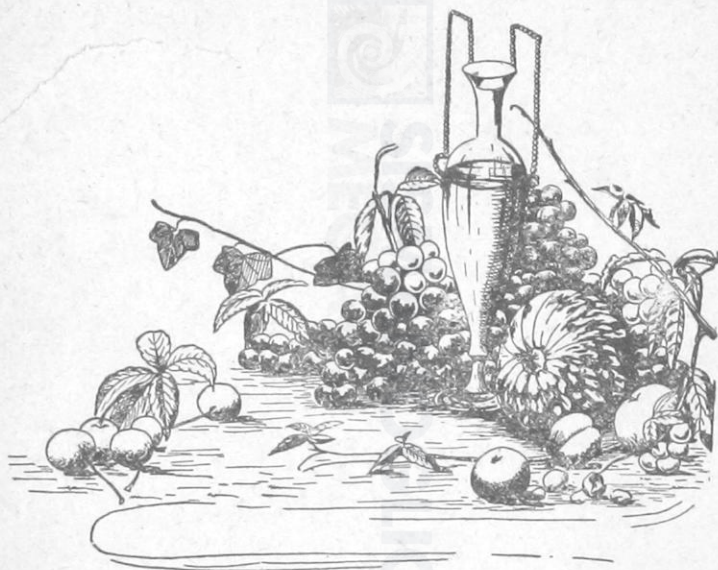


ΕΗΧΧΕΤΙΝ

1246

ΕΗΡΡΗ



ΡΙΣΑΛΕ ΣΙΡΚΕΤΙ
ΙΣΤΑΝΠΟΛ ΓΑΛΑΤΑ

✉️ *ποσταχνας!* Κουτου 109

1912

ΣΗΧΧΕΤΙΝ ΣΗΡΡΗ



« VULGARISATEUR » ΜΟΥΧΑΡΡΙΡΙ

ΙΣΒΙΤΖΕΡΑΝΗΝ ΔΕΜΑΝ ΚΛΑΝΤ

Σηχχετχανσεσιν (Sanatorium) Μουτιρι

ΔΟΚ. Π. Α. ΔΕ ΦΟΡΕΣΤ

ΤΑΡΑΦΗΝΤΑΝ

ΡΙΣΑΛΕ ΣΙΡΚΕΤΙ

ΙΣΤΑΝΠΟΛ ΓΑΛΑΤΑ

Πασταχανσε Κουτού 109

1912

ΣΗΧΧΕΤΙΝ ΣΗΡΡΗ



Σηχχέτ βιτζουτήν πούτουν άζασηνήν νιζάμ ού ιντιζάμ ούζερέ ισλεμεσινίν νετιτζεσί, βέ σαγλάμ πίο βιτζουτέτε τεμιζ πίο κανήν τεμάμ τζεβελάν έτμεσί τιρ' έλ κησσά σηχχέτ τεμιζ. Πικ τιρ. Έτραφημηζιτά άμιλ όλάν κουββετλερέ βέ κανουνλαρά ταπί όλμάγλε σαγλάμ όλανλάρ σηχχετλερινί μουχαφαζά έπτικλερί μισιλλού, ναμιζάτζ όλανλάρ τα κέσπ ι άφιγέτ έτερλέρ. Πού κουββετλέρ βέ κανουνλάρ πιζέ ούζούν για κησσά πίο όμρ τεμίν έτμέκλε περαπέρ, τογτουγουμουζιτά πιζιτέ μεβτζούτ πουλουγάν κουββέι χαγιατιγενίν μουχαφαζάσηνά νεζαρέτ έτερλέρ.

Ταπιατήν κουββετλερί σουνλάρ τηρ. — Ζιγιά, χεραρέτ, σετά, ήλεκτρικ, μηχανατισιγέτ ι άρζ, ιντζιζάπ' βέ ταμαρλαρά μαχσοός κουββέι τζαζιπέι νεσφιγέ. Έστέ 'Αλλάχ τού βασηταλάρ ήλέ χέρ ζιρούχ μαχλουκά χαγιατ βέ κουββέτ ήλχάκ έτέρ

Ταπιατήν κουββετλερί σαγμεσιντέ τουγγιά ικαμετιμιζέ μούνασιπ όλούρ. Πού κουββετλέρ τοπραγή χαζηρηλαγιήπ άντέν ινσάν βέ χαϊθανλαρήν ιστιμαλή ιτζούν νεπάτ βέ σεπζέ τζηκαρηλάρ. Πού κουββετλέρ χαγιατ βέ σαατετιμιζ ιτζούν ικτιζά έτέν σείλερι βερμέκλε πιζιτέ Χαλικίν μουράτνην ιτζράκ έτερλέρ.

