

## ნამდვილი პური და კარგი ღვინო

ქრისტიანისთვის პური და ღვინო ყველაზე მნიშვნელოვანი პროდუქტებია, რადგან მათ ზიარების საიდუმლოს აღსასრულებლად ვიყენებთ. ამას გარდა, საქართველოში მათ მიმართ განსაკუთრებული დამოკიდებულებაა, ქართული ხორბლისა და ვაზის სახეობების მრავალფეროვნებისა და საუკეთესო თვისებების გამო. ამავდროულად, სამწუხაროა, რომ ბევრმა ჩვენგანმა არც კი იცის რა არის ნამდვილი პური, და ვერ არჩევს რომელია ჯანსაღი ან ავადმყოფი ღვინო, და არც ის იცის, თუ როგორ უნდა დავაყენოთ და შევინახოთ იგი, რომ არ გაფუჭდეს. როგორც გარკვეული გამოცდილების მქონემ ამ ორი პროდუქტის დამზადებაში (სამოყვარულო დონეზე) ვიფიქრე სხვებსაც დეტალურად გავუზიარო საკუთარი და მეგობრების ცოდნა და გამოცდილება, მათ, ვისაც არაპროფესიონალური რჩევები დააკმაყოფილებს.

### პური

1. მართალია ინტერნეტში მრავლად იპოვება ლიტერატურაც, ვიდეორგოლებიცა და რჩევებიც ნამდვილი, ძველებური პურის გამოცხობის შესახებ, მაგრამ, როგორც თავად დავრწმუნდი, არც ისე იოლია მართლაც საჭირო და პრაქტიკაში გამოსადეგი ინფორმაციის მოძიება. პური ძირითადად ცხვება: ხორბლისგან, ჭვავისგან და ქერისგან. მხოლოდ ჭვავისგან ან ქერისგან პურის გამოცხობა არაა მიზანშეწონილი. უმჯობესია გამოცხვეს ან მხოლოდ ხორბლის ფქვილისგან, ან 60-80 % ხორბლის ფქვილი ავიღოთ, დანარჩენი – ჭვავის ან ქერის, ან სამივე ფქვილის ნარევისგან გამოვაცხოთ. ჭვავისა და ქერის ფქვილს აქვთ ხორბლის ფქვილისგან განსხვავებული თვისებები, ისინი უფრო ნაკლებად ფუფდება, ჭვავის პურს მომჟავო გემო აქვს. ამასთანავე ზოგიერთ მინერალსა და ვიტამინს ისინი ხორბლის ფქვილზე დიდი რაოდენობით შეიცავენ და გარკვეული სამკურნალო თვისებები გააჩნიათ.

ქარხნებში გამომცხვარი პური, გამონაკლისებს თუ არ ჩავთვლით, არცთუ სახარბიელო ხარისხისაა. ხორბალი, როგორც ყველა სხვა კულტურა, სხვადასხვა საწარმოთაგან იწარმოება: დათესვამდე და შენახვის დროს, იწარმოება მინაც – მღრღნელების, მცენარეების, მწერების საწინააღმდეგოდ. ხორბლის დაფქვისას ხდება ფქვილის დახარისხება: უმაღლესი, პირველი, მეორე ხარისხის ფქვილი და ქატო. უმაღლესი ხარისხის, ანუ თეთრი რაფინირებული ფქვილი, რომლისგანაც უმეტეს შემთხვევაში მზადდება პური ქარხნებში თუ სხვადასხვა პროდუქტი სახლში, ნაკლებად შეიცავს სასარგებლო ელემენტებს, ისინი ძირითადად რუხ ფქვილში რჩება. რუხი ფქვილი (ცეხვილი – დაუხარის-

ხებლად დაფქვილი, ან მეორე ხარისხის) თეთრ ფქვილთან შედარებით ნაკლებ სახამებელს შეიცავს და, როგორც დიეტოლოგები ამბობენ, თეთრი ფქვილისგან განსხვავებით არ უწყობს ხელს სიმსუქნეს, დიაბეტს, შეკრულობას და ნაწლავების ონკოლოგიურ დაავადებას. ზოგიერთი მწარმოებელი ფქვილს უმატებს კონსერვანტებს და საღებავებს. შემდეგ, ქარხნებში პურის გამოცხობისას, იშვიათი გამონაკლისის გარდა, ხდება ფქვილის „გამდიდრება“ დანამატებით, რომლებსაც უწოდებენ ვიტამინებს, მაგრამ ისინი არაა მხოლოდ ჩვეულებრივი ვიტამინები, მათი ძირითადი დანიშნულებაა დაძველებული და უხარისხო ფქვილის „გამოსწორება“, მასში გამრავლებული ბაქტერიების მოსპობა, პურის გემოსა და სურნელების გაუმჯობესება და ცომის კარგად აფუება; ზოგჯერ საღებავსაც უმატებენ, გასათეთრებლად ან გასამუქებლად. ცხადია, რომ ეს ყოველივე არაა სასარგებლო ჩვენი ჯანმრთელობისთვის. ქარხნებში, როგორც წესი, ცომში უმატებენ შაქრის ფხვნილს, მარილს და ზეთს.

დიდი რაოდენობით პურის გამოსაცხობად ძირითადად გამოიყენება ხელოვნურად მიღებული სხვადასხვა სახეობის საფუარები: 1. დაპრესილი, 2. საფუარის რძე, 3. თხევადი საფუარი, 4. მშრალი აქტიური, 5. მშრალი, სწრაფად ხსნადი – instant, რომელიც პირველად მიიღეს 1972 წელს და ძირითადად იხმარება საოჯახო კულინარიაში. ინტერნეტში ბევრი ინერება იმის შესახებ, რომ ეს საფუარები ძალიან მავნებელია ჯანმრთელობისთვის, თუმცა ჩვენ დაზუსტებით მხოლოდ იმის თქმა შეგვიძლია, რომ ეს საფუარები ხელოვნურად არის გამრავლებული და სავარაუდოდ არცთუ უვნებელი საშუალებებით გამოკვებილი და დამუშავებული. სამეცნიერო ლიტერატურაში ჩამოთვლილია ის საშუალებები, რომლებითაც ხდება ამ საფუარების გამოზრდა და დამუშავება: მელასა, აზოტი, ფოსფორი, პარაფინი, ქლორის მათეთრებელი, გოგირდმჟავა, ბიომიცინი.

