билерми нәме? Меселем, дөвлет машынлары үчин оңат хилли ёлларда гечилен 10 мүң километр ёл, чагыллы я-да даш дүшелен ёлларда, улы шәхерлериң көчелеринде гечилен 8 мүң километр ёла барабар дийлип белленилендир. Гумаксы, чагыл дүшелен, токай ичинден гечйән хем-де дүзленип-текизленмедик ёлларда гечилен 6 мүң километр ёл инструкцияларда гөркезилен 10 мүң километре барабардыр.

—Автомобил сүрүжи шу ягдайы өз машыны үчин гөз өңүнде тутуп билер ахыры. Себәби әхли автомобиллер үчин ёл деӊ ахыры.

—Специалистлер дөвлет нормаларыны назарда тутмагы маслахат берйәр, йөне, шейле-де болса, өз машынына хас оңат «диӊ салмалы».

Мениӊ кәрдеш автомобил сүрүжилерим биртопар пейдалы маслахат берип билер. Шол маслахатларың бири «кагыз гараламак үчин маслахат» ялы болуп гөрүнсе-де, машын үчин-де, онуң эеси үчин-де дийсеӊ пейдалыдыр. Машының яны билен берлен китапчаларың янында блокнот хем гоюң. Он минут вагт тапың-да, онуң сахыпаларыны үч саны дик чызык гечирип бөлүшдириң. Биринжи бөлүмде машының гечен ёлуны, айыны хем йылыны белләрсиңиз; икинжи бөлүмде машының ниресиниң дөвлендигини хем-де оңа нәме «эм» эдендигиңизи, ниресини нәдип ремонт эдендигиңизи, хайсы ериниң ремонтыны болса «соңа» гояндыгыңызы белләрсиңиз; үчүнжи бөлүминде болса ремонт үчин, «демирҗиклер» үчин нәче чыкдайжы эдендигиңизи белләрсиңиз, бензин, яг, умуман машын мүнмек үчин эдилйән әхли чыкдайжылары хем шу ере белләп билерсиңиз. Өз тежрибәмден чен тутуп айдярын: шейле блокнотжыксыз, ягны, берк хасап-хесипсиз машын сакламак дийсеӊ кындыр.

—Халк ичинде: «Көпүк-көпүкден манат тыгшытланяр» дийлип айдыляр. Автомобили уланмак барада нәмелер айтса боларка?

—Көп зат айтса болар. Меселем, двигателе гуюлян ягы алып гөрелиң. Онуң бир бөлеги двигателиң ичинде янып гидйәр,

двигателиң ягы чалшырыланда дөкүлйән бөлегини болса йөрите пунктлара элтип табшырмак герек. Голай-голтумда шолар ялы пунктлар болмадык халатында болса ишленен ягы башга бир герек-ярагыңыза уланып билерсиңиз. Оны арасса, агзы япык гапда чөкүндилери габың дүйбүне чөкйәнчә сакламалы-да, матадан сүзүп гечирмели. Шу усул билен алнан ягы мопедлериң, мотоцикллериң ики тактлы моторларыны я-да гайыкларың двигателлерини ишлетмек үчин пейдаланып болар. Ол яг, меселем, бензин билен ишлейән пычгыны ишлетмек үчин хем ярар. Шейлеликде, хич бир ягдайда хем ишленен ягы ере дөкүп гойбермели дәлдир. Бейле эдилсе, биринҗиден-ә, топрага муздуны өдәп болмаҗак зыян етирилйәр, икинҗиден болса, сизиң мопедиңиз я-да мотоциклетиңиз болмаянда-да ишленен ягы хоҗалыкда нәмедир бир зада ярадып билерсиңиз. Шол яг билен җыгылдаян петлелери ягласаңыз-да, ягың ичине битум я-да смола атып эредәге-де агач хаяты ягласаңыз-да болар дурар. Ховлуда гурулян көмекчи җайлар, сув дегмегинден хем-де чүйремекден горамалы затлар гыт дәл ахыры.

Бу ерде гүррүң диңе ягың бахасы барада-да дәл-де, иң бир ужыпсызҗа йитгилере-де ёл бермезлик барасында гидйәр. Яг барадакы мысалы болса тебигы себәплере гөрә гетирдим: гыш геченден соң, машын совук мөвсүмде 5—6 мүң километр гечен болса, ягы хөкманы суратда чалшырмалы. Совук моторың ичинде йыгы-йыгыдан хем-де узак вагтлап гызяны үчин онуң хили чалт заяланяр. Шу маслахата гулак асмасыңыз, машыныңызың моторыны мөхлетинден өң ремонт этмели болаймагыңыз ахмалдыр.

—Инди болса, гелиң, автомобили тыгшытлы уланмагың бейлеки пурсатлары барада гүррүң эделиң. Машының тәзе маркалары дөредиленде шу гүнлер өңки вагта гаранда моделиң тыгшытлылык дереҗесине эсасы үнсүң берилйәнлиги йөне ере дәл ахыры. Шунда конструкторларың, инженерлериң, дизайнерлериң —машыны дөретмәге гатнашян әхли адамларың илкинҗи аладаларының бири янгыҗы тыгшытламак барададыр. Шонуң үчин хем, гелиң, хут шу тема барада гүррүңимизи довам этдирелиң.

—Хусусы транспортда янгыҗы тыгшытламагың улы мүмкинчиликлериниң барлыгыны ныгтамак үчин шейле бир мысал гетирейин. Урушдан соңкы йылларың машыны болан «Москвич —401» билен хәзиркизаман «ВАЗ—2101» машынының техники хәсиетлерини деңешдирип гөрсек гызыклы бир зат мәлим боляр: «Жигулиниң» двигателиниң кувватлылыгы «Москвичиң» двигателиниң кувватлылыгындан тас 2,5 эссе диен ялы артык, эмма янгыч харч эдишлери болса дең диен ялы. Бу автомобилиң, онуң двигателиниң кәмиллешдирилмеги себәпли мүмкин болды, бу ерде машын эесиниң битирен хич хили хызматының ёклугы дүшнүклидир. Йөне машына догры идег этмек, оны догры улан-

мак аркалы автосөйүжиниң шол тыгшытлылыгың үстүне нәмелер гошуп билжекдиги барада велин аныграк гүррүң эдениңе дегйәр, себәби, руль тутян адамларың аглабасы бу барада дийсең аласармык дүшүнжедедир. Гүррүңи, гынансагам, өзүмизиң үнс бермейән адаты затларымыздан башлайын. Меселем, биз машының йүк гоюлян бөлегинде гөр нәче герекмежек, пейдасыз затлары гөтерип йөрүс. Шол ерик: «Ай, герек ери болар» дийип атышдыран хер дүрли «демирҗиклеримизи» айлап, хатда йыллап диен ялы гөтерип йөрүс. Бу ерде гүррүң автомобилиң яны билен хөкман гөтермели дийлип белленилен предметлер барада гиденок, ол предметлериң ислендик вагт зерурлыгы чыкып дуряр. Йөне хер хили шакыр-шукурлары яның билен гөтерип йөрмегиң нәме зерурлыгы бар? Биз болса гечилен километрлериң үстүне гошулян артыкмач йүкүң килограмларының бидерек ере якылян онларча литр янгычдыгы барада пикирем эдемизок. Машының йүк гоюлян ерине йыгы-йыгыдан гөз ай-

лап, онуң ичиндәки герекмеҗек йүклери айрып дурсак шулар ялы артыкмач чыкдайҗылардан дынып билерис.

—Хакыкатдан хем, бу айданыңыз дийсең гызыклы зат. Бу айданыңыз тыгшытлылык ишинде икинҗи дережели задың ёклугыны тассыклаяр.

—Хут шонуң үчин хем машында ремонт-профилактики чәрелери гечирмек аркалы тыгшытлылыгы газанмалы. Бу ерде рулы тутян сүрүҗиниң өзүни алып баршы хем аз роль ойнамаяр.

«Тутгайлы», ягны, угранларында машыныӊ текерлерине асфальтыӊ үстүнде ыз гойдурып гидйән, сакланларында болса җыгылдадып саклаян сүрүҗилер асла гөзүме геленок. Ёлда шулар ялы сүрүҗини хер гезек гөренимде оны саклага-да машына середсаплыҗа чемелешмегиң усулларыны өвредйән курслары гечмеклигини маслахат берәесим гелип дур. Себәби, көпленч халатларда хут шейле сүрүҗилериң ёл-транспорт хадысаларыныӊ гүнәкәрлери болуп дурандыкларындан башга-да, олар эмләге дийсеӊ бисарпа гараярлар: шейле херекетлери билен олар хем-ә артыкмач янгыч якярлар, хемем машыныӊ «башына оюн салярлар». Бу болса машыныӊ айры-айры ерлеринин ве деталларыныӊ сандан чыкмагыны чалтландыряр, хатда оларыӊ дөвүлмегине-де гетирйәр.

Машыны бирсыдыргын, бирден бат алмаздан хем-де герекмеҗек ере тормоз бермезден сүрмеги эндик эдинмели, себәби, специалистлер бир автомобили сүрйән ики саны сүрүҗиниӊ сүрүш стилине баглылыкда янгыҗыӊ харч эдилишиниӊ дүрлүче боляндыгыны, кәбир ягдайларда болса янгыҗыӊ харч эдилишинде 20—25 процент аратапавудыӊ йүзе чыкяндыгыны аныкладылар.

Автомобили бирден бат алмасыз я-да батлы тормоз бермесиз, онда-да гечелгелердәки ягдай хер секунтда үйтгәп дуран шәхерлердәки интенсив көче херекети шертлеринде шейле этмесиз сүрүп болармы диен сорагыӊ йүзе чыкмагы мүмкин. Бу сорага: «Сүрүп болар, шейле сүрмели хем» дийип җогап берйәрин. Онда-да машыны нәче усуллы сүрйән болса, шол сүрүҗиниӊ уссатлыгы шонча-да ёкарыдыр дийип тассыклаярын. Хер гезек дуран ериӊизден бат аланыӊызда янгыҗыӊ эп-эсли бөлегини бидерек ере харч эдйәндигиӊизе оӊат дүшүниӊ. Тежрибели сүрүҗи герекмеҗек бадалмалара хич хачан ёл бермез, ол тизлигини светофорыӊ ишидир бейлеки сүрүҗилериӊ херекетлери билен утгашдырып машыны эмай билен сүрер. Акыллы-башлы тормоз бермәни хем оӊармалы. Машыныӊ тизлигини нәче усуллык билен песелтдигиӊизче индики бат алмаӊыз үчин янгыҗы шонча-да көп тыгшытларсыӊыз. Онсоӊам хемише тормозыӊ көмеги герек болуп хем дуран дәлдир.

