

برنج سەرپشكا خوارنانا

مونەيەد تەيب



برنج خوارنەكا سەرەكى يە ل دەف پتر ژ نيشا خەلكى
گۆيا زەمىنى و سەرپشكا خوارنانە ل دەف مە و ل دەف
گەلەك گەلین دى يین ئاسيا وەك گەلین چینی و ھندى
و يابانى.

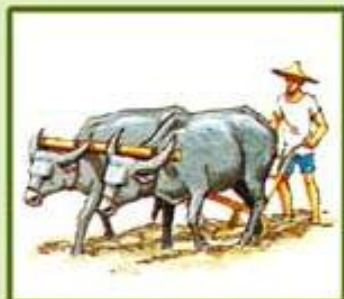
پتر ژ ۹۰% (نۆت ژ سەدى) ژ برنجى ل كيشوھرا ئاسيا دەيتە چاندن ، برانیا وى ژى
ھەر ل ویرى دەيتە خوارن. ئەمريكا ژى گەلەك برنجى دچينيت لى پرانیا بەرھەمى
خۆ دفرۆشیتە وەلاتین دى ژ بەر كۆ ل ئەمريكا و ئەورپا برنج گەلەك نا ھیتە
خوارن.
ل كوردستانى ژى برنج دەيتە چاندن و برنجى كوردى ب تايبەتى جوړى شەشمەھى
برنجەكى نافدارە ب باشى و خوشيا خۆ.



نامادەكرنا زەقيين برنجى..



جوتيار شتلين برنجى ب ھيلين
راست و ژيك فر دچينن.



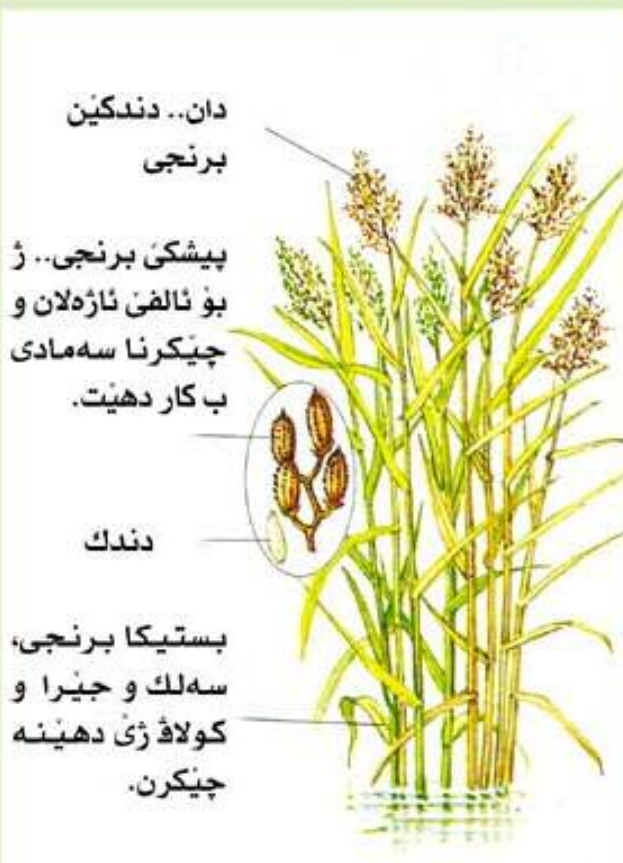
ل گەلەك وەلاتین ئاسيا، زەقى
ب گامیشان دەيتە كيلان و
باشى ئافى بەرددەنە سەر.



باشى دەيتە قوتان و بېژينك و
موخل كرن.



پشتى سى يان شەش ھەيفان
برنج دەيتە دروون.





برنج ل ئاف زەقىيىن
داگرتى ژ ئافى دەيتە
چاندن و بستىكىن وى
د خلولەنە و ب رىكا
وان بستىكا ئوكسىجىن
دگەهيتە رھىن بنا
برنجى.



ئاف ھارىكاريا
برنجى دگەت ژ بۇ
كو شىن ببىت ھەر
وہسا ناھىلىت گيا
ل بەر بنىن وى
شىن ببىت.

ل وولاتىن پىشكەفتى وەك
ئەمريكا، برنج ب رىكا ماكىنان
دەيتە چاندن و دروون.



ھەر وەكى جەوا گەنم د سايلىويان دا دەيتە
پاراستن برنج ژى وەسا د مەخزەمان دا
دەيتە پاراستن دا كىزك و كرم لى نەدەت.



ژ برنجى گەلەك جۇرپىن خوارنى دەيتە چىكرن وەك سىپاگەتى (رژدە)، كىك، چىنپىن تەنك،
ئەم ژى ل كوردستانى ژ بلى كو برنجى دگەلىنىن و دگەل
ئافكىن جودا، جودا د خوين ژ بۇ كوتلكان ژى ب تايىبەتى
(كوتلكىن حەلەبى) و رھكا ب كار دىنىن.
برنج ژ بلى خوارنەكا خۇشە، گەلەك ماددەپىن پىويست
ژ بۇ لەشنى مە ژى تىدا ھەنە.