ის შხამ-ქიმიკატები, რომლებითაც ინამლება მინდვრები და მარცვლეული, ხელოვნური სასუქები, აგრეთვე ის კონსერვანტები, სტაბილიზატორები, ემულგატორები და „ვიტამინები“, რომლებიც ემატება პროდუქტებს დიდხანს შესანახად და „ხარისხის გასაუმჯობესებლად“, ბოლოს ადამიანებისა და შინაური ცხოველების ორგანიზმში ხვდება და გარკვეულ უარყოფით ზემოქმედებას ახდენს მათზე.

ცხადია, შეუძლებელია გავექცეთ ყველაფერს, რაც ჩვენ ჯანმრთელობას ვნებს, რადგან ჩვენს გარშემო ყველაფერი – ჰაერიც, წყალიც, საკვებიც, ზოგჯერ ტანსაცმელიც, სათამაშოებიც, სამშენებლო და სარემონტო მასალებიც – უამრავი სიცოცხლისთვის საშიში ნივთიერებითაა გაჯერებული, მაგრამ პურს, ღვინოს და კიდევ რამოდენიმე პროდუქტს თუ ნატურალურს მივიღებთ და მაქსიმალურად შევამცირებთ ქიმიკატებითა და კონსერვანტებით

გაჯერებული პროდუქტების მიღებას (ყველაზე მეტად: ტკბილეული, გაზიანი სასმელები, ნებისმიერი სახის კონსერვები, ძეხვეული, ჩიფსები), ალბათ გარკვეულწილად მაინც შევუმსუბუქებთ ჩვენს სხეულს მომწამლავ ტვირთს. უნდა გავითვალისწინოთ, რომ განსაკუთრებით ბავშვის ორგანიზმია დაუცველი მხამქიმიკატების მიმართ. კარგი იქნება, თუ მათ ეცოდინებათ, რომელი პროდუქტებია განსაკუთრებით საშიში ჯანმრთელობისთვის.

არის საშუალება, რომ ადამიანმა იყიდოს საქართველოში მოყვანილი, ნაკლებად მონამლული ხორბალი და დააფქვევინოს, ან სანდო გლეხისგან მის მიერ მოყვანილი მარცვლეულის ფქვილი იყიდოს, შემდეგ ამ ცეხვილი (ანუ დაუხარისხებელი) ფქვილით სახლში გამოაცხოს პური ბუნებრივი საფუარით, ხოლო თუ დრო არა აქვს ამისთვის, ქარხნული საფუარით გამოაცხოს, მაინც ბევრად უფრო სასარგებლო იქნება ასეთი პური მაღაზიაში ნაყიდთან შედარებით, მეტი სასარგებლო ნივთიერებებით და ნაკლები მხამეებით, გემოზე და სურნელზე რომ არაფერი ვთქვათ. თუ ხორბალი ქართული ჯიშის იქნა და თანაც სანამლავების გარეშე მოყვანილი, ხომ მთლად უკეთესი. თუკი ხორბალი დაიფქვება დახარისხებით, გამოცხობის დროს შეგვიძლია თეთრი და რუხი ფქვილის ერთმანეთში არევა. ფქვილი უნდა შევინახოთ გრილ და მშრალ ადგილას. სწორად შენახული კარგი ფქვილი თვეობით ინახება, თუმცა, თუ გრილი სათავსო არ გვაქვს, ზაფხულში რუხი ფქვილი ჯობია მაქსიმუმ ერთი თვით შევინახოთ. აღსანიშნავია ისიც, რომ პურის სახლში გამოცხობა ეკონომიურიც არის და სულიერად დამამშვიდებელიც.

2. ჩვენ მოვიხმართ აფუებულ პურს, თუმცა არსებობს გაუფუარი პურიც, ანუ ხმიადი (სპარსული და სომხური ლავაში, იტალიური ფოკაჩა, ებრაული უფუარი – მაცა). აფუებული პური უფრო გემრიელია და, რაც მთავარია, ნირვის დროს აუცილებლად აფუებული პური გამოიყენება. ძველებური მეთოდით ცომის აფუება ხდება ბუნებრივი საფუარით, ანუ ე.წ. პურის დედით (ხაშით), რომელშიც მრავლად არიან მიკროორგანიზმები სოკოების ოჯახიდან და რძემჟავა ბაქტერიები, ისინი წარმოქმნიან ნივთიერებებს, რომლებიც ინვევენ ცომის აფუებას და ამასთანავე პურს კარგ გემოს და არომატს აძლევენ. სოკოები იკვებებიან ნახშირწყლებით და ფქვილის სახამებელით, მრავლდებიან, წარმოქმნიან სპირტს და ნახშირმჟავა გაზს; რძემჟავა ბაქტერიები ინვენს სხვადასხვა მჟავების (ძირითადად: რძემჟავა და ძმარმჟავა) და სპირტის წარმოქმნას. სპირტი გამოცხობის დროს ორთქლდება, მაგრამ პურს სასიამოვნო არომატს აძლევს. როდესაც ცომში ამ მიკროორგანიზმების მოქმედებით დუღილის პროცესი მიდის და სპირტი და მჟავები წარმოიქმნება, ლპობის გამომწვევი მიკროორგანიზმები ვეღარ მრავლდებიან, ამიტომ სასურველია ბუნებრივი საფუარის ანუ ხაშის ხშირად განახლება, ანუ გამოკვება.

