

AR
[NAZKOD] GORDU MUTI [NIULE]
MALTYS APVĪNEIBYS POGOSTŪS





Sastuodeituoji Skaidrīte Svikša, Edgars Blinovs

Korektore Maruta Latkovska

Maketātuojis Māris Justs

Projekta vadeituoja Inga Čekša-Ratniece

Projekta nūsaukums “Senču iedīņu tradicejis Maltys apvīneibys pogostūs” (“Senču ēdienu tradīcijas Maltas apvienības pagastos”)

Izdeviejs – Maltys apvīneibys puorvaļde

Tekstus latgaliskuoja, folklorys materialus atlaseja i vuordu skaidruojumus sagatavuoja Skaidrīte Svikša. E-gruomotā izmuntuoti saimineicu īsyutātī recepti, īprīšk salaseitī nūvodpietnīceibys i 2023. goda folklorys ekspedicejis materiali nu Feimaņu, Lūznovys, Maltys, Ūzulainis, Pušys i Sylmolys pogosta.

Fotografejis – nu receptu autoru personeigūs kruojumu i ekspediceju materialu foto (autors Māris Justs).

© Skaidrīte Svikša, teksts, 2023

© Edgars Blinovs, teksts, 2023

© Māris Justs, dizains, 2023

AR [NAZKOD] GORDU MUTI [NIULE] MALTYS APVĪNEIBYS POGOSTŪS

LAI DZEIVE GARŠOJ!

Laika patmalis samaļ atminis, leidza ar jom ari realejis, kas nazkod beja ikdīna, – tradicejis, dorbareiki, ari iedīni. Var vīneigi raudzeit saglobuot tūs vysūs īspiejamūs veidūs, kū ļaun myusu dīnys. E-gruomota ir breineigs formats, tys zeimoj, ka Maltys apvīneibys sešu pogostu īdzeivuotuoju līceibys i ituos pusis ļaužu atminis iz vysim laikim paliks.

Ar itū izdavumu aicynojam īsapazeit i moš kod sataiseit iedīņus, kaidus itymā Latgolys pusē (myusu – Maltys apvīneibys purovaļdis sešūs pogostūs) taiseja seņuok i taisa ari niule, kod ir pavaicuots sovom babeņom voi īsavārts receptu kulinaruo montuojuma boguoteibu skreīnē.

Ir skaidrs, ka izauguse jau vysmoz vīna paaudze, kura nu myusu seņču iedīņu moz kū ir paraudzejuse, lai gon tī ir bejuši vyseistuokī taupeibys, izdzeivuošonys minimuma i veseleibu saglobojūši iedīni, jo beja dabeigi.

20. godu symta ūtruos pusis bārnu bierneibys garšā i smuordā ir: auzu puorslu kompetys (ponnā laidynuojom cukru, bērem īškā auzu puorslys i korstys taisejom piceņuos i lykom atsaļt); ari drusku pastuoviejs bīzpīns karsejūt palyka par taidu staipeigu gordumu; samārcāta, cukrā apviļuota malnuo maize i batons, mārcāts soldonā pīnā i apcāpts nu obeju pušu; jaunpīna sacapums – tys pyrmpīns beja tik bīzs, ka izacepe i izavēre kai torts. Vēļ, izaruoda, ka beja laiki, kod ītyna avīzē siļči i iz korstu ūgļu lyka cept. Kotrā saimē kai montuojums i pruoatā kai atminis palics kas sovs – unikals, ar kotrys saimineicys dalyktom niansem.

Daudz receptu ar vysaidim nūsaukumim figurej Latgolā, pīmāram, “zūsteņa, pukuči, kuģelis, kvašelina jeb aukstā gaļa, komas, irbītes, ubagu pirkstiņi, purva buča, žīdu cepurītes, pildīts ķirbis” i cyti [10]. Tys vyss ir daļa nu latgalīšu rokstu volūdys boguotuo pyura! Da šam Maltys apvīneibys puorvaļdis pogostūs kulinarais montuojums ir apzynuots viņ daleji (Ūzulainis pogostā nūtykuses ekspediceja i izveiduota videoeifilma “Paaudzēs saglobuotuoitī iedīņu recepti Ūzulainī (Senejuos kuknis montuojums)”, Maltys pogostā izdūta brošura “Maltas gardēži” (2022) ar senejūs iedīņu i tūs myusdīneiguotim receptim. Deļtuo itys e-izdavums byus lai ari

mozs, bet vystik vārā jamams danasums vysu sešu pogostu kulinarūs boguoteibu apzynuošonā.

Paļdis par paleidzeibu receptu vuokšonā: Anitai Laizānei, Ernai Ulasei, Silvijai Pīgožnei, Inai Tučei, Līgai Ratnikai, Santai Ostašai. Paļdis saimineicom, kurys atsasauce aicynuojumam i dalējēs ar sovu dzymtu i personeigajim receptim. Nu Feimaņu pogosta: Olga Gruzde, Elizabete Vaičuka, Skaidrīte Babre, Erna Ulase, Sholastika Svikša. Nu Lūznovys: Lilita Urža, Marija Gudele. Nu Maltys: Rita Siņavska, Terēzija Svikša, Regīna Pranča, Tatjana Surgante, Natālija Koroļonoka, Marija Podnieka, Olga Orlova, Inga Zeile, Silvija Paraščiņaka, Aļbiņa Lukjanova, Jadviga Okuņeviča. Nu Pušys: Antoņina Babre, Marija Runtovska, Marija Vaičule, Skaidrīte Šņukute. Nu Sylmolys: Janīna Beleviča, Natālija StafECKa, Larisa Šļahta, Anita Laizāne, Valija Svikša. Nu Ūzulainis: Ināra Blinova, Marija Jurkova, Rasma Lizinska, Janīna Skrauča, Maruta Batare, Vija Terentjeva, Raisa Počkajeva, Vita Sandore, Natālija Čistjakova, Olga Vinokurova, Valentina Mališeva, Marija Vertinska, Valentīna Cucure, Vera Ogurcova, Silvija Mežore, Antoņina Greivule, Santa Ostaša. Paļdis receptu īsyutātuojim: Līgai Ratnikai (par babys Valijas Liukes receptu, Puša), Dacei Gaigalai (par babys Annys Gaigalys (Sylmola), tāva krustamuotis Marijis Vulis (Malta) i tāva muosys Genovefys Strodis (Sylmola) receptim); Robertam Ružam (par tāva Stanislava Ruža (Sylmola) receptu), Andram Zelenkovam (par tāva Pītera Zelenkova (Malta) dzymtys receptu).

Itymā e-gruomotā atrassit 85 receptus nu 50 saimineicu iedīņu pyura. Mainuos laiki, mainuos ari recepti, bet palīk – montuojums, par kura saglobuošonu asom atbiļdeigi myusu senču priškā. Deļtuo ar itū izdavumu Maltys apvīneibys puorvaļdis pogostūs receptu apkūpuošona ir tikai suokusīs. Lai dzeive garšoj!

Gruomotys sastuodeituoji.

GORDUO KLASIKA

Capumi "Rūzeitis"	11
Žagareni/Hrusti	12
Vafelis/vapelis	13
Capumi "Caur galis mašynu"	14
Auzu puorslu keiseļs	15
Dzērviņu keiseļs	16
Kurkuleits	17
Zacirka	18
Guļbu kļockys	19
Muļtina kļockys	20
Kuopustu kļocku zupa	21
Bīzpīna klimpys	22
Murcovka	23
Guļbys ar linsāklom	24
Bīzputrys	25
Grūbu gryudiņš	26
Vyltuotais začs	27
Galis rulets	28
Ašņa/putruomu dasa	29
Sātys dasys	30
Zīmyssvātku golda dasys	31
Kaļtejamais sīrs	32
Vuorātais* pylņpīna sīrs	33
Bīzpīna boltais sīrs	34

Vuorātais bīzpīna sīrs	35
Maizis recepts	36

SOLDONĪ IEDĪNI

Kukolkys	38
Kokorkys	39
Perniki	40
Gorūznīki	41
Maizis blīni	42
Babka [rudīņa deserts]	43
Soldonais plovš	44
Maslenicys blīni	45
Pluonī blīni	46
Melase-patoka	47
Cukrabīšu marmelads	48
Svātdīnis bīzpīnmaize	49
Kukuruzys dasa	50
Šokolada dasa	51
Malnais peirāgs	52
Peirāgs ar varenni	53
Lūdeitis ar puorsteigumu	54
Bumbenis ar kompetom	55
Soldonī sīreni	56
Babys Manis capumi	57
Ola capumi	58

Sīra capumi	59
Bīzpiņa capumi	60
Vareniki	61
Uoņu pluočņš piec babys recepta	62
Bārnuduorza torts	63
Torts ar mannys kremu	64

GALIS, DUORZUOJU, ZYVU IEDĪNI

Kuortom lyktī salati	66
Cyuku pupu kotleti	67
Teļa stuļteišu galis sīrs	68
Oknu sīrs cyukys muogā	69
Pyldāta muoga	70
Raibeiši	71
Cepelini	72
Cepelini iz plitys	73
Cepelini ar mogonom	74
Dzeraunis stuļci	75
Vuoreitu guļbu rauseiši	76
Guļbišnīki	77
Siļčys zūste	78
Iedīņš “Kai by boguots?!”	79
Glužņovys iudiņa rūzis	80
Virīņš ar kaltātom zivteņom	81
Grīziņu virīņš	82

Ryuguļš ar spresnū	83
Guļbu-kabaču blīni	84
Guļbu blīni ar “Mačanku”	85

DZIERĪNI

Aroneju sula	87
Kopejs nu ūzula zeļu	88
Sātys ola vuoreišona	89
Latgolys koņjaks	92
Izmontuotuo literatura	93

Daži leksiski precizējumi:

buļve (izlūksnēs ari guļba, buļba, guļbi, uļbiki) – kartupelis
 čipierkstneits – škipšniņa
 drušlags – caurduris
 grīziņš – kālis
 krokmeļš, stierkeļš – kartupeļu ciete
 lizeika – ēdamkarote
 lizeiceņa – tējkarote
 vidolca – dakša
 mīlis – raugs
 muoga, trybuks, silicers – kuņģis
 ozbors – miežu putraimi
 stuļteits – stilbiņš
 virīņš – zupa

GORDUO KLASIKA SAIMĒS IZ GOLDA I ATMIŅUOS

CAPUMI "RŪZEITIS"

Agruok bez itūs capumu naiztyka nivīnys kuozyš, krystobys, bēris. Tī goldā beja gūda vītā.

Ūlu sakuļ ar 1 lizeiku cukra, daber čīpierkstneiti* suoļa, vanilina cukru, 3 lizeicenis šņaba, 1 gluozi pīna, īsejoj 1 gluozi myltu, labi samaisa i dalej 3 lizeikys soldonuo kriejuma. Vysu vēļ reizi labi samaisa. Meiklei juobuot taidai kai deļ pluonūs blīnu. Tū pamat iz 15 minutu.

Labi sakarsātā eļļā līk capumu formeiti i ari labi sakarsej (tys ir nu svora, lai narautu kluot meikli). Tod korstū formeiti da malenis īmārc meiklē i līk korstajā eļļā. Kod capumeņš gotovs, tys pats „atlāc” nu formenis. Gotovū izstruoduojumū līk iz salvetis, lai īsasyuc līkī tauki. Tod kuortoj capumus traukā i apber ar pūdercukru. (**Rasma Lizinska**, Ūzulainis pogosts)



“Rūzeitis” bez šņaba: 125 g myltu, 2 ūlys, 1 lizeika cukra, 125 g pīna, 50 g soldonuo kriejuma, vanilina cukrys, suoļš, eļļa capšonai.

Sajauc ūlys ar cukru, dalīk myltus. Pa mazeitem dalej pīnu i soldonū kriejumu. Saīt taida škeista meikle. Sakarsej eļļu i tymā karsej formeņu. Cap gaiši bryunys. Gotovys rūzeitis apkaisa ar pūdercukru. (**Rita Siņavska**, Maltys pogosts)

* Čīpierkstneits ir seneja miervīneiba, kas roksturoj taidu svoru voi daudzumu, kas ir četrūs rūkys pierstūs pajamams.