Машыны тыгшытлы сүрмегиӊ башга бир «гизлин сырыны» хем айдып билҗек: ёл ягдайы айратын бир шертлери талап этмейән болса, ёлларыӊ гөни участокларында машыны узак

вагтлап пес гечирижилерде долы газында сүрмели дәл. Янгыжы гошмача харч этмекден, двигатели чалт заяламакдан хем-де артыкмач галмагал-гүввүлди дөретмекден башга бу ерде хич зат утмарсыңыз. Мундан башга-да, гөни гечирижилерде сагатда 40 километр тизликде херекет эдип хем янгыч тыгшытламак умыдыны этмәң: шейле шертлерде двигател өзүне дийсең зор салып ишлейәр...

Сүрүжилериң кәбири машыны бат аландан соң нейтраль тизликде сүрмек мүмкинчилигине кембаха гараяр. Бейле сүрүжилер дийсең ялңышярлар. Себәби, шол усул билен ёл гечиленде, ылайта-да даг ёлларында, автомобилиң эксплуатацион нормасындан 30 процентe ченли янгыч тыгшытламак мүмкиндир. Машын сүрмегиң бу усулыны диңе гуры, оңат ёлларда уланып болягдыгыны ятладярын...

Тизликдир тыгшытлылык барадакы гүррүңимизде ене-де бир зады ныгтап гечмек ислейәрин. Дөвлет автоинспекциясы шәхерде тизлик сагатда 60 километрден, шосседе болса сагатда 90 километрден гечмели дәл дийип диңе бир ёл херекетиниң ховпсузлыгы үчин хем белләп гоян дәлдир. Бу белликлер әхли баларда сизиң өз машыныңызы хас тыгшытлы ягдайда уланып билмегиңиз хем гөз өңүнде тутулып гойландыр.

—Айтсаңызлаң, автосөйүжиниң машыны усуллы сүрмегиң әхли дүзгүнлерини бәш бармагы ялы билен хем-де оны бержай эден ягдайында онуң нәчерәк мөчберде янгыч тыгшытлап билжекдигини, чен билен болса-да, хасаплап гөрҗек болмадыңызмы?

—Элбетде, бу ерде әхли элементар дүзгүнлер саналып гечилмеди. Хасапламак иши болса кын зат дәл. Мен шуны айдып билжек: эгер-де 100 километр үчин кадалы сарп эдилен янгыч, айдалы, 9 литр болян болса, элементар дүзгүнлери әсгермезлик эдйән, машыныныӊ одур-будур ерлерине середишдирип дурмаян сүрүжиниң элиндәки машын 10 литрден 12 литре ченли янгыч якяр. Онсоң шейле сүрүжи: «Инструкцияда ашакландырылан маглуматлар гетирилен-ә дәлдир-дә хернә» дийип, гең галяр. Янгыжың көп якылмагының хакыкы себәби болса машының догры уланылмаянлыгындадыр. Айдалы машының свечаларының диңе бириниң нәсазлык тапмагы я-да болмаса клапан механизминиң сазлашыгының бозулмагы янгыжың эп-эсли артыкмач харч эдилмегине гетирйәр.

Узак вагтлап дурмалы болян биртопар дуралгалы голай аралыклара, меселем, ол магазинден бейлеки магазине барып-гелмегиң машыны иң бир тыгшытсыз уланмакдыгыны хем ятдан чыкармалы дәл.

Янгыжы тыгшытлы харчламак үчин диңе бир машыны усуллы сүрмек, оны идеал ягдайда сакламак етерлик дәлдир. Хер бир механизмде болшы ялы, автомобилде-де әхли зат бири-бири билен багланышыклыдыр. Сүрүжилериң кәбири янгыжы тыг-

шытламак үчин бош айлавда тирсекли валың айланыш чалтлыгыны песелдйәр. Бу усул бензини бирнеме тыгшытласа-да, башга бир затда йитгә гетирйәр. Шейле эдиленде ёлберилмесиз пес басыш боляны себәпли, яглайыш системасында двигател «ачлык чекйәр». Шу ягдайда газ пайлаҗы механизме, илкинҗи нобатда-да пайлайҗы вала аграм дүшйәр ве ол тиз сандан чыкяр. Эмма тирсекли валың айланшыны ченденаша чалтландырмак хем пейдалы дәлдир.

Автомобилде әхли задың бири-бири билен багланышыклыдыгыны ене-де бир гезек ныгтаярын. Биз рул башына гечйән хер бир адамың машыны эмай билен сүрмәге эндик этмелидиги, машыны бирден сакламадан гача дурмалыдыгы барада гүррүң этдик. Бу айдыланлар берҗай эдиленде диңебир янгыч тыгшытланылман, эйсем, резин хем аяляр. Бу меселе сизиң шахсы бәхбитлериңизиң, сизиң машгала бюҗетиңизиң чәклеринден даша чыкяр, бу меселе эдил тыгшытлылык, аявлылык билен багланышыклы бейлеки меселелер ялы, хакыкатдан хем дөвлет әхмиетли меселедир. Мысал үчин шейле маглуматлары

гетирмек хем етерлик болар. Автомобил шиналарының гечмели ёлуны диңе 10 процент узалтмак оларың өндүрилишини 10 процент артдырмак билен барабардыр. Мениң өз хусусы тежрибәм, шейле хем бейлеки автомобиль сүрүжилериң көпйыллык гөзегчиликлери автомобил шиналарының гуллук мөхлетини 10 процент узалтмагың долы мүмкин затдыгыны гөркезйәр. Бейле этмегиң мүмкиндигини субут этмек үчин екеже делил гетирейин. Автомобилиң тизлиги ёкары болдугыча онуң шиналарының чалт заяланяндыгы анықланылды. Шонуң үчин хем сиз шоссе боюнча сагатда 90 километр тизлик билен узак ёла гитмели болсаңыз шиналарың басышыны адаты басышдан 0,1—0,2 атмосфера артдырың. Бу шиналарың оңат сакланмагына онын тәсир эдер.

Юрдумызда өндүрилйән кәбир автомобиллерде гоюлян йөрите энжамлара хем көпрәк үнс бермек герек. Мысал үчин тахометри алып гөрели. Сүрүжилериң кәбири оңа овадан оюнжакдан башга затдыр өйденок. Йөне велин бу энжамың гөркезижилеринден хөкманы суратда хем-де элмыдама пейдаланмак герек, себәби, ол тирсекли валың айланыш чалтлыгыны гөркезйәр хем-де сүрүжә ёлда габат гелйән ягдая гөрә двигателиң хас тыгшытлы ишлемегини газанмага көмек эдйәр.

Тыгшытлылыгың бейлеки резервлери хем бардыр, олары биз, гынансагам, көпленч ягдайда ятдан чыкарярыс я-да болмаса ачык әсгермезчилик эдйәрис. Хер бир адам илкинжи гезек руль тутмаздан хем-де двигатели ишледйән ачары товламаздан өңинчә машыны тыгшытлы, диймек, усуллылык билен сүрмек дүзгүнлери билен таныш болса говы болар дийип пикир эдйәрин...

?! **Хусусы машынлар догры уланыланда йылда 50 миллион тонна янгыч тыгшытлап болжак.**

Сөзүмиң ахырында болса өңем айдан пикирими ене-де бир гезек гайталасым гелйәр: хусусы машыныңызы тыгшытлы, сересаплы уланмак диңе сизиң өз шахсы ишиңиз дәлдир. Машына дүшүнжели чемелешсеңиз сизиң тыгшытлылык хем-де аявлылык барадакы умумыхалк ишине гошант гошдугыңыз болар.

Пейдалы маслахатлар

Руль тутян адамлар үчин

Двигател бош айлавда бирсыдыргын ишлемән эндирәп дуран болса, глушителден гүпүрдили сеслер чыкян болса, кувват-

лылыгың йитирилйәндиги дуюлян болса — бу затларың «гүнәкәри» свеча болса герек. Бу ягдай эп-эсли янгыҗың артыкмач харчланмагына гетирйәр. Нәсаз свечаны тапмак үчин гүйчли напряженийәниң симини гезекли-гезегине айрып гөрмели. Напряжениеден айрыланда-да тирсекли валың айланыш чалтлыгының песелйәндиги дуйдурмаян свеча нәсаз ишлейәндир. Заяланан свечаны даш гөрнүшинден хем аныклап боляр — көпленч ягдайда онуң дашыны гурум тутяр, кәмахаллар болса онуң дашы өл хем боляр.

* * *

Автомобилиң уланылмагының довамында прерывателиң контактларының дашыны яг тутяр ве яняр, оларың арасындакы ышлар (гөзаралар) хас ачыляр. Бу болса двигателиң ише гиришмегини кынлашдыряр, онуң гүйҗүниң йитмегине, янгыҗың артыкмач харчланмагына гетирйәр. Мунуң өңүни алмак үчин, вагтал-вагтал, такмынан хер 10 мүң километрден контактлары надфил билен арассалап, бензине өлленен мата билен сүпүрип, шондан соң болса олары арасы ачык ягдайда 5—10 секунт саклап гуратмалы. Соң болса гөзаралары сазламалы. Йүзугра бөлүҗиниң контактларының послан сүйбеклеридир гапагыны хем арассаласаңыз говы болар. Арассаланыңыздан соң гапагың ич хем даш йүзүни мата билен тә оңат гураянча сүпүрмели.

* * *

Двигателиң тыгшытлы ишлемегине хова фильтриниң ягдайы хем месе-мәлим тәсир эдйәндир: фильтр гаты хапа болан ягдайларда янгыҗың харчланышы гөз-гөртеле артяр, двигател артыкмач гызяр, онуң кувватлылыгы песелйәр. Инструкция боюнча фильтри хер 10 мүң километрден тәзеләп дурмалы. Гумак ёлларда йөреленде велин оны, дүзгүн болшы ялы, хас ир —хер 5 мүң километрден чалшырып дурмалы боляр. Шол вагт тәзе фильтр тапмасаңыз, көне фильтри арассалап вагтлайынча уланып билерсиңиз. Мунуң үчин фильтриң дашкы өртүгини айырмалы-да онуң ичиндәки кагыз элементи гысылан хованың көмеги билен арассаламалы.