პურის ქარხნებში ძირითადად ხელოვნურად მიღებულ საფუარს იყენებენ. მისი უპირატესობა ისაა, რომ მცირედი რაოდენობის საფუარით, თან სწრაფად, შესაძლებელია დიდი რაოდენობით პურის გამოცხობა. ბუნებრივი საფუარით გამომცხვარ პურს განსხვავებული გემო და სუნი აქვს, ობიც სხვანაირი უჩნდება. ასეთი საფუარის უპირატესობა ისაა, რომ არ შეიცავს საეჭვო დანამატებს და მისით გამომცხვარი პური დიდხანს ინახება. აღსანიშნავია, რომ თუ ხაშით გამომცხვარ ხორბლის პურს ზედმეტად მჟავე გემო აქვს, ამის გამომწვევი შეიძლება იყოს შემდეგი მიზეზები: საფუარი უვარგისია, ხაშის აფუება დიდხანს გაგრძელდა, ცომის აფუება დიდხანს გაგრძელდა და გამოცხობა დაგვიანდა, ხაშის და ცომის აფუება ზედმეტად მაღალ ტემპერატურაზე ხდებოდა (კარგია 18-24 გრადუსი). თუ საფუარს (ხაშს) თეთრი (პირველი ხარისხის) ფქვილით გამოვკვებავთ, ესეც შეამცირებს პურში მჟავიანობას, რადგან რუხი ფქვილის ერთ-ერთი შემადგენელი, ხორბლის კანი შეიცავს ქსილოზას, რომელიც ხელს უწყობს ძმარმჟავას წარმოქმნას. თუ სიმჟავე არ მოგვწონს და ვერაფერს ვუხერხებთ, მისი განეიტრალება შეიძლება მცირედენი საკვები სოდის დამატებით ანდა ხაშის გააქტიურებისას წყლის ნაცვლად სვიის ნაყენის (1 ს.კ. 200 გრ. წყალზე) გამოყენებით, თუმცა სოდის და სვიის გამოყენება დიდი ხნის განმავლობაში არაა რეკომენდირებული.

როგორ მივიღოთ ხარისხიანი ბუნებრივი საფუარი ანუ ხაში? ამისთვის საჭიროა ცომში გავამრავლოთ მიკროორგანიზმები – საფუარები, რომლებიც მრავლად ბუდობენ ხორბალზე, ქიშმიშზე, ღვინის ლექში, ფქვილში... არსებობს ხაშის მომზადების სხვადასხვა მეთოდი, თუმცა მხოლოდ ფქვილითა და წყლითაც შეიძლება საფუარის მიღება. ავიღოთ 4-5 სუფრის კოვზი გამხმარი სვიის ყვავილი (იყიდება სამკურნალო მცენარეების აფთიაქებში, იზრდება მდინარეების შორიანხლოს, ხეებზე ვაზივით შემოხვეული, მოთეთრო-მომწვანო მძაფრსუნიანი გირჩისებრი ყვავილებით, იკრიფება აგვისტოს ბოლოს), ვადულოთ დაბალ ცეცხლზე 200 გრამ დამდგარ, ქლორგასულ წყალში 15-20 წუთის განმავლობაში. 2-3 საათის შემდეგ გადავწუროთ და ნახარშიდან 100 გრამი ჩავასხათ 1-2 ლიტრიან ქილაში, დავამატოთ ხორბლის ან ჭვავის ფქვილი და კარგად მოვურიოთ, ისე რომ სქელი მანვნის მსგავსი მასა მივიღოთ. უმჯობესია ცეხვილი ან მეორე ხარისხის ფქვილი, კარგი იქნება სოფლის, დანამატების გარეშე. სასურველია 0,5 ჩაის კოვზი თაფლის დამატებაც. ქილას დავაფაროთ სახურავი ან ნაჭერი (არა გერმეტულად, რომ ჰაერმა იმოძრაოს), კარგია ხრახნიან სახურავიანი ქილა, ოღონდ სახურავი არ უნდა მოვუჭიროთ, რომ ჰაერმა იმოძრაოს. თუ ჩვეულებრივ ქილას ავიღებთ, შეგვიძლია ლითონის ხუფი დავაფაროთ (რითიც ხუფავენ კომპოტებს, მწნილებს...).

ქილა დავდგათ ისეთ ადგილას, სადაც შედარებით უცვლელი ტემპერატურაა. მეორე დღეს, 20-24 საათის შემდეგ, დავამატოთ 1 სუფრის კოვზი ფქვი-

ლი და შესაბამისი რაოდენობის წყალი (დაახ. 25 გრ. ფქვილი და 25 გრ. წყალი), კარგად მოვურიოთ. ცომს პერიოდულად ამოვურიოთ, დღეში 2-3-ჯერ. ასე გავიმეორროთ მესამე დღესაც. მეოთხე დღეს დავამატოთ 70 გრ. ფქვილი და 70 გრ. წყალი. ცომი ნელ-ნელა (მეორე ან მესამე დღიდან) დაიწყებს დუღილს, ჯერ გაჩნდება ბუშტები, შემდეგ მაჭარივით ადუღდება. მეხუთე დღეს ცომიდან დავტოვოთ ნახევარი, დავამატოთ 100 გრ. ფქვილი და 100 გრ. წყალი. მეექვსე დღეს დავტოვოთ 200 გრ. ცომი და დავამატოთ 100-100 გრ. ფქვილი და წყალი, დილითაც და საღამოთიც, ანუ 200 გრ. საკვები დილით, 200 გრ. ღამით. ხაშის მომზადების პერიოდში ქილაში ცომის რაოდენობა მორევის შემდეგ ქილის მესამედზე მეტი არ დავტოვოთ, რომ არ გადმოვიდეს, ზედმეტი მოვაცილოთ და მცენარეებისთვის სასუქად ვიხმაროთ; რაც დარჩება, იმის გამოკვება გავაგრძელოთ. არსებობს გამოკვების, ანუ საფუარის და საკვების ოდენობის შეფარდების სხვადასხვა მეთოდი, თუმცა ალბათ ამას პრინციპული მნიშვნელობა არ უნდა ჰქონდეს. სავარაუდოდ ჯობია თავიდან 1:0,25, შემდეგ 1:0,5, 1:1, ბოლოს 1:2 ან 1:4. დაახლოებით 6-8 დღეში ახალგამოყვანილი საფუარით პურის გამოცხობა უკვე შეიძლება. საფუარი გამოსაცხობად ვარგისი იქნება, როცა მას სასიამოვნო სუნი და ოდნავ მომჟავო, მანვნის მსგავსი გემო გაუხდება, ის 1:5 გამოკვებისას უნდა გაიზარდოს მინიმუმ ორჯერ. (1:5 ნიშნავს 1 წილი ხაში, 5 წილი საკვები, ანუ ფქვილი და წყალი; მაგ. როცა 200 გრ. ხაშს ემატება 600 გრ. ფქვილი და 400 გრ. წყალი). საფუარის მომწიფების, ისევე როგორც ცომის აფუების ხანგრძლივობა დამოკიდებულია ოთახში ჰაერის ტემპერატურაზე და ფქვილის ხარისხზე. ჭვავის ფქვილისგან საფუარი 3-4 დღეში მზადდება და უკეთაც ინახება. თუ საფუარს არასასიამოვნო სუნი აქვს, კვება უნდა გავაგრძელოთ, ვიდრე ცომში მიკროორგანიზმების საჭირო თანაფარდობა წარმოიქმნება, ანუ ლპობის გამომწვევი მიკროორგანიზმები შეწყვეტს გამრავლებას ალკოჰოლისა და მჟავების ზემოქმედების შედეგად და გამრავლდება საფუარის სოკოები და რძემჟავა ბაქტერიები. საფუარი მომზადების შემდეგაც განაგრძობს დახვეწას, მასში არალ-ახალი სახეობის სოკოები და ბაქტერიები მრავლდება ჰაერიდან და ფქვილიდან, და რამდენიმე თვეში ის უფრო მეტ ძალას შეიძენს. მისი შენახვა შესაძლებელია როგორც ოთახის ტემპერატურაზე, ასევე მაცივარში, ხანგრძლივი დროით. ოთახის ტემპერატურაზე შეიძლება შენახვა, თუ პურს ყოველ დღე გამოვაცხობთ, წინააღმდეგ შემთხვევაში მოგვიწევს ფქვილის ზედმეტი ხარჯვა განახლების დროს, რადგან სითბოში თუ ყოველ დღე არ განვაახლებთ, გაფუჭდება. ამბობენ, რომ ძველად პურის დედას (ხაშს) სიგრილეში თიხის ჭურჭელში ათნლეულობით ინახავდნენ (განახლებით) და რაც ძველი იყო, მით უკეთესი თვისებებით გამოირჩეოდა.