ŽAGARENI/HRUSTI



2 ūlys i 3 ūlu dzeltenumi, 1 lizeika šņaba, myltus ber tik daudz, lai būtu pastyngra meikle. Vysu labi sameica, izveļ cīši pluonu, lai voi cauri speid. SAGRĪŽ žagareņūs, cap eļļā. Atdzysušus boguotai apkaisa ar pūdercukru. (**Janīna Beleviča**, *Sylmolys pogosts*)



200 g myltu, 1 ūla, pus gluozis skuobuo kriejuma, 1 lizeika cukra, 2 lizeikys šņaba, suoļs, eļļa vuoreišonai, pūdercukrys apkaiseišonai.

Ūlys ar cukru saputoj, dalej šņabi, skuobu kriejumu, kas samaiseits ar sodu, tūlaik daver kvīšu myltus i sameica. Meikli izveļ i sagrīž 4–5 cm plotuos i apmāram 10 cm garuos slūksneitēs, tod izgrīž rombeņus, kurim vyducī ar nazi īgrīž caurumeņu i izver tam cauri – kai sītu cilpeņu. Capumus līk sakarsātā eļļā i cap gaiši bryunus. Atdzysušus kuortoj traukā i puorkaisa ar pūdercukru. (**Rita Siņavska**, *Maltys pogosts*)

VAFELIS/VAPELIS*



5 ūlys, 1 gluoze cukra, 250 g svīsta, pus lizeicenis suoļa, vaniļs cukrys, apmāram gluoze myltu.

Izkausej svīstu. Ūlys saputoj ar cukru i vaniļa cukru, tom dalej atdzasātu svīstu. Lieneitem daber myltys. Vapelis capam specialā formā. Tymuos var pīlikt kremu voi vuoreitu ībīzynuotū pīnu. (**Valija Svikša**, *Sylmolys pogosts*)

*Niule ēsim toru,
vāluok kotrys soru.*

* **ari vafelis, vaplis.** Vafele – pluons capums ar rūtenveida rokstu. Aizajimts nu vuocu ‘waffel’ voi nu kaida vuocu volūdys dialekta, kur vuordam saisteibā ar ‘wahe’ – rūtenis, laukumeni. [1]

CAPUMI “CAUR GALIS MAŠYNU”



Smilšu meiklei: 250 g margarina vai svīsta, 250 g cyuku tauku, 3 ūlu dzaltonumi, 200 g skuobuo kriejuma (var vairuok), 1 gluoze cukra, drusku sodys, citrona sulys, ap 500 g myltu.

Bļūdā īsejoj myltus, cukru, capamū puļveri, dalīk svīstu i taukus. Nu vysa ituo sasataisa myltu druponys. Beiguos dameica kluot ūlu, kriejumu, taisa vīndabeigu bīzu masu. Meikli vajadzātu īlikt ladaskapī iz 30 min. Capumus taisa caur specialom formeņom, kas īlikamys galis mašynā. Cap sakarseitā cepeškruosnē 180°C gaiši bryunys. **(Terēzija Svikša, Maltys pogosts)**

*Kas agruok siej anzys,
tys agruok daboj keiseli.*

AUZU PUORSLU KEISEĻS*

Auzu puorslys aplej ar vuoreitu, atdzysušu iudini, ļaun nūstuovēt 2 dīnys. Tod nūkuoš, izspīž caur marli. Nūkuostū škeistumu (tumi) sylda iz mozys guņš (90°C) apmāram 15 min., dalīk suoli. Ād atdzysynuotu, dadzer soldonu iudini voi pīnu. **(Lilita Urža, Lūznovys pogosts)**



Krušku auzu puorslu aplej ar syltu iudini. Līk syltā vītā, lai īskuobst (apmāram piec dīnnakts voi agruok, juosaver, voi ir gaisa burbuleiši, tod var masu karsēt). Lej vysu kotlā, dalīk piec garšys suoli i maisūt karsej. Kod masa suok brīst, jam nūst nu guņš. Lej marlē, kas īkluota duršlāgā (caurdurī), sajam marlis golus i ar lizeiku izspīž traukā, kas palykts apakšā. Nūlīk vāsumā, lai sasavalk i atdzīst. Ād ar soltu pīnu. **(Babys Valijas Liukes receptu īsyuteja Līga Ratnika, Pušys pogosts)**



200 g auzu puorslu, 0,5 l sylta iudiņa. Auzu puorslys aprlej ar syltu iudini, pamat, lai īskuobst apmāram iz 2–3 dīnu. Tod auzu puorslys nūkuoš caur marli i aizvuorej. Jo maisūt taisuos kunkuli, tod vēļ dalej nadaudz iudiņa. Salej nalelūs traukūs, dūd atdzist. Ād, dadzerūt cukra iudini.

*“Myusu sātā tū taiseja gavieņa laikā. Pīmiņu, kai bļūdenis ar jau gotovu keiseli tyka lyktys sūpluok vīna ūtrai iz palūdizis atdzisšonai. Vysbīžuok tū ēdem ar cukra iudini i garšuoja cīši labi.” **(Regīna Pranča, Maltys pogosts)***

* **Keiseļs** (ķiselis, ķisēlis, ķisenis, ķisene) – aizgivums mynāts 18. gs. latvišu vuordineicuos ar nūzeimi ‘skuoba auzu putra’. Myusu dīnu nūzeimi – ‘ar stierkeli ībīzynuots soldonais iediņš nu augļu voi ūgu’ – vuords dabuoja viņ 20. gs. [1]

DZĒRVIŅU KEISEĻS



„Iz acs”: sauve dzērviņu, puors lizeikys cukra (cik kuram pateikt), apmāram 1 litrys iudiņa, puors lizeikys guļbu cītis. Dzērvinis nūskoloj, saspaida, izspīž sulu. Masu lik vuoretīs. Piec kaidu 10 minutu dalik cukru, soltā iudinī atjauc krokmeli. Vysu aizvuorej. Keiseli lik trauceņūs i padūd kūpā ar mannu voi eistu dzeraunis putukriejumu. (**Ināra Blinova**, Ūzulainis pogosts)



Sauve ūgu, dažys lizeikys cukra, krokmelš i iudiņš. Bet nazkod itys gordais i veseleigais dzierīņš tyka taiseits cytaižuok. Pyrma

vajadzēja dzērvinis salasēt, deļ tuo septembrī sīvys, jaunīši, pusaudži, bārni devēs iz pūru. Zīmā dzērvinis globuoja soltumā iz čardaka, pīlikamajūs, kai ari traukūs ar iudini. Bet cukrys tyka aizstuots ar cukrabītem. Tuos sovā duorzā audzēja kotra saimineica. Kod sasagribēja keiseli, nu cukrabīšu vyra soldonu dzyru. Nūlaupātuos bītis sagrīze lelūs gobolūs, īlyka čuguna kotlā, pīlēja da augšys iudini i lyka sakarsātā t.s. “krīvu ceplī”, kur tū varēja pamest iz vysu nakti. Bītis sutynuojuos, atsadaleja sula i vyss škeistums kotlā palyka cīši soldons. Tū nūtacynuoja i lyka kai soldynuotuoju skuobajā dzērviņu keiselī. Beiguos lyka krokmeli. No reivātu guļbu taiseja daudz vysaidu iediņu. Izspīžūt reivātys zalis guļbys, škidrums tyka nūstuodynuots, vairuokys reizis maineits iudiņš. Trauka dybynā palykušū krokmeli kaļtēja i globuoja sausā vītā. Tei ari tyka izmontuota keiselim. (**Marija Jurkova**, Ūzulainis pogosts)

KURKULEITS

1 litrys kefira, 200 g soldonuo kriejuma, vaniļa, 200 g cukra, 30 g želatina.

Želatinu uzbrīdinoj. Soldonū kriejumu saputoj ar vanilinu i cukru, dalej kefiru, vysu labi samaisa. Izlaidynuotu želatinu kuorteigi īmaisa īškā. Vysu salej formeņuos. Līk ladaskapī, lai sarecej. Ād ar keiseli. (**Antoņina Babre**, Pušys pogosts)

*Buramvordī “Keiseli vuorejūt”
Jo grib, lai keisels byutu cīts, juosoka:
“Riku, ruku, keiseli ar nazi grīzdams.
Ar nazi grīžams, ar ciervi ciersāms,
Ar apkoltu kumelū pa viersu braucāms.”” [8]*

Traukā īber myltus i lieneitem, labi maisūt, lej pīnu, cikom saīt meiksta, vīnveideīga masa. Katleņā aizvuorej iudini i daber nadaudz suoļa. Kod iudiņš vuorejās, ar slapņu lizeiku jam sataiseitū masu pa nalelim gabalenim i laiž iudinī. Vysu laiku maisa, lai nepīdagtu. Vuorej, cikom gabaleni pasaceļ izviersa. Ar putu lizeiku tūs līk bļūdā i puorlej ar soltu pīnu. (**Vija Terentjeva**, Ūzulainis pogosts)



Katleņā īlej 1 litru iudiņa, dalīk suoli i cukru piec garšys. Nu kvīšu myltu i iudiņa taisa gaiseigys puorslys: īber kvīšu myltus bļūdeņā, sataisa dūbeiti i pa druskai dalej iudini, vysu samaisa ar pierkstim. Gorduoka i tumeiguoka zupa izīt tod, kod taisa seikys myltainys puorslenis, navys leluokus gobolus. Kod iudiņš suok vuoreitīs, klimpys ar vīnu rūku laiž iudinī, ar ūtru vysu laiku maisa. Dalej 1 litru pīna i maisa, cikom izavuorej. Piec garšys dalīk gabaleņu svīsta. (**Babys Valijas Liukes** receptu īsyuteja Līga Ratnika, Pušys pogosts)

* **Zacerka**, zacirka – vuords aizajimts nu krīvu vai boltkrīvu volūdys. Pīna viriņš puorsvorā nu cītys myltu meiklis druponom. “Miltu kunkulišu zupa”. [1]

Itū iedīni myusu babys bieži viņ taiseja guļbu rakšonyš tolkai.

Sareivej guļbys iz smolkuos reivis, nūtacynoj līkū sulu. Dalīk suoli i labi samaisa. Ar rūkom vylynoj bumbenis – kļockys. Kod katleņā aizavoriejs iudiņš, kļockys svīž vuorūšā iudinī. Vuorej, cikom gotovys (tuos pasaceļ iz viersa). Tod dalīk pīnu, suoli piec garšys i vēļ reizi aizvuorej. Var dalikt svīstu. (**Antonina Greivule**, Ūzulainis pogosts)



*Ēd, ciļvieceņ, Dīva dūtū maizi i runoj sovā
muotis mēlē, esi taisneigs i patīss.*

Guļbys sareivej iz smolkuos reivis, nūtacynoj sulu. Trauka zamuškā palykušu stierkeli ģimaisa atpakaļ guļbu masā, dalīk suoli, piec garšys. Nu masys ar rūkom taisa bumbenis. Tuos vuorej iudini, cikom pasaceļ iz augšu, var pavuorēt vēl dažys minutys. Pyrms iesšonys dalej pīna. (**Marija Gudēle**, Lūznovys pogosts)

Maizis naieds vādara napībnozsi.

Tys ir senejs iediņš, kū taisiejuši myusu senči kotrā Latgolys sātā, jo kuopusts ir lāts, daejams i cīši veseleigs duorzuojs.

Svaigu kuopustu lopys smolkai sakopoj i sautej, cikom palīk meikstys. Nūlej iudini, ļaun atdzist. Dalīk 2 ūlys, suoli, drusku izlaidynuota svīsta, myltus, cikom sasataisa vīndabeiga masa, nu kurys var izviļuot kļockys. Kod katleņā suok vuoreitīs pīns, svīž kļockys vuorušā pīnā. Zupa gotova, kod tuos izmaun iz viersa. (**Janīna Skrauča**, Ūzulainis pogosts)

* Originalajā recepta nūsaukumā figurej klimpys.

Radzams sajukums vuordu klimpys i kļockys lītuojumā. Deļtuo nalels skaidruojums:

Kļockys (ari kločkas, kļocki – klimpas). Aizgivums nu pūļu volūdys vuorda ‘kloski’, ari krīvu – “kljocka”, kas, sovukuort, nu vuocu – “klos” – pyka, klimpa, kams. Reivātu guļbu zupa ar pīnu (L.Latkovskis, 1937) [1]. Kļockys ar bīzpīnu (taisa Vija Kudiņa Aglyunā), sauc ari *kļockenis*, *asuškys*, *bigalkys*, *kukolkys* – Dīnvydlatgolys gūdu iediņš [11].