* * *

Карбюраторың галтгалы камерасының ичиндәки янгыҗы гөз чениңиз оңат боланда-да, бирнеме тежрибәңизиң болан ягдайында-да гөзчени билен өлчемели дәлдир. Мунуң үчин калибри улансаңыз оңат болар. Калибриң бейиклиги двигателиң моделине баглылыкда 6,5 я-да 7,5 миллиметр болмалыдыр. Калибри тексолит бөлеҗигинден я-да кесип-бичмеги аңсат болан башга бир материалдан тайярлап билерсиңиз. Йөне калибри диңе «Жигулилериң» карбюраторлары үчин уланып болляндыгыны ятдан чыкарман.

* * *

Өз автомобилиңизде узак ёла шайланан болсаңыз, маршрутың бир тарапының узаклыгы 2000 километрден, машының бир гиже-гүндизде гечйән аралыгы болса 500—600 километрден гечмесин.

* * *

Херекет этмегиң кадалы режимини сакламакчы болсаңыз хер гезек 2,5—3 сагат ёл йөрәниңизден соң 10—15 минутлык дынч алыш эдиң, өйләнлик нахардан соң болса узаграк мөхлетли дынч алыш гураң, гараңкы гатлышан бадына болса дүшләң. Автомобил гиже-гүндизиң довамында 11 сагатдан көп вагтлап херекет этмели дәлдир.

* * *

Даглы ерде, айдалы, 3—4 мүң метр бейикликде херекет эдиленде двигателиң кувватлылыгы 25—30 процент песе гачяр. Пәсгелчиликлери еңип гечмек үчин чыкдайҗылары минимума гетирмек үчин, диймек, янгыҗы хас тыгшытлы уланмак үчин машын сүрмегиң шу усулларыны берҗай этмегиңизи маслахат берйәрис:

эгер-де бейиклик халыс япгыт болмаса хер гезек ёкары галмаздан өңинчә машына бат бермели, онсоң бат алынмагы нетиҗесинде топланан кинетик энергиянын хасабына гөни гечириҗилериң көмеги билен ёкарык чыкып билерсиңиз;

эгер-де ёл халыс япашак болса, голай-голтумда болса өврүм болмаса хем-де ёл шертлери автомобилин пәсгелчиликсиз херекет этмегине тәсир этмесе автомобилиң өз инерциясыны пейдаланып ашак дүшмек герек;

эгер-де ёл угруна ызлы-ызына япыёкарлыгына галып, япашаклыгына инмели болса, ене-де өңки ялы эдип, ёкары чыкмаздан өңүнчә автомобиле илки бат берип, ашак дүшйән вагтыңыз болса машының өз инерциясыны уланмалы. Шунда машына бат берленде якылян артыкмач янгыҗың өвези автомобилиң өз инерциясы боюнча ашак инмегиниң хасабына кем-кәслейин өделйәр;

ёл япыёкары болан халатында, ёкары чыканыңыздан соң тизлик халыс песе гачмаз ялы, өңинчә тизлиги пес дереҗә гечирмели; инерция боюнча япашаклыгына дүшүленде хем двигателиң ишлейшини бөкдемели, себәби тормозың еке өзүниң зора чыдамазлыгы мүмкиндир.

* * *

Инерция боюнча херекети уланып биз машына бат алдырмак үчин сарп эдилен энергияның өвезини долярыс дийсек болар. Батлы тормоз берленде болса энергия дикелдилмән, эйсем, сүртүлме гүйчлериниң тәсирини еңип гечмәге сарп эдилйәр.

Сүрүжиниң инерция боюнча херекети максимал дережеде уланмагы хем-де машына догры тормоз бермеги башармагы оңа 20 процентден 30 проценте ченли янгыч тыгшытламага мүмкинчилик берйәр.

* * *

Ягы двигателе ягың дережесини гөркезйән ашакы беллик билен ёкаркы беллигиң аралыгына ченли гуймалы. Максимал белликден ёкары чыкарылып гуйланда, ягың харч эдилиши месе-мәлим артып, двигателиң ишлейши песе гачяр. Бу тирсекли валың шатунларыдыр оларың гыралары ягың йүзүне урлуп оны сычрадянлыгы себәпли боляр, сычран шол ягларың болса яг саклаян картерден сырыгып акмагы мүмкин. Мундан башга-да, ягың көп мукдары цилиндирлериң диварлары аркалы янгыч камерасына дүшйәр. Шол камераның ичине дүшен яг янандан соң кесмек эмеле гелйәр, бу болса двигателиң ишлемегини кынлашдыряр.

* * *

Гызгын ховада машына янгыч гуйланда онуң багыны гырма-гырам эдип долдурмалы дәлдир. Янгыч гызан махалында онуң гөврүми 2 литре ченли артяр, бу болса янгыжың бидерек ере йитирилмегине гетирйәр.

* * *

Гидип барян машының өңүнден я-да гапдалындан ел өвүсйән махалы янгыжың харч эдилиши 40 проценте ченли артып билер. Шейле ягдайда гөни гечирижилерде минимал тизлик билен ёл гечмек хас тыгшытлы усулдыр.

* * *

Автомобилиң депесинде йүк гоймак үчин энжам алжак боланыңызда йүки мүмкин болдугыча песде хем-де дең дережеде гоймак болар ялы, ягдайыны тапдыгыңызча улурак гөрнүшини сайлаң. Автомобилиң депесинде гөтерилйән йүк бейик болдугыча янгыжың харч эдилиши хем тә 30 проценте ченли артяр.

* * *

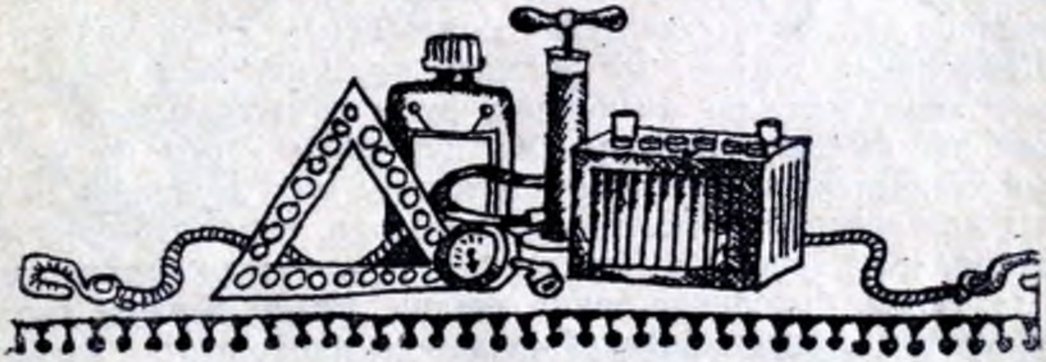
Автомобил узак вагтлап, меселем, тутуш гижеләп дурандан соң онуң гойлан ерини үнс билен гөзден гечирмели. Автомобилиң хайсыдыр бир энжамына зепер етен болса, янгыжың я-да болмаса ягың дөкүлмеги себәпли онуң гойлан еринде нәхилидир бир тегмил галар. Автомобилиң гойлан еринде янгыч я-да яг көп дөкүлен болса, онуң хайсы системасының герметик дәлдигини аныкламак үчин машының ашагына газет дүшәйиң.

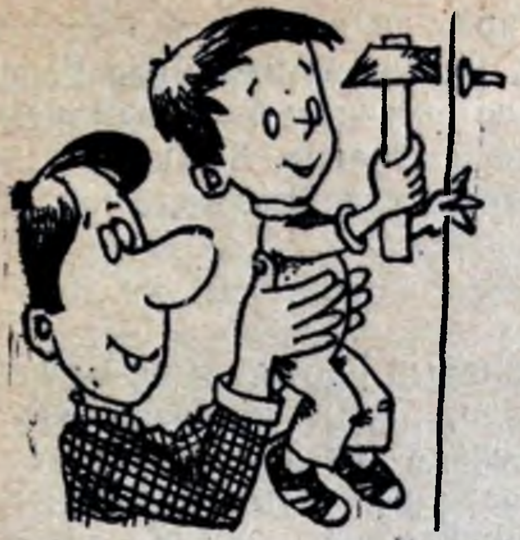
* * *

Зажиганиеси мөхлетинден хас ир я-да хас гич ишледилен ягдайда двигател нәдогры ишлейәр, шонуң нетижесинде болса онуң кувватлылыгы песе гачяр хем-де янгыҗың харч эдилишиниң 30 проценте ченли артмагына шерт дөрейәр. Зажиганийәни машыны ясайҗы заводың инструкциясына лайыклыкда ишлетмек герек.

* * *

Хованың басышы пес боланда шинаның проекторының сураты эпилип ёлуң үстүне галташмаяр-да, әхли нагрузка онуң гыраларына дүшйәр. Шонуң нетижесинде болса шина тиз сандан чыкяр. Мундан башга-да, шиналара пес басышың дүшмеги автомобилиң эксплуатацион гөркезиҗилерине тәсир эдйәр: машын максимал тизликде йөрәп билмейәр, оны доландырмак кынлашяр, янгыҗың харч эдилиши 10 процент артяр. Чакданаша ёкары басыш хем шиналары тиз сандан чыкаряр. Шонуң үчин хем басышы хер гүнде барлап дурмалы. Ылайта-да узак ёла дүшүлҗек вагты муны ятдан чыкармалы дәл.





МУНЫ ЧАГАЛЫКДАН ӨВРЕТМЕЛИ

«Дурмушда тыгшытлылык сапаклары» чалтлык билен соңкы сахыпасына тарап баряр. Окыжыларың хер бири өң билмедик я-да даш гулакдан эшиден маслахатларыны голланар дийип тама эдйәрис. Окыжының чыкаран эсасы нетижеси —өз өйүнде тыгшытлы, аявлы болмак барадакы пикире гуллук этмек болса гатыбир кын хем дәлдир. Шол пикире гуллук этсең өзүне-де, машгалаңа-да, дөвлете-де пейда болжакдыгы дүшнүклидир.

Шейлеликде, тыгшытчыл болмагы өвренмек кын дәлдир. Өз ярамаз эндиклериңден эл чекмек, рухы биагырлыгыңы еңип гечмек хас кындыр. Яшымызың дуругшан вагты бу зыянлы гылык-хәсиетлерден эл чекмегиң кынлыгына дүшүнйән пурсатымыз чагаларымыз —гелжекки әр-аяллар, абаданлашдырылан квартираларың эелери, өз юрдумызың дүшүнжели гражданлары барада, гелиң, билеликде пикир эделиң. Бизиң бержек дурмуш сапакларымыз, бизиң йөнекейже хем-де парасатлы хакыката нәдип етендигимизиң тежрибеси олара соң, гөр, нәхили герек болар.