გამზადებული საფუარის ნაწილი შეგვიძლია სქლად მოვზილოთ, მცირე ნაჭრებად (1-2 სმ.) დავანაწილოთ და თევზზე გამოვაშროთ მშრალ ადგილას. ასეთი გამხმარი საფუარი შეგვიძლია დიდხანს შევინახოთ ქილაში ან ნაჭრის პარკში მაცივრის გარეშე და როცა დაგვჭირდება, წყალში გავხსნათ, ფქვილი დავამატოთ და გავააქტიუროთ. ქილაში უნდა შევინახოთ იმდენი საფუარი, რამდენსაც გამოვიყენებთ პურის გამოსაცხობად, დანარჩენი შეიძლება დავარიგოთ, ან გავახმოთ.

თუ საფუარს იშვიათად ვკვებავთ, შეიძლება ის დასუსტდეს ან გაფუჭდეს. თუ მას ძმრის სუნი აუვიდა, უნდა გადავღვაროთ და ახალი გავაკეთოთ. თუ საფუარი დასუსტდა – ცომი ცუდად ფუვდება, ან პურმა ზედმეტად მჟავე გემო და სუნი მიიღო, აუცილებელი არაა ახალი საფუარის გაკეთება. თუ არ გვაქვს გამხმარი საფუარი, ჩვენი საფუარის ნაწილი გადავღვაროთ სასუქის ჭურჭელში, დავტოვოთ დაახლოებით 50 გრამი, დავამატოთ 100 გრ. ფქვილი და ამდენივე სვიის ნახარში. დაველოდოთ აფუება-ადულებას. შემდეგ ისევ გადავღვაროთ, დავტოვოთ 50 გრამი, დავამატოთ ისევ 100 გრ. ფქვილი და 100 გრ. დამდგარი წყალი. ასე გავიმეოროთ დღეში 2-ჯერ 2-3 დღის განმავლობაში, ვიდრე სასიამოვნო სუნს არ მიიღებს და აფუების ძალას არ დაიბრუნებს. ზედმეტი საფუარი ჯობია არ გადავყაროთ და მცენარეების სასუქად გამოვიყენოთ. სვიის გამოყენება აუცილებელი არაა, მაგრამ სასურველია, რადგან მას გააჩნია ძლიერი ბაქტერიოციდული მოქმედება, სპობს არასასურველ ბაქტერიებს და ხელს უწყობს საჭირო მიკროორგანიზმების გამრავლებას და გაძლიერებას. რაც შეეხება თაფლს და შაქრის ფხვნილს, მართალია ისინი სოკოების საკვებია, მაგრამ მათი ზედმეტი რაოდენობით შერევა საფუარს ასუსტებს. პურის გამოსაცხობად ფქვილში დამატებული შაქრის (ან თაფლის) რაოდენობა არ უნდა აღემატებოდეს პურის მასის 5 პროცენტს, ხოლო მარილის რაოდენობა 1 პროცენტს. ცომის აფუებისთვის მაქსიმალური ტემპერატურა არ უნდა აღემატებოდეს 35 გრადუსს.

3. როგორ გამოვაცხოთ პური? სოფლის პირობებში საუკეთესო პური ცხვება თონეში და ფურნეში, მაგრამ ქალაქის პირობებშიც შეიძლება კარგი პურის გამოცხობა. ბინაში პურის გამოცხობის საშუალებებია ელექტრო ან გაზის ღუმელი და სპეციალური პურის საცხობი მონყობილობა. თუ ღუმელში ვაცხობთ, შეგვიძლია ვარეგულიროთ ტემპერატურა და ცომის აფუებაც დავაჩქაროთ, თუკი ღუმელში ტემპერატურის 25-30 გრადუსზე დაყენებაა შესაძლებელი. ღუმელის ნაკლი ისაა, რომ ცომი ხელით უნდა მოიზილოს, მაგრამ პურის საცხობთან შედარებით უპირატესობებია: დიდი ტევადობა, ცხობის დროს ტემპერატურის რეგულირება, დიდხანს მოზელვის საშუალება, რაც პურის ხარისხს აუმჯობესებს. პურის საცხობის უპირატესობაა გამოცხობის სიმარტივე, სისუფთავე და დროის მოგება, რადგან ჩვენ მხოლოდ საჭი-

