

گەنمۆك

مۇنەييەد تەيب



گەنمۆك يان گەنمى شامى، ل گەلەك وەلاتىن جىھانى، وەك وەلاتىن ئەفرىكا و ئەمىرىكا باشۇر و باكۇر، خوارنا سەرەكى يە. گەنمۆك دەيتە ھىران و ژ ئارى وى چەند جۆرەكىن ناننى دەيتە چىكرن. ھەر وەسا ژ گەنمۆكى زەيت ژى دەيتە دروستكرن و ئەو زەيت ژ بۇ خوارنلىناتى و زەلاتان ب كار دەيت. ژ بۇ شىنبوونا گەنمۆكى گەلەك ھەتاف پىويستە ژ بەر ھندى گەنمۆك ل وەلاتىن گەرم و نافىنجى دەيتە چاندن. ھەلبەت گەلەك جۆرىن گەنمۆكى ھەنە چ وەك رەنگ و چ وەك فورمى گولىن.



گەفا مەزن..

ل وان وەلاتىن گەنمۆك دەيتە چاندن، ترسا ھەرى مەزنا جوتياران كولى يە كو ھندەك جاران رەقىن وان رادىن و چ د زەقىن وان ناھىلن. بۇ زانين، رەقىن كولى ھندەك جاران ژ (۵۰) ھزار مىليۇن كولىان پىك دەيتن و ئەو جەھى بەرى وان بىكەقىتى چ شىنكاتى لى نامىنىت و گەلەك جاران كولى بوويە ئەگەرا كولىب و خەلايىن مەزن و ب دەھان بەلكو ب سەدان ژى ھزار مەزنا ژ بىرسادا مەينە.



گەنمۆك خوارنا سەرەكى يە ل نافەند و باشۇرى ئەمىرىكا و ھەر وەسا ل گەلەك وەلاتىن ئەفرىكا. گەنمۆك ل وەلاتىن پىشكەفتى ب ماكىنان دەيتە چاندن و دروين و ل وەلاتىن پاشكەفتى ژى ب دەستى.



پشتى گەنمۆك دەھىتە دروين، ھندەك بۇ تۆۋى دەھىتە
ھەلگرتن و يىدى بۇ خوارنى و پاشماوھىيىن وى ژى
ژ بۇ خوارنا ئاژەلان دەھىتە بەرھەققىرن.

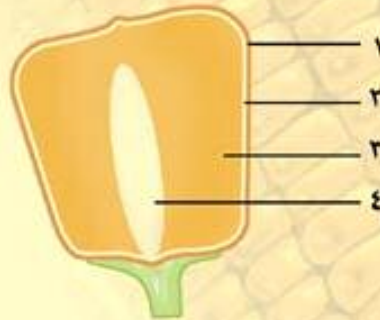
پىكھاتا دندكا گەنمۆكى

دندكا گەنمۆكى ژ چار تەخەيان پىكدھىت:
۱- تىقل.

۲- تەخەيەكا پروتىنى.

۳- تەخەيەكا شەكر و نشايى.

۴- كاكلك كو زەيت ژى دەھىتە چىكرن.



سالانە (۱۵۰) مليون تەن ژ گەنمۆكى ل جىھانى
دەھىنە بەرھەمەيىنان.

ل ويلايەتىن ئىكگرتىيىن ئەمريكا پتر ژ (۷۵) مليون تەنان
دەھىنە بەرھەمەيىنان ئانكو پتر ژ نىقا بەرھەمى
ھەمى جىھانى.



ئەفە ھندەك ژ جور
و رەنگىن گوليا
گەنمۆكى نە.



كەپر ژمارە « ۳۷ »