Хер бир чага багтлы болмалыдыр — улулар мунуң шейле боларыны ислейәрлер. Шонуң үчин хем өзүмизиң яшайыш шертлеримиздәки оңайсызлыклары, кынчылыклары ятдан чыкарып, биз чагаларымызы диңебир шу гүн багтлы этмәге чалышман, эйсем, бүтин өмүрлерине багтлы этмәге ымтылярыс.

Эмма әхли затдан өңурти хер бир чага гражданиң, өз юрдуның вепалы оглы болуп етишмелидир. Оларың шейле болуп етишмегине көмек этмек хем улуларың жана-жан борҗудыр. Ине, шонуң үчин хем биз өз чагаларымыза эдеп-тербие берйәрис, олара пәкйүрекли, мылакатлы, зәхметсөер, догручыл... болмагы өвредйәрис. Чагаларымыза гөзе дүртүлип дуран тыгшытлылык сапакларыны сейрек берйәндигимизи өз янымыздан бойнумыза алалың. Гепиң гердишине гөрә айтсак биз шу китапда агзалан тыгшытлылык дүзгүнлерини хем чагаларымыза өвретмейәрис. Чаганың иймән гоян чөрек бөлежигини онуң

гөзүниң өңүнде зибил ташланян бедрә ташлаярыс. Шүләни иймән гойдумы — оны хем шол ере гуйярыс. Сува дүшүлйән отагың чырасыны сөндүрмедими — муңа оглумызың я-да гызымызың үнсүни чекмеги ятдан чыкарып я-да бейтмеги артыкмач зат хасаплап чыраны өзүмиз сөндүрйәрис. Улулара сарпа гоймалыдыгыны олара гүнүң-гүнүне ятладып дурмагы велин ундаямызок.

«Әхли зат чагалыкдан башланяр» диен хакыкат хеммә мәлимдир. Аявлылык диен зат хем чагалыкдан башланяр, олара пәкизелиги, ыкҗамлыгы, тертип-дүзгүнлилиги, шахсы җогапкәрчилиги дуймагы, адамлара сарпа гоймагы, оларың зәхметиниң мивелерине аявлы гарамагы өвретмегимизден башланяр. Бу сыпатлар чагада өз-өзүнден дөрәймейәр. Бу хәсиетлер хысырдылы, ойланышыклы тербиечилик ишиниң өнүмлеридир. Чагаларымызда бу хәсиетлери ким тербиеләп етишдирмели? Элбетде, биз —улулар, өңи билен хем эне-аталар тербиеләп етишдирмели.

«Дутды-дутды» болуп, илкинҗи әдимини әденде чаганы ким голдады? Илкинҗи айтҗак сөзүни ким агзына салып берди? Оңа хакыкат билен яланы сайгармагы ким өвретди? Санасаң согабы болан бу сораглара берилмели җогаплары хем биз чагалыгымыздан бәри билйәрис —буларың хеммесини бизе эҗемиз, какамыз өвретди. Оларың берйән дурмуш сапаклары иң элъетерликли, иң чуңңур сапаклардыр. Чагалара өйдәки, чагалар багындакы, мекдепдәки, ховлудакы әхли затлара эечилик гөзи билен гарамагы илкинҗи нобатда эне-ата дәл-де, эйсем, ким өвретмели?

Өкде адамың гечйән сапагы

Өз гөрелдәң билен тербиелемели

Улаланларындан соң башларына дүшҗек аладалара, дурмушың хоссаларына чагалары өңүнден тайярламалы. Өйде кемсиз яшайыш шертлери дөредилсе, машгалада бол-телкилик болса бу болчулыга хем-де төверегиндәки бейлеки затлара догры гарайыш чагада өз-өзүнден дөрәр дийип пикир эдйәнлер ялңышяр.

Нәче эне-ата бар болса шонча-да тербиечилик мекдеби бар, эмма җай вагтында берлен маслахат, сынчылык, специалистиң теҗрибеси яш гражданининң кемала гелмегинде мөхүм роль ойнап билер. Шу китапда гечилйән «сапаклары» җемлейҗи шейле специалист хөкмүнде «Пионерская правданың» баш редакторы, өң Москвадакы пионерлериң ве мекдеп окувчыларының көшгүниң директоры болуп ишлән, педагогик ылымларың кандидаты Ольга Игоревна Грекова чагырылды.

—Сиз нәхили пикир эдйәрсиңиз, чага тыгшытлылыгың хем-де аявлылыгың йөнекейҗе дүзгүнлерини өвретмек, бир сөз билен айданымызда, кәмахаллар улуларың өзлериниң зордан өвренйән затларының әхлисини өвретмек кынмыка?

—Бейле башарныклар, элбетде, аңсатлык билен өвредилэймейәр. Аявлылык дийленде диңе бир ёлмазлыгы, хапаламазлыгы, зыңмазлыгы, дөвмезлиги башармак я-да эндик эдинмек диймек дәлдир. Бу, өңи билен, ахлак гөркезиҗисидир; өвренилен хайсыдыр бир эндигиң гөркезиҗиси дәл-де, рухы медениетиң гөркезиҗисидир. Бу сыпат болса, умуман аланымызда, адаты «өй шертлериндәки» аявлылыкдан шинелэп, вагтың гечмеги билен ёкары гражданлык дуйгусына өврүлйәр. Чаганың өй үчин, машгала үчин ясан илкинҗи затҗагазындан ыхласлы зәхмет чекмек башарныгы шинелейәр. Энәниң табшырыгы боюнча зат сатын алмадан, өй бюҗетиниң нәхили гураляндыгына дүшүнмәге чалышмадан дөвлет серишделерини башарныклы хасапламагын башлангыҗы башланяр. Бу затларың барысы машгала тербиесинден башланяр. Аявлылык сапакларыны чагалар улулара гөрә чалт өзлешдирйәр. Мунуң себәбини билйәңизми? Мунуң эсасы себәби чагаларың хер дүрли эндиклерден йүкүниң етик дәлдигидир. Чагалара аявлы болмагы өвредип, улуларың өзи хем шейле болмагы өвренйәрлер дийип дүшүнйәрин. Диңе өзүмиз, ягны, биз — улулар тербиелемәни башаряндырыс өйдүп өз янымыздан пикир эдйәрис. Эмма чагалар хем тербиелемәге укыплыдыр. Бизиң, ягны, эне-аталарың хас оңат, хас мәхирли, хас парасатлы, хас ынсаплы болмагымызда оларың тәсириниң әгирт улудыгы барада, хей, ойланып гөрйәрисми? Хава, чагалар бизе көп зат өвредендир.

Өз эдим-гылыкларымызы чагаларымыза дүшүндирҗек болуп азара галышымызы ятлалың ханы. Шонда биз өз херекетлеримизи я-да амал этҗек болян ой-хыялларымызы азаҗык хем болса болшундан оңат гөркезҗек болуп азара галян-а дәлдирис-дә хернә? Себәби, өңүмиздәки шол калбы пәк нерессе чага бизиң хер бир сөзүмизе баха берип отыр. Йөне шол чага бизиң диңе сөзлеримизе баха берйәрмикә? Ол өңи билен бизиң херекетлеримизе баха берйән болаймасын? Хер нәме дийсегем, чагаларымыза берйән өвүт-үндевлеримиз билен эдйән херекетлеримизиң чапраз гелйән вагты аз боланок ахыры.

Биз чагаларымызың өзүмизден оңат боларыны ислейәрис.

Бизиң шу ислегимизиң аңырсында-да өз-өзүмизе танкыды гарайыш ятыр, өз херекетимизе анализ бересимизиң гелйәнлиги, өзүмизиң хас говы болмагымызы ислейәнлигимиз гөрүнйәр. Биз чагаларымызың өз гөрелдәмизе эермеклери үчин говы болмага чалышярыс, йөне олары нәдип өзүмизден хем говы болар ялы тербиелемели?

—Гепем шонда-да. Чагаларың гурсагына мәхремлик, догручыллык барада өвүт-үндевлери гуймалы боланда сөз хем, гөрелде аларлык мысал хем тапса боляр. Йөне чагада хер хили өнүмлердир эмләклере аявлы гарамагы хачан тербиеләп башламалы?

—Элбетде, чага көрпелигинден башлап көп зады өвредип болар, йөне, ол көпленч халатда өз херекетлерине акыл етирмейәр. Ол инстикт боюнча херекет эдйәр. Окувчы йыллары чага аявлылык тербиесини бермегиң айны вагтыдыр. Эййәм мекдебе уланмадан галан бир даңы кагыз гетирйән биринҗи клас окувчылары хем шол кагызларың нәмә ярадылҗакдыгына дүшүнйәрлер.

Мекдеп яшына етен чага гүйҗүниң етҗек юмушлары буйрулмалы, онуң өз ерине етирйән борчлары болмалы. Бу айдыланлар өрән мөхүмдир.