რო ინგრედიენტები უნდა ჩავყაროთ, დანარჩენს თვითონ აკეთებს, ხარისხი დამაკმაყოფილებელია. ლუმელში გამოცხობისას უმჯობესია ჯერ ლუმელი გავაცხელოთ 240 გრადუსამდე, შემდეგ ჩავდოთ ცომი და 2-3 ნთ. 100-110 გრადუსზე გამოვაცხოთ, შემდეგ 50-80 ნთ. 160-240-ზე. 1 კგ. პურის გამოცხობას დაახლოებით 50 ნთ. სჭირდება, 2 კგ.-ს 70-80 ნთ. თუ ცომს დავყოფთ და ლუმელში პატარ-პატარა გუნდებს გამოვაცხოთ, პური უფრო მალე და უკეთ გამოცხვება. ზოგჯერ გამოცხობის წინ ცომის ზედაპირს დანით ღრმა ზოლებს უკეთებენ. ამბობენ, რომ ასე უკეთ ცხვება. სხვები ლუმელში, ცხობის დროს, დგამენ წყლიან ჭურჭელს ტენიანობისთვის და ცომსაც ნამავენ. ყველას ჯობია, მცხობელმა თავად გამოსცადოს ეს ნიუანსები, ისევე როგორც ცხობის ტემპერატურა, რადგან პრაქტიკა ძალიან სანდო მასწავლებელია.

როდესაც ცომს მოვზელთ, დაახლოებით 50-60 წუთის შემდეგ საჭიროა კიდევ ერთხელ მსუბუქად მოვზილოთ, რადგან მიკროორგანიზმების მოქმედების შედეგად ცომში ჟანგბადის ნაკლებობა წარმოიქმნება, რაც ხელს უშლის მის კარგად აფუებას, ხოლო მოზელის დროს ცომის ჟანგბადით გამდიდრება ხდება.

როდესაც ვაცხობთ ბუნებრივი საფუარით, 600 გრ. ფქვილზე ვიღებთ 150-200 გრ. საფუარს, 320-350 გრ. დამდგარ, ქლორგასულ წყალს, 1 ჩაის კოვზ მარილს. შესაძლებელია 1 ჩაის კოვზი თაფლის და 1 სუფრის კოვზი ზეთის დამატება, პურის გემოს და სურნელების გასაუმჯობესებლად. მეტ ფქვილზე ყველაფრის რაოდენობა შესაბამისად პროცენტულად გაიზრდება. პურის საცხობში ცხობისას აუცილებელია წყლისა და ფქვილის თანაფარდობის ზუსტად შერჩევა, რადგან ცომი მთლიანად ფორმაშია მოთავსებული და წყალი ძნელად ორთქლდება. თუ წყალს დავაკლებთ, ცომი შეიძლება ცუდად აფუვდეს, ან საერთოდ არ აფუვდეს, თუ ზედმეტს ავიღებთ, პური უხარისხო გამოვა, ჩაცომებული. ფქვილისა და წყლის რაოდენობის ზუსტად შეხამება პრაქტიკით მიიღწევა და ფქვილის ხარისხზეც არის დამოკიდებული.

არსებობს ცომის აფუების სხვადასხვა მეთოდი. პროფესიონალი მცხობელები, განსაკუთრებით გემრიელი და სურნელოვანი პურის გამოსაცხობად იღებენ ძალიან მცირე რაოდენობის ხაშს და რამდენიმე ეტაპად ახდენენ ცომის აფუებას, შემდეგ მას რამდენჯერმე ზელენ სპეციალური წესით. ოჯახის პირობებში ჯობს მარტივი მეთოდი გამოვიყენოთ. საფუარის მოსამზადებლად პურის გამოცხობამდე მაცივრიდან გამოვიღებთ ხაშს (ე. წ. სტარტერი), იმავე ჭურჭელში დავამატებთ ფქვილს, შესაბამისი რაოდენობის წყალს და მოვურევთ, ისე, რომ მანვნის სისქის იყოს. თუ ცომისთვის გვჭირდება 200 გრამი საფუარი, ქილაში უნდა გვქონდეს დაახლოებით 100 გრამი ხაში და უნდა დავამატოთ დაახლოებით 100 გრამი ფქვილი და 100 გრამი დამდგარი წყალი (ჯობია 25-30 გრადუსი ტემპერატურის), ისე, რომ ქილაში, მოკლების შემ-

დეგ მუდმივად გვრჩებოდეს 100 გრამი ხაში. თუ გარკვეულ მომენტში გამო-საცხობად 200-300 გრამი საფუარი დაგვჭირდა, ან სხვისთვის გვინდა განაწი-ლება, მაშინ აფუების პროცესი შეგვიძლია ორჯერ გავიმეოროთ. ქილაში ფქვილის და წყლის დამატების და მორევის დროს უნდა დავაკვირდეთ, თუ სითხე სქელია, ცოტა წყალს ვუმატებთ, თუ გათხელდა და კოვზიდან სწრა-ფად იღვრება, ცოტა ფქვილს დავამატებთ, კარგად მოვურევთ, სახურავს და-ვაფარებთ და დაველოდებით აფუებას, ანუ მაჭარივით ადუღებას. ამისთვის დაახლოებით საჭიროა 1-2 საათი. ხაში 20-30 %-ით უნდა გაიზარდოს, რომ პურის გამოსაცხობად ივარგოს. საფუარი შეიძლება სწრაფად ადუღდეს, თუ მას ყოველდღიურად ვიყენებთ და ჰაერის ტემპერატურაც მაღალია. როდე-საც საფუარი მზადაა, გადმოვასხამთ ჭიქაში საჭირო რაოდენობას, დანარ-ჩენს ერთ-ორ საათში ისევ მაცივარში შევინახავთ.