Klimpys - ģopols meiklis, ari reivātu guļbu veiduojumš (ar voi bez piļdejuma), kū vuorej iudini, aizgivums nu boltvuocišu ‘klümpe’. [1]

Knēdeļi – guļbu klimpys, aizgivums nu vuocu volūdys vuorda ‘knödel’. [1]

Sacynuojumš – Latgolā par kļockom vairuok runoj kai par guļbu zupu (virīni), a klimpys ir myltu iediņš.

BĪZPĪNA KLIMPYS*



Taisa meikstu rauga meikli. Savylynoj deseņā. Sagrīž gabaleņūs. Ar rūkom, izberūt myltus, taisa pluocineišus. Tymūs īlīk biezpīna piļdejumu (bīzpīnam dalīk ūlu, cukru, drupeit suoļa, vaniļu). Malenis salypynoj kūpā. Līk ceptīs capeškruosnē. Gotovus salīk katleņā. Puorlejar soldynuotu kriejumu, lai ir puorsagti. Sutynoj iz mozys guņs (cytreiz ceplī). Padūd syltus. (**Natālija Koroļonoka**, *Maltys pogosts*)

“Ar itū iedīni tradicionali cīnoj Ondrupinis lauku sātā. Pymū reizi tuos iežu taņtis Ļolis Koroļonokys taiseityš. Poša taisu vīnkuoršuoūtū variantu I saucu “Slynkuos kļockys”.” (**Marija Podnieka**, *Maltys pogosts*).

“*Slynkuos kļockys*”. Meikli iz reizis taisa ar bīzpīnu. Peiriedzeņus cap capeškruosnē. Līk traukā, aplej ar kriejumu i sutynoj. Var ari modernai – mikroviļņu plitā. Dažys minutys i gotovs. Vīneigi vajag specialā mikroviļņu plitai dūmuotā traukā, tys ītaupa laiku.



* Originalajā recepta nūsaukumā saimīnecai figurej vuords ‘kļockys’.

MURCOVKA*

Rudzu maizi sagrīž kubiceņūs. Smolkai sagrīž seipūlu. Maizi sajauc ar seipūlim, dalīk drusku suoļa i puorlej ar lynsāklu eļļu, kas nadaudz atjaukta ar vuoreitu, atdzysušu iudini (var ari naatjaukt). Lynsāklu ellis vītā var izmontuot kriejumu. (**Lilita Urža**, *Lūznovys pogosts*)



Pus litrā solta, bet vuoreita iudiņa saber kubiceņūs sagrīztu sabrīdušu rudzu maizi, smolkai sagrīztu seipūlu, suoli piec garšys i vīnu lizeiku lynsāklu ellis (vyslobuok). (**Maruta Batare**, *Ūzulainis pogosts*)

* **Murcauka** (murcovka, murce) – vuords aizajimts nu krīvu volūdys vuorda ‘murcovka’ voi boltkrīvu – ‘murcouka’. Murcovka skaitejuos naboga laužu i cītūmniku iedīns. Lobs iedīns gavieni dūšys “dasišonai” i suotam (Latgales pavārgrāmata). Murcauku tautā palaidš kaidš Tulys’irūču meistars, kuram vajadzījs par mozu naudū seitaī pabaruot vysod izsolkušūs muocekļus. [1]

Itys zemņikim ari beja vīns nu gavieņa iedīņu. Vuoreja guļbys ar vysu myzu (munderī). Cepeškruosnē iz sausys ponnys, regulari apmaisūt i naļāunūt pīdegt, labi apgrauzdēja linsāklys. Sausys, korstys sāklys tyka sasmolcynuotys ar pīsteņu da smolku gryudu konsisteņcis. Tūlaik puorbēra kūka voi muola blūdā, vīgli pasuoleja, labi izmaiseja. Roduos smolks, aromatiskys linsāklu maisejums. Syltys nūlaupātys guļbys mērcēja voi apviļuoja itymā maisejumā i ēda kūpā ar skuobātu kuopustu voi suoleitu ogūrču rosolu. Jo gribēja, varēja dakūst skuobātu ogūrči voi ar eļļu sataiseitus skuobātus kuopustus ar smolkai sagrīztim seipūlim. (Marija Jurkova, Ūzulainis pogosts)

Jannuo sīva zrona mnotei:

- Nazynu, delkno munam veiram napatyka putra, kura beja piec Tova recepta taiseita? Pastuosti, lyudzu, vēl reizeiti.

- Parysam vīnkuorši. Iber iudini putruomus i vuorej...

- Ā, ti beja vēl i juorvuorej...



Grūbu bīzputra. Grūbys vairuokys stuņdis miercej soltā iudinī. Tod vuorej. Pymū iudini nūlej, puorlej ar vuorušu iudini i turpynoj vuoreit, pasuolej. Vuorej, cikom putraimi palīk meiksti. Atseviški gatavej pasiejumu: būrkuonus, seipūlus nūlaupa, sieņs (vyslobuok baravikys, bakys) nūteirej i sagrīž kubiceņūs. Apcap garšvīluos būrkuonus, piec laiceņa dalīk sieņs i goal – seipūlus. Pasiejumu dalīk gotovajai bīzputrai, samaisa, karsej. Dalīk svīsta pykuci.



Ozbora (mīžu putruomu) bīzputra.* Suoleitā iudinī vuorej ozboru. Juoivāroj, ka iudinam viers putraimu juobyt ap 2 cm. Kod iudiņs suoc vuoreitīs, samazynoj syltumu da minimuma, vuokam cīši juonūsadz kastrūšs. Vuorej, cikom putruomi meiksti. Vuoku līku reizi nataisa vaļā. Pa vydu bīzputrai sataisa īdūbumu, kurā ilīk mērci: izlaidynoj svīstu, tam dalīk skuobu kriejumu. (Tatjana Surgante, Maltys pogosts)

* Ozbora bīzputra agruok bejs svareiguokais latvišu iediņs, kas nūslēdze kotru dorbu, kai apsiejeibys, apļuoveibys, apkiuleibys i tt. Ar bīzputru svineja ari kotra leluoka audakla gobola nūjimšonu nu stelļu. Bīzputrys beja divejaidys – tauku i pīna. Tauku bīzputrys laiks beja nu Mikeļu da Muorys dīnai (pavasara Muorai), kod suocēs pīna laiks. Nu Jura dīnys i da Bārtuļa dīnai bīzputrā beja parostais svātdīnis pušdīņu iediņs. Kod bīzputra beja, nikod goldā navareja likt maizi. [3]

Nu vysu iediņu diveji – putra i kuopusti – pazeistami vysuos Latvejis moluos” (raksteja “Dīnys Lopa” 1891. godā). Cyttautiši latvišus asūt saukuši par putrikim. [1]

GRŪBU GRYUDIŅS

Atsevišķi sacap cyukys paviederis gobolu ar seipūlim. Grūbys izmozgoj i ļaun kaidu laiku sabrīst. Viers guņskura lelā kotlā lej iudini i tymā īber grūbys. Kod suoc vuoreitīs, nūsmeļ putys. Piec garšys daber suoli. Kod grūbys da pusei meikstys, līk kluot guļbys, kas sagrīztys, vyslobuok, saļmeņūs. Verās, lai iudiņa nabyutu par moz. Vysu laiku maisa ar kūka meņti. Kod jiut, ka grūbys i guļbys ir gotovys, verās, voi līkais iudiņš ir iztvaikuojs? Tūlaik kotlā līk sacaptū gaļu, labi samaisa, ļaun garšom “sasadraudzēt” i vēļ kaidu laiceņu pasutynoj. Čīši seits i gords iedīņs. (**Ināra Blinova**, Ūzulainis pogosts)

*Buramvordī “Lai putra nadadagtu”
Vuorejūt dzīd:
“Vuorīs, katleņ, met mutuleiti,
Vacaīs doncoj raibom biksem!” [8]*

VYLTUOTAIS ZAČS

Molta gaļa, suoļs, pypari, casnāgi, ka nav korsts laiks, līk smolkai sagrīztus seipūlus, ūlys. Ka garšoj, var čymynus. Vysu labi sameica, dalīk smolkūs gabaleņūs sagrīztu sīru. Taisa īgaronu formu i cap cepeškuorsnē. (**Janīna Beleviča**, Sylmolys pogosts)



Putrys viņ paineds, sīna napīpļausi!

GALIS RULETS



Ruletam vajag molty cyukys gali. Kluot lik suoli, pyparus, smolkai sakopuotus seipulus i casnāgus, lizeiku krokmeļa (guļbu cītis), drusku mannys, reivātus navuorātus būrkuonus i čymynus. Var dažaiduot, dalīkūt, pīmāram, kubiceņūs sagrīztu cītū sīru. Masu kuorteigi samaisa, ityn soltā iudinī samārcātā marlis gabaleņā i lik vuoreitīs. Kod ruodīs, ka rulets gotovs, korstu lik zam slūga iz apmāram 12 stuņžu. (**Vija Terentjeva**, Ūzulainis pogosts)

Gryuši paštrudnosī, garšēigi pašiesī.

AŠŅA/PUTRUOMU DASA

Agruokajūs laikūs kotrā dzeraunis sātā iz Zīmyssvātku beja kaunama cyuka. I nu tuos vyss tyka izmontuots – nikas napalyka puori, tikai zornu saturs tyka izguozts māslainē. Feimanīšim rakstureigi, ka dasuos lyka reivātus navuoreitys guļbys, bet ni ar kaidom garšvīlom daudz naaizaruove – lyka tikai suoli i pyparus.

Kaunūt cyuku, daboj ašni i cyuku zornys, kurys teik kuorteigi izmozguotys, ar tupu nazi ūtrā pusē ryupeigi izkaseitys. Mīžu putruomus vard lelā kastrūlī gondreiž da gataveibai. Reivej iz rupuos reivis guļbys, dīzgon daudz. Var gabalenim sagrīzt kapceitu špeku voi izmontuot grapškys*. Vysu samaisa lelā bļūdā, daber suoli i pyparus, eipašu garšvīlu – smerdeleitis**. Masu pylda zornuos i sagatavi lik iz ponnys, sadūrsta ar odotu mosuokus, ar vidolcu leluokuos zornys i lik lelajā (t.s. krīvu) ceplī ceptīs. Dasys ir gotovys, kod palīk tynsi bryunys. Bet pyrms iedīņa pasnīgšonys vēļ lik iz ponnys i taukūs apcap. Ar itū iedīni tyka nūdrūšynuoti tyvuokī rodi i sābri. Dorba pi gatavuošonys beja daudz, bet tys beja rykteigs zemņiku iedīņs i cīš gords. (**Erna Ulase**, Feimaņu pogosts)



* **Grapškys**, ari grapši – bryuni izlaidynuoti tauku gabaleni.

****Smerdeleitis** bīži jauc ar *desu zāli* (*majorānu*). Ašņa dasuos mes likam *mataino sievmētru*. Sinonimi/apvydovuordi: smerdele (Mazzalve), vēderzāle (Nereta), desu zāle (Akniste, Gārsene).



Tikkū nūkautys cyukys zornys teirej, mozgoj i ģmārc soltā suoļa iudinī. Gatavej piļdejumu. Var sareivēt navuoreitys guļbys, dalikt ar seipūlim sacaptys škvarkys*, suoli, pyparus i dēt** dasuos, izmontojūt uzgali, kurs izvylkts iz eipašys itam nūlyukam dūmuotys cauruleitis galis maļamajā mašynā. Piec nalelu pūsmeņu dasu puorsīn ar dīgu. Dasu vuorej suoļa iudinī, piec tam apcap cyuku taukūs da bryunai gorūzeņai. Var piļdeit ar patraknuoku kotlešu masu. Ka kotlešu masa byus līsa, dasys izīs sausys i

mozsuleigys. Var kotlešu masai dalikt vuoreitus driču putruomus. (*Ināra Blinova, Ūzulainis pogosts*)

* Škvarkys – mozi sacapti špeka gabaleni [5]

** Latgolā procesu, kod masu pylda zornuos sauc par “dasu diešonu”, respektivi – dasys diej.

1 kg moltys galis, 100 g rysu, casnāgi, seipūli, timians, pypari, suoļs.

