

# دا دەستین تە با سەرنج راکیش بن

خاتینا دەلال: دا دەستین تە ھەردەم د سەرنج راکیش بن، فەن کەرستان بکار بیئە و تو دشی ل مال بۆ خوە دروست بکە. بۆ خودانی وە دەستین پیستی وەن ھشک فی تیکەلە ی بۆ خۆ دروست بکە:

ئا: نازک  
بەر واری

## خەمەل و جوانم

- ۱ - کاجکی بچویک ژ ھنگینی.
  - ۲ - کاجکین مەزن ژ زەیتا زەیتوونان.
  - ۱ - کاجکی مەزن ژ زەیتا کونجیان.
  - ۱ - کاجکی مەزن ژ زەیتا باھیشان.
  - ۱،۲ - کاجکی مەزن ژ کلسرین.
- رینکا چیکرنا وی:

ل دەسپیکێ دێ ھنگینی کە یە نامانەکی و داننە سەر ئاگرەکی رەحەت و ھیدی تاکو روژن دەبیت، پاشی دێ کلسرین و وەن زەیتین دی کە یە سەر، دێ باش تیکەل و تیکشە دە ی، پاشی دێ کە یە شوپشەکی و ھەلگری و ھەمی شەفا وی د دەستین خوە دە ی، و روژ بۆ روژی دێ جوانی ژ دەستین خوە بیئە.

## بۆ روونکرنا دیمێ تە

فیقی بی سروشتی تاییبە تەندیا خوە یا ھە ی بۆ روونکر و گەش کرنا دیمێ تە و دێ تە ژ ھەمی ئاریشین قورمچاندنی قورتال کەت. ئە فجا فەن فیقیان بەردەوام بکار بیئە. ل ھەر پیستەکی فیقی خوە بی تاییبەت بی ھە ی، ئەوژی ب فی رەنگی:

- باجانسۆرک: بۆ ئەھیلانا پرسک و پرسکین گەنجینی.
- فراولە: بۆ وی پیستی ھشک. ژ بۆ ھەلکیشانا فەژینا دروست.
- تری: بکار بیئە ئەگەر دیمێ تە بی دوھنی بیت.
- ئەناناس: ژ بۆ ئەھیلانا قورمچینی و ھیلین مری ل سەر سەر و چاقان.
- مۆز: بۆ وی دیمێ نازک و ھەستیار.
- پرتەقال: بۆ وی پیستی شۆربوی.