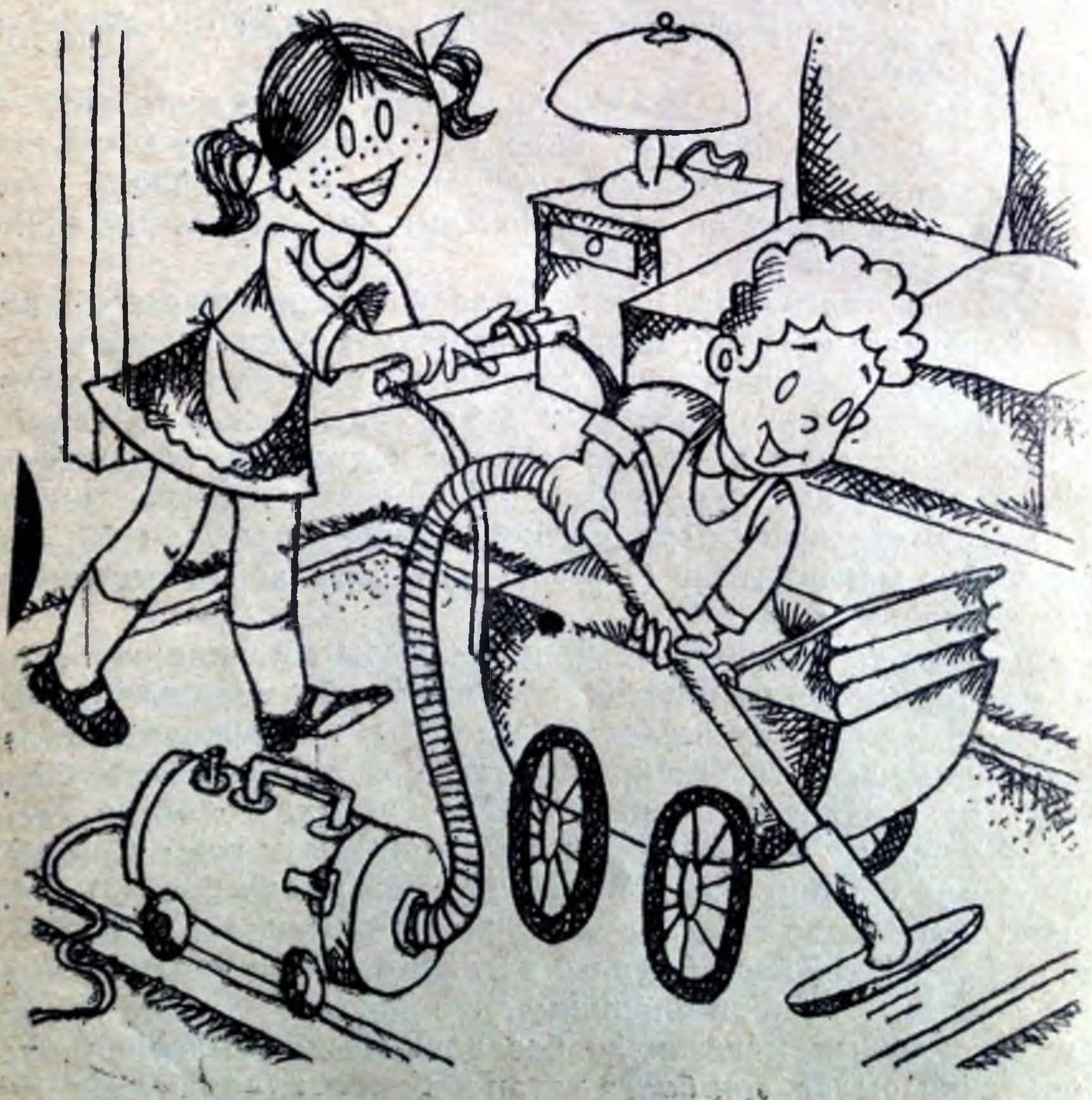
Чагаларың эҗелери, энелери бизе язан хатларында чага өй хоҗалыгыны алып бармагы, өйде рахатлык дөретмеги нәдип өвретмели дийип, йыгы-йыгыдан сораярлар. Бу соваллара җогабы мекдепде гечилйән өй хоҗалыкчылык ве кулинария ишлерини өвредйән сапаклар берйәр.

Мекдепде гечилйән шол сапакларда чагалара акыллы-башлы хасап йөретмек, меселем, нахар тайынламак үчин нәчерәк мукдарда өнүм герек, хайсы өнүмлерден тагамлы нәхили нахар тайынлап боляр, бутерброд нәчә дуряр, эртирлик, өйләнлик, шамлык нахарларың рационал менюсы нәхилирәк дүзүлмели диен ялырак затлар өвредилйәр. Гөрәймәге, чагалара шулар ялы маглуматларың берилмегиниң зерурлыгы хем ёк ялы. Эмма шейле маглуматлар болмаса чагаларда аявлылык дуйгусыны тербиеләп болмаз.

Галыберсе-де, тыгшытлылыгың, аявлылыгың илкинҗи сапагыны чагаларымыза нәме үчин, биз—өзүмиз бермели дәлмишик? Бизиң көпимиз өз огул-гызларымызы етерлик дережеде акыллы-башлы, хемме зада акыл етирйән, дүшүнйән дийип хасап эдйәрис ахыры. Биз чагалармыз барада шейле пикирде болсак хем, олары өй-хоҗалык ишлерине гатышдырманымызы говы гөрйәрис. Машгаланың хер бир члениниң өз ерине етирмели борчлары болан вагтында чагада эечилик гөзи билен гарамак, аявлылык ялы эндиклер тербиеленйәр. Айдалы, чагаларың бири арассачылыга гөз-гулак боляр, бейлеки бириниң элине болса белли бир суммада пул тутдурылып, магазинден, базардан азык өнүмлерини алып гелмек табшырыляр, соң болса гатан чөреги пейдаланмагың усу-

лыны тапмак (меселем, сухары тайынламак) табшырыляр. Бирнәче вагтдан болса (айдалы, бир-ики айдан) чагаларың ерине етирйән борчларыны чалшырмалы.

Чага тыгшытлык, аявлылык тербиесини бермегиң нәхили зерур затлыгына «Пионерская правда» гелйән хатлар хем гүвә гечйәр. Бир гызҗагаз бизе, ине, шейле языпдыр: «Мен мыдама өй-хоҗалык ишлеринден боюн гачырмага чалшардым, себәби, өй-хоҗалык ишлери хысырдылы хем-де йүрегиңе дүшйәр. Ине, бирденем эҗем ики айлык командировка гитди. Онсоң мен хем оглан җигим билен өйде галдым. «Сен өйүң бикеси боларсың» дийип какам айтды. Онсоң өй ишлери билен мешгул болмак маңа гызыклы гөрүнди. Онсоң мен өе середип башладым. Шунда маңа эҗемден өвренен затларым көп көмек этди. Эмма ол я-да бейлеки ише нәхили чемелешмелидигини билмән, муны өз вагтында эҗемден өвренмәнлигиме өкүнен пурсатларым хас көп болды... Хемме зады башдан башламалы болды. Эҗем гелип ичериниң арассалыгыны, нахар-шамың тайынлыгыны, какамың хем-де җигимиң мени өвйәнлигини гөренден соң, мени



лыны тапмак (меселем, сухары тайынламак) табшырыляр. Бирнәче вагтдан болса (айдалы, бир-ики айдан) чагаларың ерине етирйән борчларыны чалшырмалы.

Чага тыгшытлык, аявлылык тербиесини бермегиң нәхили зерур затлыгына «Пионерская правда» гелйән хатлар хем гүвә гечйәр. Бир гызҗагаз бизе, ине, шейле языпдыр: «Мен мыдама өй-хоҗалык ишлеринден боюн гачырмага чалшардым, себәби, өй-хоҗалык ишлери хысырдылы хем-де йүрегиңе дүшйәр. Ине, бирденем эҗем ики айлык командировка гитди. Онсоң мен хем оглан җигим билен өйде галдым. «Сен өйүң бикеси боларсың» дийип какам айтды. Онсоң өй ишлери билен мешгул болмак маңа гызыклы гөрүнди. Онсоң мен өе середип башладым. Шунда маңа эҗемден өвренен затларым көп көмек этди. Эмма ол я-да бейлеки ише нәхили чемелешмелидигини билмән, муны өз вагтында эҗемден өвренмәнлигиме өкүнен пурсатларым хас көп болды... Хемме зады башдан башламалы болды. Эҗем гелип ичериниң арассалыгыны, нахар-шамың тайынлыгыны, какамың хем-де җигимиң мени өвйәнлигини гөренден соң, мени

гужаклап огшап: «Сен мениң элим-аягым ахыры» диенде, башым асмана етди».

Ине, шу хем машгала пейда гетирмәге ислегиң илкинҗи шинелери болса герек. Затлара эечиликли, аявлы гарамак эндиклери шулар ялы ягдайлардан башланяр. Эмләге аявлы гараны, өнүмлери тыгшытлы харчланы үчин чаганы өвмек герек. Гепиң келтеси, гараголлык эдени үчин чаганың еңсесине азырак чалмалы-да, өзүни оңат алып бараны үчин көпрәк башыны сыпамалы.

—Эне-аталар чагаларына өй-ичериниң аладасыны етирмәнлерини говы гөрйәрлер. Онсоң чага әхли зат өз-өзүнден болуп дурандыр өйдйәр: аҗыкса сачакдан чөрек аляр, җалбары йыртылса тәзесини геййәр... Чагаларына өй-ичериниң аладасыны етирмейән эне-аталар: «Чаганы яш башындан көсемегиң нәме зерурлыгы бар?» дийип пикир эдйәрлер.

—Машгала бюҗетиниң әнигине-шәнигине ченли чаганы хабарлы этмегиң зерурлыгы ёк болса герек. Йөне хут шонуң өзүне дегишли болан әхли затлардан оны хабардар этмек герекмикә дийййәрин. Чага өзи үчин алынян мороженое порциясының бахасы билен тутуш машгала үчин алынян чөрегиң бахасының деңдигини билмелидир, бир сөз билен айданымызда, чаганы анык мысаллар аркалы тербиелемели, олара шу усул билен деңешдирип гөрмеги, нетиҗе чыкармагы өвретмели.

Егсам ашакдакы ялы боляр: машгаланың малие ягдайы барада чаганың хич хили дүшүнҗеси болмаса-да, онуң ислеглериниң асла чәги болмаяр. Хатда ёкары клас окувчылары хем эне-аталарының нәче айлык аляндыкларыны, өзлери үчин нәчерәк мөчберде пул харч эдилйәндигини билмейәрлер. Онсоң нireден эмләге эечиликли гөз билен гараҗак, зәхмет чекилип газанылан пулуң гадрыны билҗек?

Шу меселә башга тарапдан гарап гөрелиң.

Пионерлериң ве мекдеп окувчыларының көшгүнде ишлейән вагтым бир аялың яныма гелени ядыма дүшйәр: Ол аял: «Мениң чагаларым —оглум хем гызым Пионерлер көшгүнде ишлейән кружоклара гатнашып билермикә?» дийип сорапды. «Шу вагт олар район Пионерлер өйүниң кружокларына гатнаярлар, йөне биз кватирамызы чалышярыс, онсоң чагалар кружоклара гатнамаларыны бес этселер гынанҗаклар» дийип дүшүндирди.

Бу ерде, гөрәймәге, хич хили үйтгешиклик ёк. Йөне эне кружокларың, онда-да мугтуна гатналян кружокларың өз чагалары үчин нәхили әхмиетиниң бардыгына дүшүнйәрди. Йөне чагаларың өзи бир шол кружоклара мугтуна, хич зат төлемән гатнаяндыкларыны билйәрмикәлер, бизиң юрдумызда «мугт» диен җүмләниң аңырсында нәхили манының ятандыгына дүшүнйәрмикәлер?