Casnāgus, seipūlus pyrma apcap, lai gorduoki, tod sajauc kūpā ar puorejom garšvīlom, rysim i moltū gali i diej zornā (myusu laikūs tuos var nūpierkt galis veikalūs, tiegā i cytur). Sapiļdeituos dasys var pyrma nūvuoreit, tūlaik acept iz ponnys, bet var ari pa taisnū cept ceplī 180–200°C temperaturā apmāram 40 minotys. (*Silvija Mežore, Ūzulainis pogosts*)

*Paieds teiruos rudzu maizis,
i aštrokst kai vylks piec jāra abāda.*



Sylda saskuobušu pylņpīna ryuguli (ryugušpīnu). Lobuokai garšai dalej 60 gradu temperature siļdeitu kriejumu. Napuorkarsej, lai nav drupons. Dalik čymynu i suoļa. Nūlej marlē voi lyna drēbis treisstyureitī. Ka moz suoļa, paber vēļ pa viersu. Itū sīru var ēst tai, var kaļteit. (**Olga Gruzde i Elizabete Vaičuka**, Feimaņu pogosta gūdu saimineicys [12].)

10 litrus pylņpīna līk virt, īber čymynus. Sasyt 10 ūlys, dalej pīna, kab saītu litrys ituo sastuova. Juonūgiun šaļteņa zam vuoreišonuos i juodalej ūlu masa. Kod, ar lizeiku paceļūt, redzim, ka ūla korstuma apgiuta, līkam lizeiceņu cytronskuobis. Ka grib, kai tū dareja agruok, tod lej sulenis (t.s. sūkalas). Tys byutu ekologiski teiruoks produkts. Suleņu vajag 3 litrus iz 10 litru pīna. Ka atsadola dzaltonzalis sulenis, gotovs. Tod dreizai lej iz samārcātys marlis. Dalik suoļa 2 lizeikys bez kaudzis, dreizai izmaisa. Zam slūga navajag ilgi turēt. Var taiseit ari soldonū sīru ar sausajim auglim, rozinem. (**Olga Gruzde i Elizabete Vaičuka**, Feimaņu pogosta gūdu saimineicys [12].)

Lobuok sora maizis gorūza, nakai svešs peirāgs.

* Latgališu rokstu volūdā ir vuordi **virt**, **viršona**, **vyrts**.

BĪZPĪNA BOLTAIS SĪRS



10 litri svaiga ryugušpīna (lauku pīns), 1 lizeika suoļa. Saīt 1–1,3 kilogrami sīra.

Kotlā lej ryugušpīnu, sylda iz mozys guņs. Šaļtim lieneitem maisa. Kod bīzpīns sasavalk i paseceļ iz kotla viersa, atsadola sulenis, bīzpīnu lej iz drušlaga* voi sītā īkluotys marlis, nūtacynoj. Syltu bīzpīnu līk bļūdā, daber suoļa, var dalikt čymynu, apjauc. Masu līk marlē, ityn, līk zam slūga iz 8–12 stuņžu, sīrs gotovs. Var tū labi itreit ar suoli, iteit marlē, pakuort vītā, kur nav saulis, i tī lai kolst. (**Marija Runtovska**, Pušys pogosts)

Nav maizis bez gorūzys.

VUORĀTAIS BĪZPĪNA SĪRS

6 litri pīna (lauku), 600 gramu bīzpīna (tys juosamaļ), 50 g svīsta, 3–4 ūlys, 1 lizeiceņa suoļa, 1 lizeiceņa čymynu.

Taiseišonys laiks – apmāram stuņdi. Izīt apmāram kilograms sīra.

Kotlā karsej pīnu. Kod tys sakorst apmāram da 80–85 grādu, dalīk bīzpīnu, karsej, maisa, cikom atsadola sulenis. Masu nūlej iz marlis, nūtacynoj katleņā, izlaidynoj svīstu, dalīk bīzpīna masu, suoli, ūlys, čymynus. Karsej i vysu laiku maisa, cikom masa palīk vīndabeiga i suoc viļktīs kūpā. Kotla saturu līk iz marlis traukā, kas sīram dadūs formu. Viersā līk nalelu slūgu. Sīram vajag atdzist i tys ir gotovs. (**Marija Runtovska**, Pušys pogosts)





Pusi "kīgeleiša" smolkai sadrupynoj, puorlej ar litru ryugušpīna (kefira), dalīk 1 lizeiku čymynu, čipierkstneiti suoļa, cukru piec garšys. Apsadz ar dvīli un nūlīk iz 1-2 dīnom.

25 g mīļu (rauga) izškeidynoj syltā iudinī. Masai līk kluot mīlis, dasejoj myltus, vysu labi izmeica. Apsadz i nūlīk syltā vītā saryugt.

Taisa divejus kukuleišus, cap 50 minotys 180°C. Kod maizi izjam, aplaista ar syltu iudini i apsadz ar dvīli, lai dzīst. (**Antoņina Babre, Pušys pogosts**)

SOLDONĪ IEDĪNI

DVĒSELIS PIĻCIEŠONAI

*Buramvordī "Lai maize labi ryugtu".
Piec sameiciešonys maizi nūglanda i, apkaisūt
ar myltim, skaita:
"Ryugsti, muna maizeite,
Kai vylkys pyurenš.
Kai vylkys pyurenš,
Kai ornojvādars."!* [...]





6 ūlys, 2 pacenis svīsta, pus litra kriejuma, suoļs, mīlis (raugs).

Meikli izvylynoj i ber viersā mogonys ar cukru. Grīž meikli treisstyureišūs i tyn nu plotuokuo styura iz augšu – lai saīt sateits kai zeidaineits veistūkneitī (laikam deļ tuo taid nūsaukums dūts). (**Sholastika Svikša**, Feimaņu pogosts)



Guļbu kukolkys. Maruta Batare nu Ūzulainis pogosta pīmiņ, ka agruok bīži tyka taiseitys cytys “kukolkys” – na capumi, bet guļbu iedīņs, kū taisa itai.

Guļbys izvuorej ar vysu myzu. Korstys nūteirej, sameica, dalīk drusku suoļa i myltu, lai palyktu elasteiga, vīnveideiga masa. Iz golda paber myltus i izviļoj “dasu”. Sagrīž gabaleņūs. Svīž vuorūšā iudinī. Kod “kukolkys” pasaceļ iz viersa, tuos ir gotovys. Ād ar skuobu kriejumu voi škvarkom.

Rudzu mylti, suoļs, iudiņs. Var dalikt čymynus.

Ļaun paryugt (baba lyka iz nakti – nu vokora da reita). Cap cepeškruosnē kai lelūs blīnus (diametrs 15 cm, bīzums 2 cm). Cap, cikom palīk gaiši bryunys. Cepe t.s. krīvu ceplī. Duhovkā, dūmoju, ari var, bet temperaturai juobyut grādi 160, na vaira, cytaižuok sadegs. (**Tatjana Surgante**, Maltys pogosts)

Mads soldonnoks par vysu.

500–600 g myltu, 250 g sviesta, 1,5 gluozis cukra, puse gluozis mada, 3 ūlys, 1 lizeika garšvīlu: kaniēls, krystnaglenis, ingvers, malnī pyperi (vyss vīnaiduos daļuos), 1 lizeiceņa sodys, 1 gluoze pīna; 50 g mandeļu (voi cytu rīkstu), rozīnis, vīgis, drusku krokmeļa.



Lelā bļūdā aizvuorej pīnu ar madu, cukru, garšvīlom. Labi samaisa, dūd atdzist. Pakuopeniski dalīk myltus (da bīza krema konsisteņcis). Dalīk sodu, ūlys dzaltonumu, rīkstus, arī krokmeli, lai rīksti vīnmiereigi sasadola meiklē, bet nakreit iz apakšu. Beiguos vīgli dalīk saputuotus ūlu boltonumus. Meikli lej formā. Cap apmāram 50 minotu 180°C. Soltu var puorlīt ar šokoladu, apkaiseit ar pudercukru.

Atminis par itū iedīni atceļuojušys nu zyrgu posta stacejis laiku, kod Maltā (Borovajā) zyrgu posta stacejis āstuvē 20. gs. 30. godūs cīš gordi asūt bejuši četrstuyrainī perniki – soldonuo maizeite. Itū receptu pīduovuoja maltīte, pūlīte **Jadviga Okuņeviča**, bet praksē izmieginuoja i kai Maltys

kulinarū montuojumu pīduovoj školuojoja Rita Siņavska (Maltys pogosts).

Itū iedīni naatrassit nivīnā povuoru gruomotā, jo tys radīs myusu babys vyrtuvē. Pamatā ir rudzu maizis gorūzys. Kotrā sātā reiz cepe rudzu maizi (pīmiņu, kai mamai iz pīris pasaruodēja svīdru lasis, meicūt maizi!). Reizem maizeitei palyka puoru gorūzenis, kurys mama ryupeigi izkaļtēja i salyka burkā. Myusim, bārnim, gorūznīki cīš garšuoja, tī beja soldoni, ar izteiktu rudzu maizis garšu.

Gorūzenis aplej ar labi syltu iudini (drusku), lai rezultatā rostūs pabīza masa. Kluot daber cukru (piec garšys), vīnu ūlu i drusku kvīšu myltu. Var byut ari drusku sodys. Veidoj vīndabeigu mekli i cap ponnā kai blīnus. Labi garšoj ar čymynu čaju. (**Regīna Pranča**, Maltys pogosts)

200 g boltuos maizis, 100 g pīna, 3 ūlys, 30 g tauku, 5 g cukra, suoļs, muskatriksts, iudiņs.

Maizi izmiercej iudinī, nūspīž, dalej pīnu, dalīk ūlys, suoli, cukru i muskatrikstu. Masu sastruodoj. Čap korstūs taukūs. Padūd ar kriejumu voi svīstu. (**Albiņa Lukjanova**, Maltys pogosts)

- Tera nabeja sātā. Kur bizinieji?!?
- Piec maizis skrieju.
- Nu i?
- Nadadzynu...



Uobuli, kaltāta malnuo maize, kriejums, svīsts, cukrys.

Maizi satryn myltūs. Uobuļus nūteirej i sagrīž gabaleņūs. Kotlu īškā sazīž ar svīstu. Babku līk kuortom: uobeli, cukrys, kriejums, maize, cukrys, kriejums. Traukā līk, cikom tys pylns, īvārojūt kuortu seceibu. Čap cepeškruosnē. Ād ar pīnu. (Babys **Annys Gaigalys** receptu īsyuteja Dace Gaigala)



500 g rīsa, 200 g "Lobi pupeņu" (var arī boltuos pupenis), 1 lizeiceņa suoļa.

Pupenis izvuorej. Rīsus arī vuorej, 2 minotys pyrms tī gotovī, dalīk vuoreituos pupenis, vysu samaisa i nūkuoš iz drušlaga. Tod līk katleņā i īlej ap 100 g augu ellis. Līk iz lānys guņs, izlīk vuoku, zam kura palykts dvīļš (iz 30 minotu).

Taisa soldonū piļdejumu: 100 g lelūs aprikožu, 100 g mozu aprikožu, 150 g dzaltonūs roziņu, 100 žuovātu šlivu. Pyrma kaltātūs augļus sagrīz četruos daļuos iz īmārc iudinī.

Jam 200 g vuoreitys jāra galis, suoli, 200 g seipūlu, sagrīztu mozūs gabaleņūs. 150 g svīsta, da zaltainai kruosai apcap seipūlus, dalīk gaļu. Kūpā cap 10 minotys, tod dalīk vysus augļus i 100 g cukra. Iz mozys guņs sautej 30 minotys. (**Olga Orlova**, Maltys pogosts)

300 ml pīna, 20 g svaiga rauga, 4 lizeikys cukra, 3 lizeikys ellis, čīpīrkstneits suoļa, 340 g kvīšu myltu, eļļa cepšonai.

Sasylda pīnu (lai nav cīš korsts). Raugam daber 1 lizeiku cukra, dalej 50 ml sylta pīna, vysu samaisa. Nūlīk molā, lai īsadorboj īraugs. Atlykušajā syltajā pīnā īlej eļļu, daber puorejū cukru, suoli, īsejoj pusi myltu. Rezultatā meiklei juobuot paškidrai. Kod īraugs ir pasalelynuojs tylpumā vysmoz 2 reizis (parosti kaidu 15 minušu laikā), tū dalīk meiklei. Īsejoj atlykušūs myltus, samaisa. Meikli vyslobuok maiseit ar kūka lizeiku. Meiklis bļūdu puorsadz ar dvīleiti, nūlīk syltā vītā ryugt. Kod meikle saryuguse (apmāram piec 30 minutem), sakarsātā eļļā blīnu masu ar lizeiku līk iz ponnys i cap zaltaini bryunus.