თუ პურს სპეციალურ პურის ელ. საცხობში ვაცხობთ, პურის ფორმაში ჯერ ჩავასხათ საფუარი, შემდეგ წყალი (რომელშიც უკვე გახსნილი გვექნება 1 ჩაის კოვზი თაფლი – აფუებას ხელს უწყობს და პურს კარგ გემოს აძლევს, თუმცა აუცილებელი არაა), შემდეგ ფქვილი, მარილი და ზეთი (არსებობს აზ-რი, რომ მაღალ ტემპერატურაზე ცხობის დროს ზეთი მავნებელ თვისებებს იძენს; მეორე მხრივ, ცომს არბილებს და პურს კარგ გემოს აძლევს. ასეა თუ ისე, მისი გამოყენება სავალდებულო არაა). საცხობი დავაყენოთ მხოლოდ მოზელვის პროგრამაზე (15-20 წთ.), ჩავრთოთ და დასრულების შემდეგ დავე-ლოდოთ ცომის აფუებას. ამისთვის საჭიროა 3-8 საათი (უფრო ხშირად 4-5 სთ., როცა ოთახში ტემპერატურა 24-26 გრადუსია), იმის მიხედვით, თუ რო-გორია ჰაერის ტემპერატურა, საფუარის, ფქვილის ხარისხი. თუ დრო გვაქვს, კარგი იქნება მოზელიდან 1 საათში ან ცოტა ადრე კიდევ გავიმეოროთ მო-ზელვა. სანამ მეორეჯერ მოზელვის რეჟიმს ჩავრთავთ, ცომი ხელით შევა-მონმოთ, თუ მაგარია, ცოტა წყალი დავამატოთ, თუ ძალიან თხელია, ცოტა ფქვილი დავამატოთ და ამის შემდეგ ჩავრთოთ მოზელვაზე.

არ შეიძლება ცომის აფუება ხდებოდეს ღია ფანჯარასთან ან ორპირ ქარში, პროცესი შეწყდება ან დიდხანს გაგრძელდება და პური მყავე გამოვა. თუ იმ ადგილას, სადაც პურის საცხობი გვიდევს, დაბალი ან ცვალებადი ტემ-პერატურაა, პურის ფორმა საცხობიდან უნდა ამოვიღოთ და იქ გადავიტა-ნოთ, სადაც მეტი სითბო და უცვლელი ტემპერატურაა. ფორმას ტილო ან ქა-ლალდის ხელსახოცი დავაფაროთ. როდესაც ცომი ამოვა (დაახ. 3-8 სთ.-ში), ის თავზე მომრგვალებულ ფორმას იღებს, „ქუდს“ იკეთებს. როდესაც ცომი განსაზღვრულ სიმაღლეს მიაღწევს (ამას პრაქტიკით მივხვდებით), ანუ სანამ „ქუდი“ გასწორდება, უნდა ჩავრთოთ გამოცხობის პროგრამა. თუ დავაგვიან-ნეთ, გამოცხობისას „ქუდი“ ჩავარდება და შეიძლება პურმა მომყავო გემო შეიძინოს, თუ გამოცხობა ადრე მოგვივიდა, ქუდი დასკდება, თუმცა ორივე



შემთხვევაში, თუ ძალიან დიდი გადაცდომა არ გვექნა, პურის ხარისხი დიდად არ დაზარალდება.

როდესაც ცომი კარგად აფუვდება და ამოვა (დაახლოებით 2-2,5-ჯერ გაიზრდება, ფორმის ზედაპირს მიუახლოვდება), ჩავრთოთ ცხობის პროგრამა – საათი და თხუთმეტი წუთიდან საათნახევრამდე. ეს დამოკიდებულია საცხობის ტიპზე, ფქვილის ხარისხზე და იმაზე, თუ ვის როგორი პური მოსწონს. უნდა ვიცოდეთ, რომ რუხი ფქვილით (ცეხვილი ან მეორე ხარისხის) მოზელები ცომი თეთრთან შედარებით ნაკლებად ამოდის და პური უფრო მაგარი ცხვება, მაგრამ გემრიელი, სურნელოვანი და სასარგებლოა.

გამოცხობის შემდეგ ჯობს სულ ცოტა 2-3 საათი პური არ გავჭრათ და არ ჩავდოთ დახურულ ჭურჭელში. უმჯობესია მისი მოხმარება მეორე და მესამე დღეს, რომ უკეთ გამოშრეს. ახალი პური ძალიან გემრიელია, მაგრამ კუჭნაწლავისთვის საზიანოა და თანაც სწრაფად იჭმევა. აღსანიშნავია, რომ ბუნებრივი საფუარით და ცეხვილი ფქვილით გამომცხვარი კარგად გამომშრალი პური მაღაზიის პურთან შედარებით ბევრად უფრო მანძირია და ეკონომიურიც.

თუ პურის შენახვა 2-3 დღეზე მეტი ხნით გვინდა (განსაკუთრებით ზაფხულში), ჯობია საყინულეში შევინახოთ და მოხმარებამდე რამდენიმე საათით ადრე გამოვიღოთ. საყინულეში მეორეჯერ შენახვა არ არის სასურველი.

## ღვინო

ღვინის დაყენების შესახებ უფრო იოლია ინფორმაციის მოპოვება, მით უფრო, რომ საქართველოში მრავალ ოჯახში წურავენ ღვინოს. ამის მიუხედავად, ფაქტია, რომ საქართველოს მოსახლეობის უმრავლესობა კარგ და ცუდ ღვინოს ვერ არჩევს ერთმანეთისგან. დამწყებ მეღვინეებს შესაძლოა ქვემოთ მოყვანილი ანბანური რჩევები დაეხმაროს კარგი ღვინის დაყენებაში.

1. ღვინო იწყება ვენახიდან. სასურველია ვენახი არ იყოს დაბინძურებული ხელოვნური სასუქებით, ჰერბიციდებით და სისტემური პრეპარატებით; უმჯობესია, თუ მევენახე მხოლოდ შაბიამანს და გოგირდს გამოიყენებს. ცოტა მეტი გარჯა დასჭირდება, მაგრამ ღვინის მსმელები ნაკლებ მომნამლავ ნივთიერებებს მიიღებენ. შეიძლება ამ შხამებმა ერთ დღეში და ერთ წელიწადში არ იჩინოს თავი, მაგრამ ადრე თუ გვიან გამომჟღავნდება მათი ბოროტმოქმედება, შესაძლოა შთამომავლობაშიც.