Оларың шуны билмеклери, муңа дүшүнмеклери велин герек. Чагаларың муңа дүшүнмеклерине эне-аталар көмек этме-

лидирлер. Дөвлетиң чагалара өвредйән педагоглара айлык берйәндигини, чагаларың хүнәр өвренйән җайларыны сакламак үчин, шол җайлары ягтыландырмак, йылатмак, хер хили энҗамлар алмак үчин пул төлейәндигини дүшүндирмелидирлер. Чагаларың чыкыш эденлеринде геййән эгин-эшиклериниң бахасыны, эйләк-бейләк гиденлериндәки транспорт чыкдайҗыларыны төлейәндигини олара гүррүң бермелидирлер. Айдалы, огланҗыгың техники дөредиҗилик билен мешгулланмагы үчин дөвлет серишде, онда-да эп-эсли серишде гойберйәр—усса-педагога айлык төлейәр, станоклара, гурал-эсбаплара, материаллара, сува, йыладыша эдилйән чыкдайҗылары өз бойнуна аляр. Коллективиң огланда тербиелейән мәхирлилик, ёлдашлык дуйгусы ялы хәсиетлери барада гүррүң этмәнимизде-де, «мугт» диен җүмләниң аңырсында, ине, шу затлар ятыр. Өзүне җемгыетиң берйән әхли затларының гадыр-гымматыны билмек дуйгусыны тербиелемек билен чага дурмушда габат гелйән әхли затлара аявлы гарамак тербиеси берилйәр.

—Чагада аявлылык дуйгусыны нәмеден башлап тербиeләп уграмалы дийип хасап эдйәрсиңиз?

—Бу ерде ики хили пикир болуп билмез. Чагада аявлылык дуйгусыны азык өнүмлерине, онда-да чөреге хормат гоймак дуйгусыны тербиелемекден башламалы. Редакциямыза бизи ховсала салян хабарлары гетирйән хатлар хем гелйәр. Шол хатларда огланҗыкларың булка чөреги депип футбол ойнандыклары, тутуш клас болуп кепдерилери чөрек билен иймитлемәге гидилендиги, эне-аталарың мала берер ялы он буханка чөрек алмага чаганы магазине иберйәндиги барада айдыляр.

Чагада чөреге, бейлеки азык өнүмлерине аявлы гарамак, олара сарпа гоймак дуйгусыны нәдип тербиелемегиң гереклигини мениң өвретмегимиң зерурлыгы ёкмука диййәрин. Бу ерде әхли зат өз-өзүнден дүшнүклидир. Йөне мен бир зады ятламакчы.

Бир гезек Москваның мекдеплериниң окувчылары өз яшаян 80 квартиралык җайларында нәче мукдарда чөрек тыгшытлап болҗакдыгыны хасапламагы ниет эдендиклерини «Пионерская правда» яздылар. Чагаларың хасабы боюнча хер машгала диңе бир айың довамында 3 килограм чөрек тыгшытлап билҗек экен. Бир йылың довамында болса шол җайың яшайҗылары 2880 килограм чөрек тыгшытлап билҗек экен. Бу ерден гелип чыкян өрән мөхүм нетиҗе болса чагаларың эгер хеммелер чөреге аявлы гарап, оңа сарпа гоянларында тутуш юрдумызда нәче мукдарда чөрек тыгшытлап болҗакдыгы барада илкинҗи гезек чынлакай пикир эдендиклеринден ыбаратдыр.

Чөреге нәдип аявлы гарамалыка, нәдип сарпа гоймалыка? Инди шол чагалар ийилмедик чөрек бөлеҗиклерини, гыңакларыны, вагты билен ийилмән гатадылан чөрек өнүмлерини зыңман, ондан тагамлы хердүрли нахарлары тайярламагы онарярлар.

Чагаларың өзлери гаты чөрекден ашакдакы ялы иймити тайярламагы ойлап тапдылар: гатан чөрек бөлеклерини эт үвелйән машындан гечирмели-де, үстүне гызгынжак сүйт гуймалы, онуң үстүнден хем шекер, юмуртга, кишмиш, дрож гуймалы-да 2—3 сагатлап гоймалы. Шондан соң яңкы гарындыдан йүзи ал өвсүп дуран оладьи бişирип боляр! Чагалара диңе башлангыжы кын дүшди, соңа-бака нахар тайынламагың рецептлери чылшырымлашды, чагалар гаты-гуты чөрек бөлеклеринден запеканкалар (дагламалар), рулетлер, хатда пирожнининң дүрли гөрнүшлерини хем тайярламагы өврендилер... Чагаларың бу херекетлерине улулар нәхили гарадыка? Чагалар бу барада-да бизе языпдырлар: «Вагтыңызы нәмә сарп этжегиңизи билмән хер хили затлары ойлап тапып йөренден-ә сапакларыңыза тайярланың» диен эне-аталар хем тапылыпдыр. Бейле эне-аталар өз чагаларына бермели баш өвүт-үндевлерини ятдан чыкаран болара чемели.

Болса-да, чагалар башына баран ишлерини ахырына ченли алып гидипдирлер: оларың ойлап тапан рецептлери боюнча тайярланан нахарлар мекдеп нахарханасында биширилип башланыпдыр.

Элбетде, биз чагаларың бу хатында кулинария рецептлерини дәл-де, оларың диңе бир өй ыкдысадыетине дәл, эйсем, дөвлет ыкдысадыетине хем өз жана-жан бәхбитлери хөкмүнде гараян инициативаларыны гөрдүк. Ине, бу барада хем «Пионерская правданың» сахыпаларында гүррүң эдилди. Газетиң чыкышына биртопар сесленмелер гелди.

Чаганың өз төверегинде болуп гечйән затлар барада көрпелигинден пикир өврүп, ойланып билмеги мөхүмдир. Эне-аталар болса чага гөрен-эшиден затларындан нетиже чыкармага көмек этмелидир. Эне-аталар нәме үчин дикторларың телевизордан чыралардыр дурмушда уланылян хер дүрли энжамлары вагтында сөндүрмеги ятладып дуряндыкларыны, кранлардан акян сувларың нирелерден чыкяндыгыны... чагаларына дүшүндирмелидирлер.

—«Зәхметиң гадрыны зәхметиң мивесиниң гадрыны билйән адам билер» диййәрлер. Бу пикире сиз нәме жогап берип билжек?

—Эне-ата, өңи билен, өз башарян затларыны чагасына-да өвретмелидир. Какасы хердүрли энжамлары берчинләп билйәрми —оглуна-да шоны өвретмелидир, эжеси чепер элли тикинчими—о-да өз башарныгыны гызына хөкман өвретмелидир. «Чага өвренмек ислемейән болса нәтмели ахыры?» дийип сорамаклары ахмал. Ине, шу ерде-де, мениң пикиримче, диениңи гөгертмели, огла: «Сен эркек адам ахыры, шонуң үчин хем сен чүй чүйлемәни-де, стулы бежермәни-де оңармалысың» диймели.

Башаржаң элли яш уссаларың «Пионерская правда» язян

хатлары дийсең бегендирйәр. Олар эжелерининң, энелерининң, гыз жигилерининң зәхметини еңиллешдирйән илкинжи ясан хожалык гураллары, «техники кәмиллешдиришлери» хакында язярлар. Ине, бир огланжык эжеси гайнап дуран питининң гапагыны галдыранда элини якмаз ялы энжамжык ясапдыр. Ол энжамжык, элбетде, дийсең садажа, йөне бу ерде эсасы зат онуң өйде уланылман ятан предметлерден ясаланлыгыдыр. Бу чаганың хожалыга берйән реал көмеги дәл-де, эйсем, нәмемишин? Чаганың ужыпсызжа-да болса зерур хожалык ишлерини ерине етирмәге болан ислегини: хайсыдыр бир заады бежермек, сазламак, нәмедир бир зат гошмача гурмак ислегини мүмкингадар оңламалы, олара голдав бермели.

...Шу затларың әхлисининң аңырсында чуңңур ахлак проблемасы ятыр. Шоларың бири хем өсүп гелйән огланда тыгшытчыллык, ватаның байлыкларыны аявлы сакламагы башарян, адам зәхметининң мивесининң гадыр-гымматыны билйән ынсан хәсиетлерини тербиелемекден ыбаратдыр.

Бу хәсиетлери өз чагаларымызда нәдип тербиелемели?

Биз өз чагаларымыза отрицател гөрелдәни өз пикир эдишимизден хас кән гөркезйәрис. Шол гөрелдәнинң мивелери оглумызың, гызымызың херекетлеринде йүзе чыканда болса биз: «Ол муны нирeден өвренип йөркә?» дийип гең галярыс. Йөне, гынансагам, оглумыздыр гызымыз шол эрбет хәсиетлери бизден, гөрәймәге, акыл кәсеси пүре-пүр долуп, улы дурмуш тежрибесини газанан адамлардан аляр. Бу барада еәхелче пурсатлык хем ятдан чыкармалы дәлдирис хем-де чагаларда әхли оңат гылык-хәсиетлери диңе өз шахсы гөрелдәмиз билен тербиелемелидирис. Бу әхли эне-аталарың берк ятда сакламалы эсасы задыдыр!

Бу кичеңрәк гошмача бөлүме эсасы тексте гирмедик, йөне тыгшытлылык хем-де аявлылык барада берлен маслахатларың үстүни етирҗек практики маслахатлар гиризилди.

* * *

Ярмалык хем-де көсүкли өсүмликлерден нахар биширилен-де оларың үстүне гуюлян сувуклыкларың нормасыны берк сакламалыдыр. Бу, бир тарапдан-а, тагамлы нахар тайынламага мүмкинчилик берер, икинҗи тарапдан болса сувы хем энергияны бисарпа тутмазлыга көмек эдер.

Ярмалык хем-де көсүкли өсүмликлериң 100 грамы гайнадыланда герекли сувуклыгың нормасы

Нахарлар	Сувуң мөчбери (грам хасабында)	Өнүмиң гайнадыландан соңкы массасы (килограм хабасында)
Түвиден биширилйән шүле:		
түвиниң күлкесинден биширилен шүле	210	280
өзли шүле	370	450
Гречихадан биширилйән шүле:		
гречиханың күлкесинден биширилен шүле	150	210
өзли шүле	320	400
Дөвүлен дарыдан биширилйән шүле:		
өзли шүле	320	400
сувжумак шүле	420	500
Сүледен биширилен ярма:		
өзли ярма	320	400
сувжумак ярма	420	500
Бугдай ярмасының күлкесинден биширилен буламак		
өзли буламак	370	450
сувҗумак буламак	570	650
Өзли бугдай ярмасы	370	450
Өзли арпа ярмасы	320	400
Сүле («геркулес») ярмасы:	370	450
өзли сүле ярмасы	370	450
Нохутлы пюре	250—300	210
Өй шертлеринде биширилйән унаш	600	250
Макарон	600	250

* * *

Рецептлериң көпүси «өнүми тайын болянча биширмели» диен сөзлер билен тамамланяр. Ашакдакы маглуматлар элиңизиң ашагында болса бу җүмле сизе дүшнүкли болар.