Ar itim blīnim kotru godu Maslenicys/Meteņu dīnys pasuokumā cīnoj Ūzulainis pogostā. (**Vita Sandore** i **Natālija Čistjakova**, Rēzeknis nūvoda Ūzulainis pogosta Līpu pamatškolā)



250 ml pīna, 100 ml iudiņa, 2 ūlys, 2 lizeikys cukra, ¼ lizeiceņa suoļa, 1 lizeika ellis, 220 g myltu, 5 g vanilis cukra. Piļdejumā – uobuli ar kaneli, bīzpīns voi upiņu īvuoriejums. (**Olga Vinokurova**, Ūzulainis pogosts)

Olgu pogosta ļauds pazeist kai fantastisku suolejūs i soldonūs kļiņgeru, buļceņu, gordu tortu i torteņu (kūku) meistari.

*Ceļu policisti vysod prasa, voi asot dziers.
Koc reizi byutu pajrasiejs, voi asot ieds?!*



Nu iztvaicātūs cukra bīšu tyka dabuots gords, veseleigs iedīņs – melase. Piec soldonuos sulys nūlīšonys, tvaicātūs bīšu gabaleņus otkon ilyka čuguna kotlā, ībēre nūteiktu daudzumu dzērviņu, vysu samaiseja i iz ūtrys dīnys čuguna kotlu ar tuo saturu lyka na cīš korstā ceplī. Tī itei masa sautējuos jau kūpā ar ūgom, īgiustūt bīzuoku teksturu i pateikamu soldskuobu garšu. Piec izjimšonys nu ceplā masu puorlēja pīmāruotā traukā, atdzysynuoja i piec tam izmontuoja kai soldonu pīdavu peirāgim, putrom, blīnim i tt.

Zemnīki turējēs pi principa – “Saimisteibā nikas nateik izsvīsts”. Itys recepts atquodynoj par gryutū ikdīnys dorbu. Cik gorda beja malnuos maizis ryka, pa viersu kurai skuobynuo cukra bīšu melasis kuorteņa ar naatkuortojamu smuordu i speideigu dzintara kruosys gorūzeņu pa viersu. (**Marija Jurkova**, Ūzulainis pogosts)

* **Melase** (nu franču vol. vuorda *mélasse*, kam pamatā latiņu *mel* ‘medus’) – cukra ražuošonys blokusprodukts, tynsi bryuns syrupveida škidrums. Melasē palik piec cukra kristalizacejis i iudiņa izadaliešonys nu cukrabišu voi cukranidru ekstrakta.

Patoka (nu krīvu volūdys vuorda ‘патокa’) asūt diveju veidu: gaišuo (nu kukuruzys, buļbu i cytys cītis) i melase, malnuo patoka (cukrabišu).

Helenys i Juoņa Zelenkovu saimisteibā Rozentovys “Kraujās” vysim patykuse saimineicys captuo maize, sītais i vuorātais sīrs, bet vysvaira vysi gaidiejuši juos breinieģūs soldonumus.

Saime audziejuse daudz cukrabīšu, kas rudinī nūdūtys Krystpiļs cukra fabrikā. Par bītem tyka sajimts attīceigs daudzums cukra un melasis. Nu melasis Helena taisejuse cīš gordys smolkmaizeitis. Lai seitali pabaruotu saimi, kas eipaši svareigi beja tryuceiguokūs kara un pieckara godūs, mameņa taiseja breinumus. “Vuorātys cukrabītis i sorkonūs batviņus samaļūt galis mašynā, īgiva marmeladu, kuru zīde iz pošu captys maizis rykys. Cik tys beja gordai! Izmontojūt vuorātus būrkuonus, samaļūt galis mašynā, mama cepe maizis kukuleišus ar itū piļdejumu.” (Ar tāva **Pītera Zelenkova** stuostātū dzymtys receptu dalējēs Andris Zeļenkovs.)

Lai sauc koč par pūdu, ka tik ir guņs nalik.

200 g meiksta margarina, 2 ūlu dzaltonumi, pus gluozis cukra, 15 lizeikys myltu.

Vysu samaisa kūpā i īkluoj capamajā traukā pluonā kuortā. 700 g bīzpīna, 4 ūlu dzaltonumi, 4 lizeikys cukra, drusku vanilina. Samaisa i līk viersā iz meiklis. Iz bīzpīna kuortys līk kuortu ar skuobu uobuļu šķēlem. Cap apmāram 30–40 minotys. Saputoj 6 ūlu boltumus ar pus gluozi cukra, līk viersā uobulim i cap vēļ 5 minotys. (**Anita Laizāne**, Sylmolys pogosts)





100 g sviesta, 200 g irisa kompetu, 50 g soldonuos kukuruzys viezeņu, sauve kaltātu dzērviņu.

Kompetys iztyn nu papeireņu, katleņā lik svīstu, iz mozys guņs laidynoj, tod svīstā ber irisus i vysu laiku maisa. Kod irisi suoc laistīs, katleņu nūjam nu guņs i maisa tik ilgi, cikom palik vīndabeiga masa. Tūlaik tī īmais kukuruzu i daber dzērvinis (voi ari upinis, rīkstus i kaidus cytus gordumus). Kod vyss sajaukts

kūpā, masu lik iz capamuo papeira, taisa dasys formu i saspīž cīšuok, ītyn i lik ladaskapī. Kod dasa ir sacītiejuse, tū ar nazi grīž bīzuos škēlēs.

Itys ir superprosts deserts, kas cīš garšoj i bārnam, i lelajim. Garuokais dorbs tuo taiseišonys procesā ir kompetu izteišona nu papeireņu. (Santa Ostaša, Ūzulainis pogosts)

Paceņa capumu "Selga", 90 g sviesta, 1 ūla, 2 lizeikys cukra, 5 lizeikys kakao.

Sadrupynoj capumus. Katleņā iz mozys guņs īsyt ūlu, mudri maisa, bet nevar ļaut virt. Ūlai dalik izlaidynuotu svīstu i cukru, maisa, dalikūt kakao, cikom izalaiž. Itū masu dalik capumim i labi samaisa. Gotovū masu iz folija salik dasys formā i satyn, lik ladaskapī iz 6 stuņžu. (**Inga Zeile**, Maltys pogosts)

Inga ir slavona ar sovom piparkūkom, kuru receptu poša izdūmuojuse daudzu eksperimentu ceļā. Recepts pagaidom ir "firmys nūslāpums".



Lobs loba namaitoj!



1 paceņa svišta, 2–3 ūlys, saputoj ar 1 gluozi cukra.

Iz ponnys izkausej/apbryunynoj pusi gluozis cukra ar čipierkstneiti moltu krustnagleņu. Dadzynuotū cukru īmaisa saputuotajā masā. Dasejoj 2 gluozis myltu, maisūt dalīk 1 gluozi kefira. Meikli lej ponnā, cap 30–35 minotys 180°C temperaturā. Atdzasātu sagrīž gabaleņūs, dekorej ar kremu, putukriejumu voi ūgom. (**Marija Gudale**, Lūznovys pogosts)

1 gluoze varennis (nu ūgu), 1 gluoze cukra, 2 lizeicenis sodys, 2 ūlys, 1 burceņa kriejuma, 2 gluozis myltu.

Vysu samaisa, patur 15 minotys ladaskapī. Cap tortis formā. (**Aļbiņa Lukjanova**, Maltys pogosts)

1 bundžeņa kondensāta pīna, 5 ūļys, 3 gluozis myltu, 1/3 lizeicenis sodys, ap 100 g pudercukra, 0,5 l ellis lūdeišu vuoreišonai.

Ūļys saputoj ar kondensātū pīnu, dalīk sodu, myltus i sameica pacītu meikli. Nu meiklis taisa lūdeitis/bumbenis. Kotrā ilīk voi nu marmelada gabaleņu, voi rīksteņu, voi rozīnis, voi vēļ kū cytu gordu. Sakarsātā eļļā vuorej lūdeitis da zaltainai kruosai. Līk traukā, puorkaisa ar pudercukru. (**Raisa Počkajeva**, Ūzulainis pogosts)

Dīvs dūs dīnu, dūs ari, kū ēst.

Recepts palics pruotā nu 20. gs. 90. godu, kod kotrs soldonums beja lels gordums. Taisnieju puorsvorā klasiskū rauga meikli, cytu reizi ar sodu. Piļdejumam vysod beja gabaleni nu syukojamūs kompetu, taidus ar vysaidim piļdejumim, kurys pyrms tam vajadzēja ar nazi uzmaneigi sagrīzt. Saimē bejom četri bārni, jī tod i rypynuoja iškā meiklis bumbenā tūs sagrīztūs gabaleņus. Kod bumbēņa izavuoreja eļļā, kompeta vysod beja izkususe. Jo gadejuos ikūst korstā, mēle beja apdadzynuota! (**Valija Svikša**, Sylmolys pogosts)





400 g bīzpiņa, 100 g svišta, 100 g ģībīzynuotuo pīna.

Vysu sablenderej. Taisa sīreņus. Līk iz nakti saļdeitovā. 350 g šokolada izkausej, dalīk drusku ellis, vysu samaisa. Sasolušūs sīreņus ģmārc šokoladā, līkū nūtacynoj. Līk iz capamuo papeira, tod ladaskapī. (**Antoņina Babre, Pušys pogosts**)

Maizis druponu pacel, nu zemis, jo tei tev ir dūta Dīva duovona tai dīnai.

750 g kvīšu myltu, 450 g margarina, 300 g cukra, 3 ūlys, garšvīlys.

Myltus izber iz golda voi dieleiša. Daber cukra. Ar nazi sajauc. Īsyt 2 ūlys. Sajauc ar nazi. Izkausej margarinu, lai nav korsts. Dūbeitēs ģlej i vēļ pamaisa. Ka paškidrs, daber myltu. Ka meiksts, tys nikas. Ar rūkom meica. Izrullej pluonu. Pa viersu zīž vīnu sakultu ūlu. Puorkaisa ar cukru, kanieli, rīkstenim. Cap apmāram 20–30 minotys.

*“Tētis krystamuoti sauce Marija i tys ir juos recepts”. (**Marijis Vulis** receptu ģsyutēja Dace Gaigala)*



* Seņuok receptus bīži sauce kaidys saimineicys vuordā.

2 ūlys, 200 g kausāta svīsta, pus paceņa rauga, mylti piec vajadzeibys, 0,5 gluozis sylta pīna, cukra, čipierkstneiti suoļa.

Raugu sajauc ar syltu pīnu, pusi lizeicenis cukra i gaida, cikom raugs „atsadzeivynoj”. Nu asūšajom sastuo vdaļom sameica meikli. Ļaun drusku sabrīst. Iz dieleiša paber myltus i izrullej nu meiklis pluoksni. Pluoksni paber ar cukru i sagrīž gabaleņūs, kaidūs pošam pateik. Cap cepeškruosnē, līkūt cukravuotū pusi iz augšu. (**Valentina Mališeva**, Ūzulainis pogosts)

200 g sīra sareivej, dalīk 200 g meiksta svīsta, sameica, daber capamū puļveri, suoli i drupeit sorkonūs osūs pyparu. Sameica ar myltim, lai var izveļtnēt. Sagrīž kvadrateņūs i cap cepeškruosnē. Labi garšoj pi ola. (**Janīna Beļeviča**, Sylmolys pogosts)

*Guli, guli, saimineica,
Tori dorbi padareiti,
Cyuka puņys izravēja,
Kozā škina kuopusteni.*

200 g bīzpīna, 200 g meiksta margarina, capamais puļvers, suoļs, mylti.

Sameica meikli, lai var izveļtnēt. Sagrīž sauruos strēmelēs, viersā paber čymynus i suoli, satyn. Cap cepeškruosnī. (**Janīna Beļeviča**, Sylmolys pogosts)

Dīrs deve zūbus, Dīrs dūs i maizi!

Ap 1 kg myltu, 0,5 l iudiņa, 2 ūlys, 1 lizeiceņa suoļa. Piļdejumam: 700 g bīzpīna, 1 napylna lizeiceņa suoļa.

Meikli labi izmeica. Taisa bumbenis, nu tom mozus blīneņus. Meikli var ari izrullēt i tod ar gluozi izspīst blīneņus. Sataiseitūs varenikus līk vuorūšā, drusku pasuoletā iudinī i vuorej, cikom jī izpeļdej. Ar putu lizeiku līk duršlagā, lai nūtak līkais škeistums.