ყურძენი უმჯობესია დაიკრიფოს მზიან ამინდში, წვიმიდან სულ ცოტა 2-3 დღის შემდეგ. ჯობია იმ დროს დავინყოთ კრეფა, როცა დილის ნამი გამშრალი იქნება, დაახლოებით 10 საათისთვის. თუ ყურძენს ბლომად შეერია და-

ხეთქილი, დამპალი, დანაცრილი, მკვახე მარცვლები, უხარისხო ღვინო დადგება, ან საერთოდ გაფუჭდება. კრეფის დროს ან დაწურვამდე კარგი იქნება ჩიტებისგან, მწერებისგან, სეტყვისგან, ნაცრისგან დაზიანებული და მკვახე მარცვლები ან მტევნები მოვაცილოთ. ყურძენი უმჯობესია დაიკრიფოს კალათებში ან პლასტმასის ვედროებში, ჩაინყოს ხის ან პლასტმასის ყუთებში და რაც შეიძლება მალე დაინუროს. ვედროები და ყუთები კარგად უნდა იყოს გარეცხილი და გამშრალებული. ყურძენი კარგად შემოსული უნდა დაიკრიფოს, არც მკვახე და არც გადამწიფებული. თუმცა არსებობს გამონაკლისიც, ძირითადად დასავლეთ საქართველოს დაბალი შაქრიანობის ყურძენი, რომელსაც ზამთრამდე ტოვებენ შაქრიანობის მოსამატებლად. როგორც წესი, ურწყავი ვენახების ყურძნისგან უკეთესი ხარისხის ღვინო დგება.

2. ყურძნის დაწურვა ცხადია საწინახელში ჯობს, კურკა და კლერტი არ დაიჭყლიტება, მაგრამ თანამედროვე პირობებში ძირითადად ხელის საწურებს ხმარობენ. უკეთესია ისეთი უცხოური საწურები, რომლებიც ყურძენს დაწურვის დროს კლერტს აცლის. შემდეგ შეიძლება სურვილის შემთხვევაში წვენში გარკვეული რაოდენობის კლერტის დამატება. კარგად შემოსული ყურძნის კლერტი ღვინოს გამძლეობას და არომატს აძლევს. ყურძენი უმჯობესია ქვევრში დაინუროს, მისი არქონის შემთხვევაში მუხის ან უჟანგავი ფოლადის კასრში. პლასტმასის კასრები არაა რეკომენდირებული, ყველა შემთხვევაში რაღაც დოზით შევა ღვინოსთან რეაქციაში. თუ სხვა გზა არაა, ჯობია წვენი პლასტმასის ჭურჭელში 10-15 დღეზე მეტ ხანს მაინც არ გავაჩეროთ. კასრს აუცილებლად უნდა ეფაროს თავსახური, მაგრამ არა გერმეტულად. უმჯობესია, თუ ქინქლა ვერ მოხვდება სითხეში, ამისთვის მარლას ან ცელოფანს იყენებენ. დარევა ჯობია დღეში რამდენჯერმე, მინიმუმ დილა-სალამოს. ეს საჭიროა მარცვლებიდან წვენის გამოსადენად, წვენში თანაბარი ტემპერატურის შესანარჩუნებლად და იმისთვის, რომ ჭაჭა არ გაშრეს და არ დამჟავდეს. კასრში დაახლოებით 20-25 % უნდა იყოს ზემოთ თავისუფალი ადგილი, რომ დუღილის დროს მაჭარი არ გადმოიღვაროს. სასურველია დუღილი ისეთ სათავსოში ხდებოდეს, სადაც ნაკლებად იქნება ტემპერატურის ცვალებადობა, ძალიან მაღალი ან ძალიან დაბალი ტემპერატურა, ასევე საჭიროა სათავსოს ხშირად განიავება, რადგან დუღილის დროს გამოყოფილი გაზები საშიშია ჯანმრთელობისთვის. კარგი იქნება, თუ წვენის დუღილის ტემპერატურა იქნება 20-24 გრადუსი. ამის გაზომვა შესაძლებელია სპეციალური თერმომეტრით. თუ საჭიროება მოითხოვს, უნდა მოხდეს სათავსოს დათბუნება ანდა გაგრილება განიავებით. თუ ღვინოს ჭაჭაზე ვაყენებთ, როდესაც ჭაჭის ქუდი ჩავარდება, ეს იმის ნიშანია, რომ აქტიური დუღილი დასრულდა და ღვინო ბოცებში უნდა გადავიღოთ. ბოცებში ცოტაოდენი ადგილი უნდა დავტოვოთ, რომ ღვინო არ გადმოვიდეს, რადგან ბოცებში გადაღებული ღვი-

ნო, როგორც წესი, 2-3 დღეში ძლიერად აღუდდება და შემდეგ ნელ დუღილს გააგრძელებს.

3. ბოცებში გადაღებიდან 5-7 დღის შემდეგ ღვინო ისევ გადავილოთ და ბოცები პირამდე შევავსოთ. ბოცებს დავაფაროთ ერთჯერადი ცელოფანის პარკები და თავი მოვუკრათ რეზინით ან ძაფით. შემდეგ კიდევ გადავილოთ ერთ თვეში და რეზინის ბუშტები დავაფაროთ, შემდეგ გადავილოთ ორ თვეში. შემდეგ კარგი იქნება გადაღება მარტის დასაწყისში, შემდეგ მაისის ბოლოს, შემდეგ სექტემბრის დასაწყისში. ბოცებს ჯობია რეზინის ბუშტები ეფაროს (კარგად გარეცხილი), რომ ფარული დუღილის დროს არ გასკდნენ.