Кәбир өнүмлери гайнатмагың, говурмагың, бугламагың ортача довамлылыгы
(этиң, гөк өнүмлериң хем-де ярмалык өнүмлериң 1 килограмына ниетленип, балыгың хем гушуң 1-не ниетленип хасапланыланда)

Өнүмлер	вагт
Гайнадыланда	
Ардылан картошка (тутушлыгына)	30—35 мин.
Ардылан, тәзе йыгылан картошка	20—25 мин.
Ардылмадык (габыклы) шугундыр	1,5 сагат
Керчелен кәшир	20—25 мин.
Керчелен ак дүйп келем	25—35 мин.
Нохут	1,5 сагат
Гарабалык, лакгабалык, треска балыгы	20—25 мин.
Җүйҗе хораз	50—60мин.
Җүйҗе	25—35 мин.
Гарры товук	2,5—3 сагат
Газ	1,5—2 сагат
Өрдек	1—1,5 сагат.
Хинди гушы	1—2 сагат
Гөле эти	1—1,5 сагат
Гоюн эти	1,5—2 сагат
Бөврек	1—1,5 сагат
Сыгыр эти	2—2,5 сагат
Сыгыр бейниси	15—20 мин.
Багыр	1 сагат
Говруланда (аз мукдарлы яга)	
Тегележик эдилип кесишдирилен картошка	15—20 мин.
Бөлекленен гарабалык, чортан балык хем-де бейлеки балыклар	20 мин.
Товук	40—60 мин.
Җүйҗе	20—30 мин.
Газ	1—1,5 сагат
Өрдек	45—60 мин.
Хинди гушы	1—1,5 сагат
Гоюн эти (җылка ери)	1—1,5 сагат
Сыгыр эти (җылка ери)	1,5—2 сагат
Бөврек	12—15 мин.
Багыр	15—20 мин.
Буглананда, сувы чекдириленде	
Ак дүйп келем (доградаланы)	1,5 сагат
Гоюн эти (икинҗи нахар үчин)	1,5—2 сагат
Сыгыр эти (икинҗи нахар үчин)	2—2,5 сагат

* * *

Азык өнүмлериниң такмынан массасы

(грамларда)

Өнүмлер	Чай чемчеси	Нахар чемчеси	Стакан 250 г.	Стакан 200 г.	1 саны
Ортача улулыкдакы картошка	—	—	—	—	100
Кәшир	—	—	—	—	75
Шугундыр	—	—	—	—	100—150
Турп	—	—	—	—	150
Шалгам	—	—	—	—	100
Редиска	—	—	—	—	20—250
Ак дүйп келем	—	—	—	—	200—1500
Сарымсак	—	—	—	—	50—60
Дүйп соган	—	—	—	—	65—75
Тер хыяр	—	—	—	—	75—100
Тер помидор	—	—	—	—	100—150
Томат-паста	10	30	—	—	—
Томат-пюре	8	25	220	160	—
Алма	—	—	—	—	100
Сув	—	—	250	200	—
Гаймагы алынмадык сүйт	—	—	250	200	—
Гаймак	—	—	250	200	—
Сметана	10	25	250	210	—
Сары яг	5	20	245	190	—
Месге яг	5	30	220	200	—
Өсүмлик ягы	5	20	245	180	—
Бугдай уны	8	20—25	160	100	—
Картошка уны	10	30	200	150	—
Дөвлен сухари	5	15	125	90—100	—
Бугдай ярмасы	8	25	200	160	—
Гречиха ярмасы	7	25	210	150	—
Адаты ярма	8	25	230	170	—
«Геркулес» ярмасы	6	12	90	70	—
Түви	9	25	230	180	—
Дөвлен дары	8	20—25	220	160	—
Габыгы айрылмадык нохут	—	—	200	150	—
Чечевица	—	—	210	160	—
Дөвлүп алнан сүле уны	8	20	140	90—100	—
Дөвлен хоз	6	20	120	80	—
Хаш-хаш дэнеси	5	15	155	—	—
Кишмиш	5	15	160—170	110—120	—
Сирке	5	15	250	200	—
Дуз	7—10	25—30	320—330	175	—

Өнүмлер	Чай чемчеси	Нахар чемчеси	Стакан 250 г.	Стакан 250 г.	1 саны
Шекер овунтыгы	10	25	210	160	—
Шекер күлкеси	10	25	190	140—145	—
Бал	15	35—40	250	200	—
Чай	3	10	—	—	—
Кофе	3	6—7	—	—	—
Какао	4	8	—	—	—
Повидло	8	25	220	170—180	—
Берхизлик, 7 гиже-гүндизе ченли сакланылан юмуртгалары	—	—	—	—	44-ден аз болмалы дәл
1°-дан 2°С-ден ченли температурада 30 гиже-гүндизден көп сакланмадык нахархана юмуртгалары:					
I категориялылары	—	—	—	—	48-ден аз болмалы дәл
II категориялылары	—	—	—	—	43-ден аз болмалы дәл
43 грам массасы болан юмуртгалар, шол санда					
ак массасы	—	—	—	—	23
сары массасы	—	—	—	—	20

Иймитден тыгшытламак мүмкинмикә? Бу меселә азык өнүмлериниң иймитлик гымматы хем-де машгала бюджети гөз өңүнде тутулып акыллы-башлы чемелешилсе шейтмек мүмкиндир. Өз иймитленишини гөркезилен факторлары гөз өңүнде тутуп гурамакчы болянлара 214-нҗи сахыпадакы таблицада гетирилйән маглуматлар көмек эдер.

Гейлен гейим-геҗимден нәмелери, нәхили эшиклери тикмек болҗак

Гейлен гейим-геҗимлерден башга эшиклери тикмек

Диңе бир тәзе матадан дәл-де, эйсем, өң гейлен эшиклериң маталары уланылып тикилен гейим хем адамы гөрке гетирип билер. Гейлен эшиклериң кәбир ерлерини тәзе гейим тикениңизде хем уланып болар.

Бейле эшиклери ики хили усул билен уланып боляр, оларың бир ёлы-ха өң гейлен геймиң матасыны башга бир гейим тикмек үчин уланмакдан, бейлеки бир ёлы болса гейлен геймиң одур-будур ерлерине середишдирип, оны тәзе гөрке гетирмекден ыбаратдыр. Гейим үйтгедилип тикиленде оны чөвре йүзүне өвүрмели я-да болмаса башга фасон бермели.

Оңат сакланан камвол хем-де юмшак маталардан, драп матасындан, томус гейилйән пальтолык ики йүзли маталардан тикилен гейимлериң маталарыны чөвре йүзүне өвүрсеңиз говы болар. Мунуң үчин геймиң тикинлерини ашакдакы тертипде йити пычак билен сөкмели: илки билен иликлери айырмалы хем-де еңиң дилигиниң төверегиндәки ичликлери сөкмели, соң болса геймиң гапдал-янларының, герденлериниң ичлигини сөкүшдирмели. Ичликлерини сөкеңизден соң еңиң, яның, гердениң тикинлерини сөкмели. Геймиң чөвре йүзүнден җубилериң халталарыны, дүзүв йүзүнден болса депҗелен ерлерини хем-де даш җүбүсини сөкмели. Шондан соң геймиң янларының диагонал тикинлерини, аркасындан гайдян ортакы тикини сөкмели.

Иң соңундан болса пенҗегиң айратын деталлары —еңлери, якасы ве ш. м. сөкүлйәр.

Шулардан соңра болса сөкүлен матаның бөлеклерини диңебир айратынлыкда арассаламан, эйсем, тутушлыгына хем арассаламалыдыр (нах маталары ювмалы), соң болса дүзүв еринден оңат эдип үтүклемели. Үтүклейән вагтыңыз матаны сүйндүрмезлиге чалшың. Үтүкләп боланыңыздан соң болса тәзе эшик тикмәге гиришип билерсиңиз.

* * *

Көне гейимден тәзе гейим тикмекчи болан вагтыңыз тәзе фасоның талаплары билен көне фасоның мүмкинчиликлерини утгашдырмага чалшың. Меселем, гиң фасонлы пальтоны гөврәңи гысып дуран, герденлеринде ыкҗам дурян пальто өврүп болар, гөврәңи гысып дуран фасонлы пальтоны болса гиңелдип болмаз.

Гейиме серенҗам бермек

Гейим элмыдама арасса хем тәмиз сакланылмалыдыр. Еңи-яны йыртылан, илиги гопан, ичлиги гөрнүп дуран гейимлер адамың гөркүни гачыряр. Шонуң үчин хем өйүң кейванысы хер хепдәниң довамында гейим-геҗимлере гөз гездирип, гөзе илен кемчиликлери дүзедип дурмалыдыр. Эгер-де илигиң илдирилйән ери сөкүлен я-да гиңелен болса оны мата билен реңкдеш сапак билен торламалы. Йити учлы зат илишип, гейим йыртылан болса, матаның чөвре йүзүнден реңкдеш сетин мата гояга-да, реңкдеш сапак билен дүзүв йүзүнден депҗемели.

Бейле эшиклери ики хили усул билен уланып боляр, оларың бир ёлы-ха өң гейлен гейимиң матасыны башга бир гейим тикмек үчин уланмакдан, бейлеки бир ёлы болса гейлен гейимиң одур-будур ерлерине середишдирип, оны тәзе гөрке гетирмекден ыбаратдыр. Гейим үйтгедилип тикиленде оны чөвре йүзүне өвүрмели я-да болмаса башга фасон бермели.

Оңат сакланан камвол хем-де юмшак маталардан, драп матасындан, томус гейилйән пальтолык ики йүзли маталардан тикилен гейимлериң маталарыны чөвре йүзүне өвүрсеңиз говы болар. Мунуң үчин гейимиң тикинлерини ашакдакы тертипде йити пычак билен сөкмели: илки билен иликлери айырмалы хем-де еңиң дилигиниң төверегиндәки ичликлери сөкмели, соң болса гейимиң гапдал-янларының, герденлериниң ичлигини сөкүшдирмели. Ичликлерини сөкеңизден соң еңиң, яның, герденің тикинлерини сөкмели. Гейимиң чөвре йүзүнден җүбилериң халталарыны, дүзүв йүзүнден болса депҗелен ерлерини хем-де даш җүбүсини сөкмели. Шондан соң гейимиң янларының диагонал тикинлерини, аркасындан гайдян ортакы тикини сөкмели.