Sacap suoletu špeku ar seipūlim i puorlej varenikim. Ād ar kriejumu voi bez tuo, kai nu kuram garšoj. (**Silvija Paraščinaka**, Maltys pogosts)

“Tai kai muns veirs ir ukraiņs, tod asu īsavuiciejuse daudzus nu jūs iedīņu. Saime soka, ka vyslobuok maņ saīt taišni vareniki. Tūs vēļ var piļdeit ar: skuobātim kuopustim, uobulim, mogonom, sienim, vīšnem, zemenem. Ukrainā tūs bīžuok taisa ar meicātom gulbom, nakai ar bīzpīnu.”



* **Vareniki** - ukraiņi itū iedini varātu byut aizgivuši nu turkim, kurim ir mozi vuorāti peiriedzeni (djušbara), kas taiseiti nu naraudzātys meiklis ar piļdejumu.



0,5 l pīna, 2 lizeikys kriejuma, 100 g svīsta, ap 50 g rauga (pus paceņa), 2 čipierkstneiši suoļa, 3 sauvis cukra, vanilins, reivāta apeļsina mizeņa, 2 lizeikys saulispuču ellis, 3 ūlu dzaltonumi, ap 1 kg myltu.

Kruškā ar drusku sylta pīna ilīk raugu, lai pastuov. Pa tū laiku izsejoj myltus. Ūlu dzaltonumus satryn ar cukru, dalīk suoli, garšvīlys. Tod dalīk raugu, sasyldātu pīnu. Ber myltus i maisa, cikom ar lizeiku sajaukt navar. Dalīk kriejumu, pameica, dalej kausātu svīstu, pameica, dalej eļļu i tod ilgi meica. Ka vajag, vēļ daber myltus. Meica, cikom vairs naleip pi rūku. Paber pa viersu myltus, līk raudzēt. Puorsadz ar teiru dvīli. Jam meikli, izlīk iz protvīnis. Puorlīk ar škēlēs sagrīztim uobulim (1 pluociņam ap 2 kilogrami), puorlej

ar kriejumu, puorkaisa ar kanieli, kas sajaukts ar cukru. Cap ap 30 min. (*Babys Annys Gaigalys* receptu īsyutēja Dace Gaigala)

1 baņceņa kondensāta pīna, 100 g izlaidynuota svīsta, 2 ūlys, čipierkstneits suoļa, 1 lizeiceņa sodys (kura dzāsta ar pus lizeiceņu 9% golda etika) voi 1 lizeiceņa capamuo puļvera.

Kod vysys sastuovdalis saputuotys i samaisātys, masu sadola 2 bļūduos. Vīnā dalīk i labi samaisa 4 lizeikys myltu, ūtrajā bļūdā dalīk 3 lizeikys myltu i 2 lizeikys kakao puļvera. Kotru kuortu cap atseviški. Atdzysušus gotovūs pluociņus puorgrīž iz pusem. Taisa torti, pa vydu smierejūt kremu, kas sastuov nu 250 g skuoba kriejuma, saputuota ar 1 gluozi cukra. Torti rūtoj piec sovys gaumis. (**Valentīna Mališeva**, Ūzulainis pogosts)

Tortam taidis nūsaukums, jo tei roduos laikā, kod 1982. godā tyka attaiseits bārnuduorzs Ūzulainis pogosta Bekšūs. Vysūs svātkūs, dzimšonys i vuorda dīnuos bārzuduorza darbinīki cepe itū gordū tortu.



3 ūlys, 4 lizeikys cukra, 4 lizeikys pīna, 4 lizeikys myltu, 4 lizeikys ellis.

Ūlys saputoj ar cukru, dalej pīnu, eļļu. Dasejoj myltus. Cap biskvitu 30 minotys 180°C.

Krems. Izvuorej mannys bīzputru, ap 400 g, atdzysynoj. Saputoj 200 g svīsta, cukru i vanilīnu. Saputuotam svīstam pakuopeniski dalīk mannys bīzputru. Vysu saputoj. Storp biskvitim līk mannys kremu. (*Antoņina Babre, Pušys pogosts*)

Ēdis puormet krystu.



**GALIS, DUORZUOJU I
ZYVU IEDĪNI
DŪŠYS STYPRUMAM**

“GORDUMS”. Kuortom līk: salatu lopys, sorkonū seipūlu, tomatus, seipūlu lokstus, kropus, ogūrčus, kapceitu līsū gaļu, ūlys. Suoļs, pypari, majonezs – piec kotra garšys.

“PUORSTEIGUMS”. Vysu līk kuortom: kapceita voi vuorāta vysta, sagrīzti ananasi, reivātys ūlys, šlivys bez kauleņu, ūlys dzaltonums. Piec kotrys kuortys majonezs. Pa viersu drupynuoti valrīksti.

“SIENUOTUOJA SAPYNS”. Vuorāti rysi, krabu viezenis, ūlys, vēļ deļ vīnys kuortenis apcap šampinjonus i būrkuonus i sajauc kūpā. Suoļs, pypari piec garšys. Piec kotrys kuortys majonezs.

*(Itūs i vēļ cytus salatu receptus īsyuteja **Marija Vaičule**, Pušys pogosts)*

500 g cyuku pupu, 1 ūla, drusku myltu, suoļs, pypari, casnāgi, 1 seipūls, cyuku tauki, kriejums.

Pupys miercej dīnnakti, vuorej suoļa iudinī, samaļ galis mašynā. Dalīk ūlu, drusku myltu, suoli, pyparus piec garšys, casnāgus, taukūs apcaptu smolkai sakopuotu seipūlu. Taisa kotletus i cap cyuku taukūs. Padūd ar kriejumu.

*Tys ir na viņ breineigs Kūču vokora iedīņs, bet arī lobs gastiņcs čyguonim. Agruok gondreiž vysī audzēja daudz cyuku pupu. Škirni sauca vīnkuorši “Боб-лопачочник”. Beja divu veidu pupys – boltys i dīzgon lelys zylys. Pavasarī, kod statēja guļbys, pupys īsvīde vīnā vogā ar guļbom 15–20 cm vīnu nu ūtrys. Da vosorys beigu pupys izauga, nūbrīda, tod tyka izvylktys nu vogys, sasītys kiulūs i pakuortys nūjumēs. Rudinī saime ustobā galēja pupys. Teiši gavieņa laikā tvaicātys pupys beja cīši īcīneits iedīņs. (**Marija Vertinska**, Ūzulainis pogosts)*

Paņena (gala) gostim, bārnim sulena.

Iudiņam dalīk suoli i vuorej teļa stuļteitis meikstys. Kod gaļa atdzysuse, tū atdola nu kaulim ar vysom ceipslom (tom itymā sīrā ir lela nūzeime). Ādūt jiutama nalela kraukšķiešona, kai ari sīrs ir ar caurspeideigim plankumenim. Gaļu ar vysom ceipslom samaļ i līk katleņā. Kluot dalīk svīsta pykuci, moltus pyparus i cytys garšvīlys. Masu sylda iz lānys guņs, vysu laiku maisa, lai nadadag. Ka masa ruodīs par sausu, dalīk vēļ svīstu. Korstu masu līk traukā, ar lizeiku labi saspīž, lai nasataisa tukšumi. Atdzasātu sīru līk ladaskapī, lai labi sacītej. Buļjonu nu galis vuoreišonys izmontoj zupai. Vysys izejvīlys līk “iz aci”. (**Vija Terentjeva**, Ūzulainis pogosts)

* Saimineicys originalajā receptā ir vords ‘stiļbeni’.

Cyukys muogu kuorteigi izmozgoj, ari labi tū izdora nu ūtrys pusis i tod patur suolejā iudinī, lai lobuok atsamožguotu, izabarztu. Tūlaik samaļ vuoreitys plaušys i oknys, grīž mozūs gabaleņūs kapcātu špeku. Vysu samaisa lelā bļūdā, daber suoļa, pyparu i masu līk muogā. Kod tei pylna, jam lelu odotu i ar dīgu aizšyun vītu, pa kuru piļdēja iškā. Tod jam atbylstūša izmāra kastrūli i līk vuoreitīs (ap divom stuņdem). Kod jau ir gotovs, izvalk nu kastrūļa, līk iz teira dieleiša i līk viersā pamateigu slūgu. Kod vyss atdziss i vysmoz 6 stuņdis pastuoviejs, var atbreivuoit nu slūga i grīzt šķēleitēs. Cīš gords beja vyss, bet vusvaira tei muogys maleņa. (**Erna Ulase**, Feimaņu pogosts)

- Vasals, Onton, kū ēd?
- Oknys.
- To idūd maņ ar.
- Ai, nā, kauls viņ ir.



* Saimineicys receptā ir vords ‘trybukā’, bet trybuks plošuokā nūzeimē ir dzeivinīka i cylvāka iškys [5].

Tikkū nūkautys cyukys muogu izmiercej suoļa iudinī, cīteigi izmozgoj, izgrīž ūtraišuok, izberž ar suoli, apdūd ar vuorūšu iudini, cikom tei palīk bolta i teirs. Taisa piļdejumu. Izmiercej soltā iudinī subproduktus – sirdi, plaušys, oknys i vuorej kūpā ar kaidu špeka gobolu (var nūgrīzt nu cyukys golvys taukainu byuda gobolu). Tūlaik vysu samaļ galis mašynā. Masai dalīk piec garšys suoli i garšvīlys: moltus pyparus, muskatrīkstū, galis pīdavys, kas nu kuram garšoj. Masu labi samaisa i ar tū pībuož pylnu muogu. Caurumu aizšyun ar styprim dīgim i vuorej na mozuok kai stuņdi. Izjam nu kotla i līk zam slūga soltā vītā iz apmāram 12 stuņdem. Sagrīž škēlēs, ād ar sinepem, muorrutkim. (**Ināra Blinova**, Ūzulainis pogosts)

Cyukys muogu mozgoj, izvāruši iz ūtru pusi teirej, vēļreiz cīš ryupeigi skoloj. Sagrīž gareniskuos, apmāram 5 x 3 cm leluos slūksneitēs. Vysu suolej, sajauc, līk muola voi čuguna kotlā, apakšā īlej drusku iudiņa. Pa vydu i viersā līk izlaidynuotu cyukys špeku i škvarkys, lauru lopys, malnūs graudu pyparus. Līk viersum vuoku i sutynoj t.s. krīvu ceplī. Tys beja seits i gords iediņs, kū parosti taiseja zīmā. (**Marija Jurkova**, Ūzulainis pogosts)

Uļbiki ir nabadzeigūs dīnišķuo maize.

* Saimineicys receptā ir vuords 'silicers, trybuks', bet ir runa par muogu (kuņģi).



1 kg guļbu sareivej, nūspīž līkū sulu, dalīk naža galu suoļa, 2–3 ūlys, 2–3 lizeikys myltu.

Vysu labi izmaisa. Piļdejumam tradicionāli izmantoj ar seipūlim apcāptu, pāpāruotu moltū gaļu. Taisa nu meiklis “kotleteitus”, kurūs līk piļdejumu. (**Valentīna Cucure, Ūzulainis pogosts**)

500 g vuoreitu guļbu, 500 g zaļu guļbu, 1 ūla, 1 gluoze myltu, garšvīlys (suoļs, pypari, galis garšvīlys), 300 g moltys galis, seipūls, 250 ml soldona kriejuma, 100 g svīsta, eļļa cepšonai.

Gatavoj cepelinu masu. Jam vuoreitys guļbys i samaļ caur galis mašynu, var izmontuot ari meiceitys vuoreitys guļbys. Zalis guļbys nūlaupa i sarīvej iz smolkuos reivis, nūspīž līkū škeistumu i nūsasādušūs krokmeli dalīk guļbu masai, tod myltus, ūlu, garšvīlys i vysu labi sameica. Piļdejumam iz ponnys sacap smolkai sagrīztu seipūlu, tod dalīk moltū gaļu i ari drusku apcap, dalīk suoli, pyparus i garšvīlys. Taisa capelinus: samiercej rūkys, iz plaukstys līk guļbu masu i taisa taidu kai pluocini, kurā līk galis masu i aizspīž tū cīt, taisūt cepelinu. Apcap iz ponnys, lai guļbys palīk zaltainys, tod dziļā ponnā lej soldonū kriejumu i svīstu, sutynoj zam vuoka iz nalelys guņs, cikom cepelini gotovi. Ād ar mērceiti voi skuobu kriejumu. (**Skaidrīte Babre, Feimaņu pogosts**)

* **Cepelini** (lelklimpys – nu leitovišu volūdys vuorda ‘didžkukuliai’ voi ‘cepelinaī’, boltkrīvu ‘цэпеліны’). Iediņs nūsaukumu dabuoja 1. Pasauļa kara laikā, kod Kauņā I Šauļūs beja vuocu cepelinu (dirižabļu) angari.