Ζιγιά βέ χεραρετιμιζίν μενπά η άζιμι Σέμς τιρ. Ζιγιά βέ χεραρέτ τζούμλε ταπί κουββετλεριν έν λιζουμλνησή τηρ. Πουνλάρ όλμασα ίτι, χαγιατ άσλα ζαχίρ όλάμαζ ίτι. Πού κουββετλέρ χάττ η ζατλαρηντά σακίτ βέ λατίφ ίσελέρ τε βιτζούτ ούζερινέ τεεσιρλερί πέν άζιμ τιρ. Μέσελα, χεραρέτ έν Secret of Health. — Greco — Turkish.

έγι τσπουμουζ όλουπ βιτζουτιμιζε χαγιατ βεριρ, άινι ζε-
 μαντά μακιναλαρήν τζαρχλαρηνή τόντεριρ, βέ λάκιν άπετέ
 τουσέρ ισέκ πιζι γιακάρ. 'Ιντζιζάπ πιζε ζεμιντέ τουρτουρτη-
 γή τζιγιέτλε πέν φαίτελι ισέ τε, πέρ ούτζρουμήν κεναρηντά
 κέζερ ικέν πού κανουνήν τεσιρίλε τούσουπ τελέφ όλά πιλιριζ.

Σαλιφ ούλ ζίερ κανουναρτάν ματά χέρ ζιρούχ μαχλου-
 κήν βιτζουτή χέρ άζανήν ισλεμεσινί ιταρέ έτέν κανουναρά
 ταπί τιρ. Μέσελα, μανζουμέ ι χαζμιγενίν ισλεμεσινίν πέρ ου-
 σούλ η μαχσουσή όλουπ, χαρεκετινίν χέρ πιρι μουαγιέν πέρ
 κανόν ούζρέ σουρέτ ι τακιετέ ιταρέ όλουνούρ. Πουνλαρά Χα-
 γιάτ η ισαργέ κανουναρη τένιλιρ. Πουνλάρ βιτζουτιμιζε
 μαχσούς έβαμίρ ι ιλαχιγιέ όλουπ, 'Αλλάχ πού σουρέτ ιλέ άνή
 ισλετίρ, βέ πού ταρίκ ιλέ άνά χαγιατ βεριρ. Πινάεν άλέιχ
 σηχχετιρ σηρη 'Αλλαχίν έμυλερινέ ιταάτηρ.

Βιτζουτήν πακά ι μεβτζουτιγετι άλ έτ τεδάμ. πάζη
 ματτελερέ μενούτ όλουπ, άνλερέ όμυρόν χεβαίτζι ζαρουριεσι
 τενιλιρ. 'Εχεμμιετλερι σηρασήλε άτιτεκιλέρ τιρ

Χαβά, σου, ούικού, ταάμ, ζιγιά, ταλίμ ι πετέν, έλπυ-
 σέ, τεμιζλικ βέ ιστιραχάτ. Κερέκ έγι βέ κερέκ ναμιζάτζ ό-
 λανλαρά πλά φάρκ μούτακα λαζήμ όλάν ισπου χε-
 βαίτζι ζαρουριεγιέ καριγιούν η κιαρμημηζήν τικκατλαρη-
 νή ταβέτ έτέριζ.

X A B A

1. — 'Ινσάν χαβασήζ καλήρ ισέ πέρ κάτζ τακιετέ ιτζιν-
 τέ όλούρ.

2. — Χαβά, γιρμι πιριν γετιμιζ τοκουζά νισπετιντέ ικι
 νέβ γαζτάν μούρεκκέπ τιρ. γιάνι μούβελλούτ ούλ χουμουζέ
 βέ άζότ. τζούζι μικταρτά σάιρ γαζλαρή ταχι χαβί τιρ. μέ-
 σελα, 10,0.0 τε 3—4 κήσμ. καρπόν δη όκσίτ, κί, τενεφ-
 φύσέ γάιρι μούνασιπ τιρ, βέ 1,000 τε 5—16 κήσμ. σου
 πουχαρή.