Иң соңундан болса пенҗегиң айратын деталлары —еңлери, якасы ве ш. м. сөкүлйәр.

Шулардан соңра болса сөкүлен матаның бөлеклерини диңебир айратынлыкда арассаламан, эйсем, тутушлыгына хем арассаламалыдыр (нах маталары ювмалы), соң болса дүзүв еринден оңат эдип үтүклемели. Үтүклейән вагтыңыз матаны сүйндүрмезлиге чалшың. Үтүкләп боланыңыздан соң болса тәзе эшик тикмәге гиришип билерсиңиз.

* * *

Көне гейимден тәзе гейим тикмекчи болан вагтыңыз тәзе фасоның талаплары билен көне фасоның мүмкинчиликлерини утгашдырмага чалшың. Меселем, гиң фасонлы пальтоны гөврәңи гысып дуран, герденлеринде ыкҗам дурян пальто өврүп болар, гөврәңи гысып дуран фасонлы пальтоны болса гиңелдип болмаз.

Гейиме серенҗам бермек

Гейим элмыдама арасса хем тәмиз сакланылмалыдыр. Еңи-яны йыртылан, илиги гопан, ичлиги гөрнүп дуран гейимлер адамың гөркүни гачыряр. Шонуң үчин хем өйүң кейванысы хер хепдәниң довамында гейим-геҗимлере гөз гездирип, гөзе илен кемчиликлери дүзедип дурмалыдыр. Эгер-де илигиң илдирилйән ери сөкүлен я-да гиңелен болса оны мата билен реңкдеш сапак билен торламалы. Йити учлы зат илишип, гейим йыртылан болса, матаның чөвре йүзүнден реңкдеш сетин мата гояга-да, реңкдеш сапак билен дүзүв йүзүнден депҗемели.

Сатын алмак үчин 1 манат харчланан (дөвлет сөвдасының икинжи гушаклыгының бөлек-сатув нырхлары боюнча) дүрли азык өнүмлериндәки азыклык маддаларың хем-де калорияларың мукдары*

Азык өнүмлери	Калориялары, ккал	Белок, г	Яг, г	Углеводлар, г	Минерал маддалар, м. г.				Витаминлер, м. г.					
					кальций	магний	фосфор	демир	A	каротин	тиамин B_1	рибофлавин B_2	никотин кислотасы PP	аскорбин кислотасы C
Човдары унундан биширилен чөрек	16300	344	64	3486	2417	1833	7585	142	—	—	12,5	10,8	37,5	—
I-нжи сортлы бугдай унундан биширилен чөрек	8571	239	25	1796	714	1107	3500	64	—	—	3,6	2,5	23,9	—
Гречиха ярмасы	5804	188	41	1136	982	2018	5196	32	—	—	8,9	4,3	75,0	—
Түви	3636	78	7	869	273	239	1102	20	—	—	0,9	0,5	18,0	—
Көсүклилер (нохут)	6909	439	50	1131	1432	2432	8386	107	—	1,4	15,9	3,4	52,3	—
Макарон өнүмлери	6055	195	24	1349	436	818	2109	38	—	—	4,5	2,2	40,4	—
Картошка	6580	105	—	1501	800	1700	3800	90	—	—	5,0	3,0	54,0	190,0
Ак дүйпли келем	1307	75	—	240	2533	800	1667	60	—	—	2,0	2,0	18,0	480,0
Кәшир	1456	53	—	302	1889	944	1722	33	—	280,0	2,2	2,2	14,5	66,7
Шугундыр	1800	40	—	400	1100	1100	1700	55	—	0,5	0,7	1,6	13,0	300,0
Көпчүликлейин мукдарда етишен дөври йыгылян хыяр	311	16	—	60	489	289	578	20	—	—	0,5	0,7	3,4	21,0
Мөвсүми дәл вагты йыгылян хыяр	70	4	—	14	110	65	130	4,5	—	—	0,1	0,1	0,8	4,0
Алма	447	3	—	106	178	100	122	24	—	—	0,2	0,3	1,7	47,0
Апельсин	105	3	—	30	170	65	115	2	—	0,3	0,2	0,2	1,0	300,0
Натурал сүйт	2150	113	108	165	4286	500	3395	4	1,4	—	1,4	5,8	3,1	1,8
Гатаңсы сыр	1099	82	79	6	2330	—	1300	—	0,5	—	0,2	1,3	—	—
Треска балыгы	947	220	5	—	746	322	2932	8	—	—	0,7	1,0	15,3	—
Сыгыр эти	624	68	37	—	40	80	765	15	—	—	0,3	0,5	11,5	—
Товук	353	35	23	—	23	—	374	3	0,2	—	0,2	0,2	10,9	—
Юмуртга	750	57	55	—	239	55	1022	1	2,3	—	0,6	3,3	0,9	—
Гант	4500	—	—	1100	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
Өсүмлик ягы	5250	—	560	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
Мал ягы	2060	—	220	—	—	—	—	—	1,3	—	—	—	—	—

*Таблицаны ыкдысады ылымларың кандидаты Ю. Р. Ходош дүзди.

Гейим узак вагтлап гөркүни йитирмез ялы, онуң йыртылан ичликлерини, еңлерини, манжетлерини, гончларыны шол бада гөзден гечирип тикишдирмелидир.

Нәче мөчберде обои алмалы?

Адатча, квартира ремонт эдиленде нәчерәк мөчберде обои герекл игини догры кесгитлемек кын боляр. Гөз чени билен алнан обои я-ха көп болуп чыкяр, я-да герегинден аз болуп чыкяр.

Ашакдакы таблица боюнча обоиниң герекли мөчберини басым хем-де догры өлчәп болар.

Диварың бейиклиги 3 м, м² болан отагың мейданы	Ини 50 см. м болан обоиниң узынлыгы			
	7	10,5	12	18
	Рулон саны			
5—6	9	6	4	3
7	10	7	5	4
8—9	11	7	6	4
10	12	8	7	5
11—12	13	9	7	5
13	14	10	7	5
14	15	10	8	6
15—16	16	11	8	6
17	17	11	9	6
18, 19, 20	18	12	10	7
21	19	13	10	7
22—23	20	14	13	9
24—25	21	14	13	9

Окамагы маслахат берйәрис

Шу китап тайынлананда авторлар ашакда гөркезилен эдебиятларда берлен хердүрли маслахатлары, рекомендациялары, рецептлери пейдаландылар.

Вам, домашним хозяйкам (Дүзүҗилер: Б. Ќонардов, А. Морозов, А. Сахарова). Кострома китап неширяты. 1960.

Вольпер И. Н. Легенды и были о продуктах. М.: Экономика, 1969.

Горнушкин Ю. Г. Практические советы владельцу автомобиля. М.: СССР ДОСААФ-ының нешиярты, 1984.

Домоводство. М.: Оба хоҗалык эдебияты дөвлет неширяты. 1975.

Ежевский В. Учитесь экономично водить автомобиль. Поляк дилинден рус дилине терҗиме. М.: Транспорт, 1982.

Ивлев А. Н. Справочник-словарь овощевода. Л.: Лениздат, 1981.

Каневский Е. М., Краснянский Э. В., Лысов М. М., Новоженов Ю. М. О продуктах и культуре потребления. М.: Экономика, 1984.

Киселевская Я., Сарновская Г. Лексикон домашнего хозяйства. Поляк дилинден рус дилине терҗиме. Варшава, 1963.

Книга для каждого дня и для каждого дома. Энциклопедия домашнего хозяйства. Болгар дилинден рус дилине терҗиме. София: Техника, 1978.

Котоусова А. М., Котоусов Н. Г. Вяленые фрукты и овощи. М.: Россельхозиздат, 1984.

Краткая энциклопедия домашнего хозяйства. М.: Советская энциклопедия, 1978.

Кузьминский Р. В.; Поландов Р. Д., Патт В. А., Кочергин В. В. Хлеб в нашем доме. М.: Пищевая промышленность, 1980.

Линтс Л., Массо С., Моор Д. ве башг. Настольная книга хозяйки. Таллин: Эстония дөвлет неширяты, 1960.

Мы и наша семья (Дүзүҗилер: В. И. Зацепин, В. Д. Цимбалюк). М.: Молодая гвардия, 1985.

Овощные и фруктовые рецепты. Немец дилинден рус дилине терҗиме (М. С. Шапироның редакциясы билен) М.: Пищевая промышленность, 1972.

Попов Е. Б. Сад и огород в доме. Л.: Детская литература, 1985.

Смирнов Н. А. Домашний огород. М.: Россельхозиздат, 1975.

Утянов П. Е. Сад и огород в комнате. Минск: Урожай, 1976.
Шепелев А. М. Ремонт в квартире своими силами. М.: Московский рабочий, 1975.

Китапда меркези газетлериң, «Работница», «Крестьянка», «Наука и жизнь», «Жилищное и коммунальное хозяйство», «Городское хозяйство Москвы», «Электротехника» журналларынын материаллары пейдаланылды.

Информация хәсиетли материаллары тайярламага СССР-иң В. И. Ленин адындакы дөвлет китапханасының ишгәри Н. П. Могильный ве журналист Ю. М. Новоженов көмек этди.

МАЗМУНЫ

ӨЗ ӨЙҮМИЗИҢ ЭЕСИ ӨЗҮМИЗДИРИС 3
ХАСАПЛАМАГЫ БАШАРЫҢ 6
ЯЗЫҢ ЮВУНДЫСЫ —ГЫША ГАТЫҚ . . . 22
ЧӨРЕГИҢ ХЕР ГЫҢАГЫ —АЛТЫНА БАРАБАР . . . 56
РАХАТЛЫҚ ХЕМ ЭНЕРГИЯ . . . 73
БАРЫ-ЕГЫ БИР ДАМҖА СУВ... . . 92
ГЕЙИМЛЕРИМИЗЕ ГӨЗ АЙЛАЛЫҢ . . . 107
ӨЗҮҢ БЕЖЕР, ӨЗҮҢ ЯСА . . . 119
СИЗИҢ ҚОНСЕРВ ЦЕХИҢИЗ 138
ҚВАРТИРАДА... БАГ ХЕМ БАҚҖА . . . 170
СИЗ АВТОМОБИЛЬ САТЫН АЛДЫҢЫЗ . . . 187
МУНЫ ЧАГАЛЫКДАН ӨВРЕТМЕЛИ . . . 200