Bet byuteibā nūsaukums īguojis nu Vuocējis i cielis nu tuo formys, kas atguodynoj Ferdinanda Cepelina (*Ferdinand von Zeppelin*) izgudruotū dirižabli. (Lai gon eistais metala dirižabļa autors beja Dovyds Švarcs (itū iedīni varēja saukt par švarcim!), a jis piec piec naveiksmeiga pyrmuo dirižabļa izmieginuojuma nūmyra ar sirdslēkmi i atraitne puordeve patentu Cepelinam. [12])

Leitovā cepelinus taisa nu svaigom reivātom i vuorātom buļbom vīnaiduos daļuos i piec vuoreišonys tūs vēļ apcap.



Izvuorej guļbys, sameica bīzini, atdzysušajam bīziņam dalīk ūlys (apmāram 3–4 iz 1 kg), myltus (apmāram 200 g iz 1 kg) i meica meikli. Drusku lipeigū meikli sadola gabaleņūs, īmārc myltūs, nu tim taisa plokonus peiriedzeņus, kuru īškā līk eipašu piļdejumu: captus reivātus būrkuonus ar mogonu sāklom, suoli piec garšys. Tūs apcap nu obeju pušu i padūd ar skuobu kriejumu.

Babys saimē beja daudz bērnu, dzeivuoja nabadzeigi, deļ tuo beja radynuoti cīš ryupeigi izaturēt pret puortyku. Muna baba pyrma parosti pušdīnēs taiseja lelu kotlu guļbu bīziņa, mes tū ēdem, cikom beja korsts. Nu tuo, kas palyka, jei taiseja sovus eipašūs cepelinus. (Natālija Stafecka, Sylmolys pogosts)

Mnote synta puiku aizskrīt da mīsnīka pasavērt, voi ir cyuku kuojenis.

Atskrīn puika i soka: "Mam, es naredzieju, jam zuoboki beja kuojuos."



1 kg guļbu, 1,5 lizeiceņa suoļa.

Videji lelys guļbys labi nūmozgoj, ar vysu myzu līk kotlā i vuorej, cikom gotovys. Atdzysušys nūteirej, pasuolej i samaļ galis mašynā (vālams ar rūku grīžamajā, na elektriskajā). Gotovū masu saveļ komulī i meica ar vuoleiti, cikom saīt vīndabeiga masa. Sadola gobolūs i saveļ stīneišūs. Ar nazi sagrīž 1–2 cm gabaleņus. Līk traukā i puorlej ar lynsāklu eļļu, augu eļļu voi laidynuotu svīstu. Gavieņa iedīņs "Dzeraunis stuļci" gotovi. (**Larisa Šļahta**, Sylmolys pogosts)



* Vuords 'stuļci' varātu byut saisteits ar vuordu 'stuļčuks' - sameiceitys soltys buļbys ar lynsāklu eļļu (aleju) i seipūlu gabalenim. [5]



Izvuorej guļbys, drusku atdzesej. Samaļ caur galis mašynu (var meiceit). Dalik garšvīlys (suoli, pyparus, myusu dīnuos lik ari specialuos garšvīlys guļbom), ūlys, myltus. Vysu sameica, cikom sasataisa pastyngra meikle. Taisa garenisku deseņu, kuru sagrīž nalelūs gabaleņūs. Līk iz ponnys i cap cepeškuorsnī voi ceplī, cikom gaiši bryuni. Var ēst gon ar kriejumu, gon sacaptu cauraudzeiti, gon kausātu svīstu.

Taidus rauseišus cepa muna veira baba Buorbola Šņukute. (**Skaidrīte Šņukute**, Pušys pogosts)

Dūd, Dīven, jaādušai barnot, na naādušai.

4 vuoreitys, meicātys guļbys, 4 lizeikys (voi piec vajadzeibys) kvīšu myltu, 1 ūla, suoļs, 100 g svīsta mērcei.

Vysu sameica, līk iz golda, izveļtnej. Sagrīž rombūs voi četrstyurūs, līk iz drusku izīstys ponnys ar eļļu, cap nu obeju pušu. Saber katleņā, puorlej ar laidynuotu svīstu. Zem vuoka vysu sakrota, līk ceplī voi iz nalelys guņs i 10 minotys pasautej. Apmaisa. (**Babys Valijas Liukes** receptu īsyuteja Līga Ratnika, Pušys pogosts)



Ar myzu vuorātys byļbys nūlaupa voi sameica. Bīziņam dalik drusku myltu, pīna, ūlu, suoli piec garšys. Vysu samaisa, taisa pluocineišus. Īškā līk captu kuopustu i seipūlu piļdejumu. Pluocineiti saveļ i aizlepej malenis, taisūt peiriedzeņa formu. Līk iz plāts i cap t.s. krīvu ceplī. Gotovus guļbišņikus apzīž ar izlaidynuotim cyukys taukim voi svīstu, tod tī palīk šmuki i meiksti. Tūs var ēst ar skuobu kriejumu. (**Marija Jurkova**, Ūzulainis pogosts)

* **Guļbišņiki** (buļbešņiki, guļbešņiki), cytur Latgolā saukti ari par krapavnikim – nu pūļu volūdys ‘krapavatj’ – piļdeit ar koč kū [10]

1 siļča, 4 lizeikys augu ellis, 4 seipūli, 5 lizeikys myltu, 2 gluozis iudiņa, 1 lauru lopa.

Nūteirej siļču, sadola gabaleņūs. Iz ponnys eļļā apcap sagrīztus seipūlus, apcap siļču nu vīnys pusis, apgrīž i apcap ūtru pusi, dalīk myltus, vēl drusku apcap, lej pa mazeitem iudini i vuorej 5–10 minotys, dalīk lauru lopu, pagāršoj, voi navajag vēl suoļa. Pasnādz ar guļbom. (**Larisa Šlahta**, *Sylmolys pogosts*)

* **Zūste** (zoste, zuoste) – mērcē, vuords aizajimts nu vuocu dialekta formys ‘soost’. Zūstis idola cepešu zūstēs, kū dūd pi augu, vuorātys galis, zivim i tt, tod soltuos i augļu zūstis. Kepanzuoste – mērcē pi guļbom, kod nav galis. [1]

Izvuorej mozys (vīnaidys) guļbys, atdzysynoj i nūlaupa. Taisa kotletu masu. Sadola porcejuos. Kotrā kotletē ilīk “piļdejumu” – vuoreitu guļbu. Rezultatā saīt palela bumbēņa. Apcap lelā tauku/ellis daudzumā. Seņuok taidu iedīni padeva kuozuos. (**Tatjana Surgante**, *Maltys pogosts*)

Paādusai pelei mylti ryugti.

Taisa kotlešu masu. Izvuorej ūlys. Taisa moltuos galis bumbeņu kulaceņa lelumā, taisa tymā dūbeiti, līk iškā nūlaupeitu ūlu, galis bumbeņu sarypynoj, lai ūla palīk tuos vydū. Galis bumbeņu ityn marlē i vuorej, cikom gotova. Izjam, atdzysynoj, nūjam marlis veistūkli, sagrīž škēlēs. (**Marija Gudēle**, *Lūznovys pogosts*)

Nameklej zivs anglu kūkā.

Čuguna katleņā lyka kubiceņūs sagrīztys guļbys, tod smolkai sagrīztus seipūlus, puors lauru lopys, dažus malnūs pyparu gryudeņus, sauvi kaltātu seikūs zivteņu, kurys sauca “снетки”. Pa viersu lēja iudini, suolēja i lyka labi sakarsātā t.s. krīvu ceplī. Pušdīņu laikam tyvojūtīs, čugunakatleņš ar vyssmuordeiguokū, gaišū dzintara kruosys zupu tyka vylkts nu ceplā. Kotla tylpums beja atkareigs nu āduoju skaita saimē. Ari tymā likamūs produktu daudzumu regulēja saimineica: guļbys, seipūli, cyti duorzuoji i saknis – vyss saimisteibā dabojamais.



*Ari par kaltātajom zivteņom saime guoduoja jau īprīšk. Tuos makšeruoja Rāznys azarā, bet Borovys tiergā catūrdīnēs tuos varēja nūpierkt svaigys. Beja vēl vīns variants. Kod cīmatā ar zyrgu pajiugu ībrauca tai sauktī starjovščiki, losūt ūtrreizejai puorstruodei vacys drēbis, opovus i tt., tod tī attīceigi precis daudzumam naudys vītā pīduovuoja svaigys azara zivs, ari ituos smolkuos. Tuos, drusku apsuolātys, tyka kaltātys na vysai korstā krīvu ceplī iz solmu. Kaltātys tuos labi gluobuojuos lynu maiseņā. (**Marija Jurkova**, *Ūzulainis pogosts*)*

Grīziņus izvuorej, sarīvej i līk syltā vītā iz puros dīnu, lai īskuobst. Kod viersum suok taisētīs taida kai kuorteņa (taipoš kai skuobātim kuopustim), tū nūjam i līk vuoretīs. Vuorej, cikom meiksti, dalīk lauru lopys, suoli (var ari cytys garšvīlys), ād ar skuobu kriejumu.

Zupa ir leidzeiga skuobu kuopustu zupai, bet garša cyta. Seņuok grīzini auga leli i vīna grīziņa pītyka lelai saimei. Tagad sāklys ari var atrast, bet izaug mozi. Itū zupu maņ bierneibā vuorēja mama i pīmiņu, kai kolhoza laikūs vasali teirumi ar grīzinim auga. Bet tī laikam beja cyti – moš lūpbareibys, jo auga rykteigi leli kai tymā puorsokā, kur vysa saime tū grīzini ruove uorā. (**Valija Svikša**, *Sylmolys pogosts*)

Taidu atspierdzynūšu dzierīni taiseja vosoruos, korstā laikā. Ryuguli (ryugušpīnu) ar lizeiku salyka gluozē – pus gluozis, puorbēre ar sakopuotim kropim (dille). I tod tam pa viersu lēje svaigu, soltu pīnu.

“Nu bierneibys pīmiņu: asuškys, ašņa dasys, babys captū rudzu maizi, kokorkys (nu rudzu myltu), ūļņīku (omleti). Gavienī ēdem murcovku i auzu puorslu keiseli ar soldonu iudini.” (**Tatjana Surgante**, *Maltys pogosts*)

*Dzeive ir lets bulbu lauks: kurs letuoks cyuka,
tys vaira pīrūk.*



1 kg guļbu, 500 g kabaču, 2 ūļys, 1 lizeika guļbu cītis, garšvīļys «iz aci», karijs – kruosai, eļļa – cepšonai, skuobs kriejums – padūšonai goldā.

Guļbys i kabačus videji smolkai sarīvej, dalīk ūļys, guļbu cīti, kariju, suoli i cap blīnus. (**Ināra Blinova**, Ūzulainis pogosts)

*Dzīd Dīvam gūdu.
Tis tev dūs pylnu blūdu.*

Senejā receptā (*драники*) iz vyssmolkuokuos rīvis sarīvej guļbys, dalīk suoli. Masu samaisa i cap čuguna ponnā syltūs cyuku taukūs (ideali ir taišni taukūs, bet, ka taidu nav, var ari rafinātā augu eļļā).

Itys recepts īt nu boltrīvu, bet myusu dīnuos tam daudzuos vaļstīs ir recepturys interpretacejis. Cytur guļbom dalīk moltu gaļu, bīzpīnu. Es receptu asu myusdīneiguojuse. Līku produktus, kas, maņ ruodīs, „draudzejās” ar bguļbom: seipūli (nu tūs guļbys napalīk malnys i izacapūt ir zaltainā kruosā), casnāgs (dūd eipašu aromatu), specialuos garšvīļys guļbu iedīnim. Vysu masu puorlīku sītā, ļaunu nūtecēt līkajam škidrumam. Guļbu krokmeli, kas sasakruos trauka apakšā, juolīk atpakaļ guļbu masā! Ka guļbys nav puorboguotys ar cīti, var dalīkt puors ūļys i iz vīnu kilogramu guļbu dalīkt vīnu lizeiku myltu (aizaraut ar myltim navajag, blīni paliks cīti). Pareizi sataiseitim blīnim nu uorīnis juobuot ar kraukškeigu gorūzeņu, bet vydā – meikstim, maigim.