კარგი ღვინის დაყენებისთვის რამდენიმე მთავარი პირობაა საჭირო: კარგი ჯიშის, კარგ ამინდში დაკრეფილი, ჯანსაღი და მწიფე ყურძენი, ყურძნის დროულად და დაუზიანებლად ტრანსპორტირება, სუფთა ჭურჭელი, ხშირი მორევა დუღილისას, დროული გადაღება დაღვინებისას და გრილი, სუფთა სათავსო. უმჯობესია სათავსოში (სარდაფში) ტემპერატურა იყოს 11-14 გრადუსი, მერყეობა 2-3 გრადუსი, ტენიანობა 60-80 %. თუ ღვინოს ერთ ნელზე მეტი ხნით არ ვინახავთ, ტემპერატურა 18 გრადუსამდე შეიძლება ავიდეს, მინიმალური – 4 გრადუსი. 24 გრადუსზე ზემოთ ღვინო სწრაფად შეიცვლის თვისებებს და გაფუჭდება. ღვინოს აფუჭებს ყინვაც. თუ ღვინის სპირტიანობა 12 პროცენტია, 6 გრადუს ყინვაზე ის გაფუჭდება, გემო შეეცვლება. ანუ ყინვა არ უნდა მიუახლოვდეს სპირტის პროცენტის ნახევარს. არ შეიძლება ღვინოსთან ერთად ძმრის, მწნილების, ვიჩინის, თევზის, ძეხვის, ყველის, ნივრის, ხახვის, საღებავების და სხვა მძაფრსუნიანი პროდუქტების შენახვა. ღვინოზე ცუდად მოქმედებს სინათლეც, განსაკუთრებით მზის სხივები. ღვინის დაძველება, ისევე როგორც დაყენება, დამოკიდებულია ყურძნის ჯიშზეც და იმაზეც, თუ როგორი ტიპის ღვინო გვინდა მივიღოთ.

თუ ღვინო დაბალ გრადუსიანია, სითბოშია და ჰაერთან აქვს თუნდაც მცირედი კონტაქტი, შეიძლება ადვილად დაძმარდეს ან ჰკე გაიკეთოს. დაძმარებას ვერ ვუშველით, ხოლო ჰკეს დროულად უნდა მიხედვა. ჭურჭელში უნდა ჩავყოთ პატარა ძაბრის ფეხი და ძაბრში ნელ-ნელა ჩავასხათ ჯანსაღი ღვინო. ჰკე გადმოვა და ამის შემდეგ ჭურჭელი გერმეტულად უნდა დავხუროთ და სიგრილეში შევინახოთ. ზოგჯერ, გაფუჭებისგან დასაცავად, ღვინის ზედაპირზე მცირე რაოდენობით სპირტს ან არაყს ასხამენ.

4. საეკლესიო საჭიროებისთვის ღვინო განსაკუთრებული წესით მზადდება. ღვინო უნდა იყოს ნატურალური, დანამატების გარეშე და წითელი (ჯობია მუქი წითელი). სასურველია იყოს გემრიელი და ტკბილი. იმისთვის, რომ ღვინო ბუნებრივად ტკბილი დარჩეს, მისი შაქრიანობა სულ ცოტა 27-28 % მაინც უნდა იყოს. ასეთი ტკბილი ყურძენი იშვიათია, ამიტომ არის ორი გზა. ან ვენახში მწიფე მტევნების ყუნწები უნდა გადაიგრიხოს, რომ მარცვლებს წყალი

აღარ მიეწოდებოდა, ანდა კარგად დამნიფებული ყურძენი უნდა დაიკრიფოს და 15-30 დღის განმავლობაში თაროებზე გაფენილი ან დაკიდებული გამოშრეს მზეზე, ან ისეთ სათავსოში, რომელიც კარგად ნიავედება, და ამის შემდეგ დაინჟროს. 25 % შაქრის დაშლით მიიღება დაახლოებით 14-15 % ალკოჰოლი, რომელიც მოკლავს საფუარის სოკოებს და ღვინოში შაქრის დაშლა და დუღილი შეწყდება, ღვინოში დარჩება დაუშლელი შაქარი და შედეგად ვიღებთ ბუნებრივად ტკბილ ან ნახევრად ტკბილ ღვინოს. ზემოთ მოხსენებული წესი პრაქტიკაში საკმაოდ ძნელი განსახორციელებელია, ამიტომ დღეს, ვისაც წირვის დროს ტკბილი ღვინის გამოყენება სურს, უმეტეს შემთხვევაში წითელ ღვინოს უმატებენ ბადაგს, ანუ ცეცხლზე დადუღებულ ყურძენის ტკბილ წვენს. მართალია ეკლესიაში არ არის დადგენილი, რომ საბარძიმე ღვინო აუცილებლად ტკბილი უნდა იყოს, მაგრამ თუ ის მჟავია, ან არასასიამოვნო გემო აქვს, ბავშვებმა შესაძლოა ზიარება არ მიიღონ და სასულიერო პირი განსაცდელშიც ჩააგდონ.

აღმოსავლეთ საქართველოში კარგ საბარძიმე ღვინოს ძირითადად საფერავისგან ან თავკვერისგან აყენებენ, დასავლეთში – ოჯალეშისგან, ალექსანროულ-მუჯურეთულისგან და ოცხანური საფერესგან. იზაბელას (ადესა), დირბულას, ვაქირულას და სხვა მდარე ჯიშების გამოყენება არ არის მიზანშეწონილი. საბარძიმე ღვინო უნდა დადუღდეს ჭაჭასთან ერთად, რომ მუქი ფერი მიიღოს. კლერტების დიდი ნაწილი ჯობია გამოვაცალოთ, რომ ღვინომ ფერი არ დაკარგოს და მომწარო გემო არ მიიღოს. აუცილებელია და ძალიან მნიშვნელოვანია, ღვინის ჩასხმის წინ ჭურჭელი კარგად გამოირეცხოს და დაინრიტოს.

ღვინის დაყენებისას დეზინფექციის მიზნით სათავსოში და ღვინის ჭურჭელში გოგირდს აბოლებენ, ხოლო ქარხნებში ღვინოშიც უმატებენ გოგირდს. თუ ყურძენი ჯანსაღი და ტკბილი იყო, მშრალ ამინდში დაიკრიფა და ღვინოს სუფთა, გრილ ადგილას კარგად დახურულ, პირამდე შევსებულ ჭურჭელში შევინახავთ, ის გოგირდის გარეშეც არ გაფუჭდება. ვინც ღვინის ბოთლებში ჩამოსხმას და გაყიდვას დააპირებს, მას გოგირდის გამოყენებაც მოუწევს, რომ ღვინო მაღაზიაში ან ტრანსპორტირებისას არ გაფუჭდეს, მაგრამ ის იმდენად უმნიშვნელო რაოდენობით უნდა მოიხმაროს, რომ ღვინის გემოს და სუნს ოდნავადაც არ ეტყობოდეს.

ვლადიმერ (ლადო) წამალაშვილი