Pi guļbu blīnu padūd specialū mērci “Mačanku”, kas ari ir senejs, tradicionals iedīns, kū dažaidūs regionūs taisa drusku cytaižuok. (Gavienī tū taisa līsuoku.)

Augu eļļā apcap gabaleņūs sagrīztys sieņs (derēs gon meža sieņs, gon šampinjoni). Ideālā gadejumā tom juobuot boltajom sienim. Kod nu sienim izguojs līkais škeistums, dalīk kluot 2 videja izmāra smolkai sagrīztus seipūlus. (Svareigi ir seipūlus napuorcept, jo pareiza mērcis garša ir atkareiga nu capta seipūla soldonuma.) Kod seipūli ir palykuši vīgli zaltainā kruosā, masai dalīk kluot lizeiku myltu i vysu labi samaisa. Piec puors minutom ponnā dalej drusku iudiņa (jo īvāroj styngru gavieni), bet gorduok byus, ka tiks dalykts soldonais voi skuobais kriejums (piec kotra gaumis). Mērci daber suoli. Piec aizavuoreišonys ponnai pamat viersā vuoku i ļaun mērci pasasutynuot 5–10 minotys iz lānys guņs. Piec tam ponnu nūjam nu guņs, dalīk smolkai sagrīztus zaļumus i atļau tam pastuovēt, lai vysys garšys “sasadraudzej”. (**Vera Ogurcova**, Ūzulainis pogosts)



DZIERĪNI

ARONEJU SULA

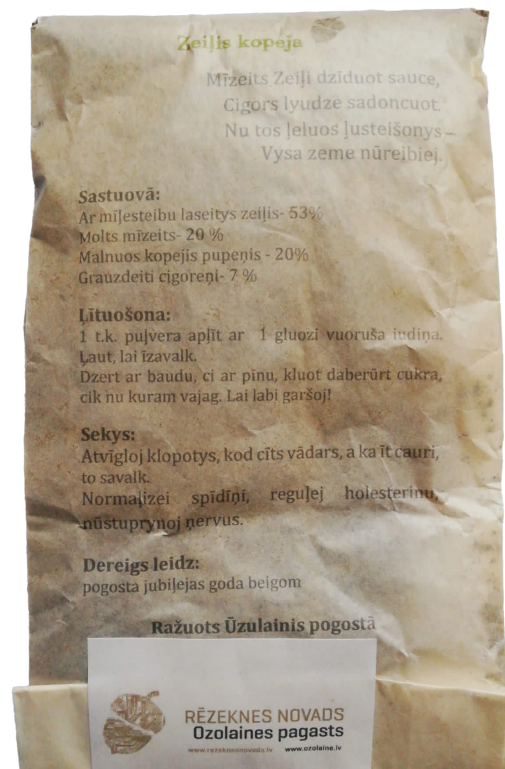
Vīšņu lopys iudinī aizvuorej, nūvuoriejumu ar vysom lopom atdzysynoj. 3 litrus samoltu aroneju aplej ar 2 litrim atdzasāta nūvoriejuma (jo tuo trykst, dalej vuorātu, atdzysynuotu iudini). Līk nūsastuovēt 24 stuņdis, tod izspīž caur marli i dalīk cukru (cik sulys, tik cukra – piec tylpuma), izvuorej, nūjam putys. Lej butelēs voi burkuos, aiztaisa ar vuocenim. (**Genovefa Strode**, *Sylmolys pogosts*)

KOPEJS NU ŪZULA ZEIĻU

Sastuovā: ar mīlesteibu laseitys ūzula zeilis – 53%, molts mīzeits – 20%, malnuo kopeja pupenis – 20%, gruzdynuots cykorejs – 7%. Zeilem nūlaupa čaulu, kaļtej, gruzdynoj cepeškruosnē i samaļ puļverī.

Lītuošona. 1 lizeiceņu puļvera aplej ar 1 gluozi vuorāta iudiņa. Dūd īsaviļkt. Dalejūt pīna, daberūt cukra voi dalīkūt mada, dzer ar patikšonu. Lobums: regulej zornu darbeibu, mozynoj švakū holesterinu, normalizej spīdīni, styprynoj nervus.

(Ūzulainis pogosta 80. jubileja godā (2017) izmieginuots vītejais dzierīns, autore Ināra Blinova)



SĀTYS OLA VUOREIŠONA

Sastuovdalis: mīžu īsols, iudiņs, apeini, raugs (ola voi maizis) i daudz pacīteibys.

Trauki: kubuls, žeirs, bucys, spaini, kotli iudiņa i apeiņu vuoreišonai. Rudzu solmi – gari, pļauti ar sierpi (garkula). Malnuo pierts ar īsaļneicu.

Īsola gatavuošona. Jam maisu (40–45 kg) ola škirnis mīžu. Ber žeirī i lej viersā iudini, cikom tak žeiram puori. Pamat iz 22–24 stuņžu mierkt. Nūlaiž iudini i mīžus saber audziešonai skaudzē, lai piec mierciešonys drusku sasylst. Piec apmāram 12–14 stuņžu tūs sakluoj 10 cm bīzā kuortā dīdziešonai. Mīžus dasadz ar pluonu drēbi i verās, lai viersejuo kuorta nav sausa. Apmāram kaidā 4.–5. dīnā īsols byus sadeidzs. Pasaruoda bolti asneni i tī ir saauguši valānā.

Kurynoj pierti i berž īsolu. Saber īsaļneicā i suoc kaļtēt īsolu. Kurynoj pierti i apmaisa īsolu, lai vīnmiereigi kolstu. Īsols gotovs piec 8–10 stuņžu, tam, likūt iz zūba, juobuot cītam.

Īsolu samaļ, bet na puoruok smolkai.

Vuorej iudini, ber samoltū īsolu kubulā i suoc salynuošonu. Lej īsolam viersā vuorūšu iudini. Līk vuoreitīs ari apeiņus. Tī vuorejās vysmoz 1 stuņdi, tod tūs nūkuoš. Iz 2 pudu īsola (32 kg) apmāram 2–3 muorcenis apeiņu (800–1200 g).

Īsolu salynoj kubulā tik ilgi, cikom taisuos škidra masa. Lejūt iudini viersā ari juoapmaisa, lai īsols vīnmiereigi sakorstu i taisātūs konsisteņce.

Vīnlaiceigi teik gatavuoats ari žeirs īsola fiļtriešonai i mysys dabuošonai. Žeirī apakšā teik nūvītuoti kūka dieleiši (krysteni) i uzkluoti rudzu solmi. Solmus



SĀTYS OLA VUOREIŠONA

līk apleik ari ap mysys tacynuošonys topu. Iz solmu izkluoj viersā ari nūvuorātus apeiņus. Puorlej salynuotū īsolu žeirī i suoc mysys tacynuošonu. Tacynuošonys laikā dalīk apeiņu nūvuoriejumu i lej kluot vuorūšu iudini.

Nūtacynuotū mysu juoatdzysynoj. Atdzasātu lej kubulā. Leluokā skrūzē līk raugu, dalīk mysu, cukru, kad raugs suoc augt, tū puorlej kubulā pi atdzysušuos mysys. Suocās ola ryugšona (augšona). Parosti ols ryugst kaidys 24–28 stuņdis.

Piec ryugšonys olu salej bucuos i iz pogrobu prūjom.

Nu 2 pudu īsola saīt apmāram 75–85 litri ola. Ka dalīk auzu īsolu, ols lobuok putoj; jo dalīk kvīšu īsolu, tod ir tumeiguoks.

(Tāva **Stanislava Ruža** receptu pīrakstēja Roberts Ružs, Sylmolys pogosts)

Staņislavs Ružs 1970. gada 8. septembrī



Žeirs (žeiris, žeisteris, saukts ari par zlauktu, zlautu) – garons voi opols (baļļveideigs), agruok nu rasna ūzola bluča izdūbts kūka trauks, kuram viņā golā itaiseits ar topu aizbūožams caurums ola tacynuošonai (tautlietu). Dažuos vītuos ols terminologejā napazeist trauku ‘žeirs’, bet tymā vītā lītoj vuordu ‘zlaukts’.., vystik pošūs pamatūs tī ir bejuse byutiska starpeiba, jo zlaukts ir taiseits nu viņa lela kūka, leidzeigs silei, cikom žeirs ir baļvai leidzeigs kūka trauks nu gaļdeņu voi dieleišu ar šauru dybyņu i plotu viersu. Taitod žeirs i zlaukts ir divi dažaidi trauki, kas kōlpoj viņai vajadzeibai. (L.Latkovskis, 968, 3)

Strucs (strucis) – nalela ola buca [2].

Mysa – svaigs, nanūryudzis ols [novadu vne]. Mysu var dzert ari bārni.. Tod mysu lej kubulā, dalej apeiņu nūvuoriejumu i, ciš ryupeigi verās temperaturu – ni par korstu, ni soltu, dalīk raugu.[1]

Īsaļneica (iesalnīca) – īsola i labeibys kaļte [2].

Patakys (patekas) – dzierīņs, kū taiseja nu vysaidu palīku (ols drabinu, maizis gorūzu, guļbu čaulu), kū puorlēja ar syltu iudini i raudzēja. 17. gs. Kūrzemē vins nu parostuokūs zemniku dzierīņu beja patakys – vīglis mīžu ols, ku izmontuojuši putrys vītā.. Latgolā kara laikā patakys taiseja nu cukrabišu, partū, ka cukra nabeja. [1]

SĀTYS OLA VUOREIŠONA

*Mīzeits zeili dzīdnot sauce,
Cigors lyudze sadoncnot;
Nu tuos leluos ļusteišonys
Vysa zeme nūreibēja.*

*Klusom ļandīs olu dzer,
Ni jī dzīd, ni runoj;
Maliejenis vaine beja —
Klusom mola īsaler.*

(Feimaņu draudzis t-dz)

*Mīžu ols [= lobais, pareizais] ir Dīva ziņā. Ruognoju
jeb mīžu stībru [= napareizais] ols ir Valna ziņā. [1]*

1 litrs šmakovkys* (spirta, šņaba),
pus pacenis vanilina cukra, lizeiceņa
kaneļa, 1 lizeika beramuo malnuo
čaja, 6 krystnaglenis. Var dabērt kluot
1 lizeiku cukra. Nūlīk, lai pastuov
kaidu nedeļu (pagaist šmakovkai
rakstureiguo smoka). (**Erna Ulase,**
Feimaņu pogosts)



Sasateik trybukā veins i šmakovka.

Veins: "Palaid puortecēt!"

Šmakovka: "Nalaisn!"

Veins: "Ak, nalaissi? Izīmam uorā parunnot!?"



IZMONTUOTUO LITERATURA:

1. Janīna Kursīte. Virtuves vārdene. – SIA "Rundas", 2012.
 2. Janīna Kursīte. Tautlietu vārdene. – Nemateriālā kultūras mantojuma aģentūra, 2009.
 3. Janīna Kursīte. Neakadēmiskā latviešu valodas vārdnīca jeb Novadu vārdene. – Madris, 2007.
 4. Latgaļu volūdas vārdu krājums. Sast. Anatolijs Bērzkalns. - Latgolas Kulturas centra izdevnīceiba, ...
 5. „Latgališu – latvīšu vuordineica. Vīna cylvāka specvuorduojs”. Sast. Valentins Lukaševičs. - 2011., 2024.
 6. Sokomvuordi nu gruomotys “Latgaļu folklorā, I” – Latgaļu izdevnīceiba, 1968.
 7. Latgaļu parunas un sokomvōrdi. – Latgolas Kulturas centra izdevnīceiba, 2000.
 8. Jumeit, čumeit, raženeit (senču ticiejumi I būršonōs). Sast. Bernadeta Opincāne. – LKCI, 2000.
 9. Kas bez jiuzu – tys bez bādys. – Latgolys studentu centrs, 2018.
 10. Projektā “Latgales virtuves garša” apzināts novada kulinārais mantojums// www.augsdaugavasnovads.lv, 16.11.2022.
 11. Kļockas ar biezpienu – pagatavo pēc latgalietes Vijas Kudiņas receptes//www.lsm.lv/raksts/dzive--stils/virtuve/22.11.2023.
 12. Sandra Ūdre. Pi saimineicu Feimaņūs//A12, 2015, 10/11.
 13. Septeni interesanti fakti par Latgolys šmakovku//lakuga.lv, 08.01.2019.
 14. Inese Ruberte. Senvārdu vārdnīca. - Zvaigzne ABC, 2018.
- Sātys lopys: tezaurs.lv; vuordineica.lv, balticagro.lv