3 — Μουβελλούτ ούλ χουμουζέ βιτζουτήν χαραρέτ χα-

σής έτέν χασσεσινί ιπκά έτέρ, νάσηλ κί σοπαλαρημηζτά ά-
 τεσι σόλελεντιριρ.

4. — Χαβαγιή τενεφφούς έττιγιμιζτέ μούβελλούτ ούλ
 χουμουζέ κανά καρσήρ, βέ ένσιτζέ ι πετενέ κούτουρούλουπ
 ματτέτ ούλ φάχμ. μούβελλούτ ούλ μά ιλέ πιρλεσέρεκ χεραρέτ
 βέ κουββετι ιπκά, βέ καρπόν δη όκσίτ βέ σεμμιγιάτ η ούζ-
 βιγιέ ισέ γιαραμαζ ματτελεριν ήσηαρή άτηλμασινά γιαρ-
 τήμ έτέρ.

5. — Καρπόν δη όκσίτ, γιάχότ χαμιζι φαχμι γαζή
 ματτέτ ούλ φάχμ. βέ μούβελλούτ ούλ χουμουζέτέν μούτεσεκ-
 κιλ τιρ. Ματτέτ ούλ φάχμ ένσιτζέ ι πετενίν γιανμασιντάν
 ζουχούρ έτέρ. Πιζ πού γαζτάν σααττά 15 — 20 λίτρα μικ-
 τική τενεφφούσλε ήσηαρή άτάρηζ, βέ έγι χαβαντηρήλμαμη
 μαχατέ πουλουντηγημηζτά χαμιζι φαχμινίν νισπετι 10,
 000 τε 6 — 10 κησμά τζηκήπ σηχχετι τούτζάρ η τεχλικέ
 έτέρ. Χαμιζι φαχμι γαζή ιλέ περαπέρ άινι νισπεττέ βέ άν-
 τέν ταχά μούχλόυκ σέμμι ούζβι τενιλέν πέρ γάζ πουλου-
 νούρ. Τακλι τεχαρρι ιλέ άνλασηλτηγηνά κóre ισανά πέρ σαάτ
 ζαρηρητά 1,400—1,770 μούκιαπ άγιακ τεμιζ χαβά λαζήμ
 τηρ πινάεν άλέιχ άτι ούζ ζίερ χουσουσατά τικκάτ όλουνμάκ
 κερέκ τιρ.

'Εββελα. — Βιτζουτέ τζόκίτζα μικταρτά χαβά κιρτιρ-
 μελι, (1) Τερίν τερίν τενεφφούς έτερέκ. (2) Τουρούρ βέ ότου-
 ρούρ ικέν βιτζουτι μούνασιπ, βαζιετέ τουταράκ, (3) Τενεφ-
 φύσού κουββετλεντιριμέκ ιτζούν χέρ κούν κιαφι μικτάρ χα-
 ρεκέτ ι πετενιγιέ έτερέκ, (4) Τενεφφούσού τζαπουκλαντηρημάκ βέ
 τερινλεντιριμέκ μαχσετι ιλέ σογούκ για ήλητζάκ σου πάνγιο-
 ση έτερέκ, (5) Κεβτέκ έλπυσε κιαγέρεκ βέ κορσεγι, βέ άκτζι-
 γερι ταζγικ ιλέ χαρεκέτ ι ταπιύγεσινι μέν έτέν χέρ σεγι τέφ
 έτερέκ.

Σάνιεν. — 'Ικαμετκιαχημηζτά τζόκίτζα μικταρτά χαβά
 πουλουντουμακλά, (1) 'Οταλαρή έγιτζε χαβαλαντηρημάκ ιλέ,

(2) Ζιπίλ βέ κούπερ γηγηνηλαρηνή, βέ ούστου άτζήκ άπτεσχανελερί βέ λαγημηλαρή ικαμετκιαχτάν άκαλλι γιούζ-γιούζ έλλι άρόσην ούζαγά κογιούπ χανελεριμιζιν έτραφηνή τεμιζ τουταράκ, (3) Χανέ ταχιλιντέ σόν τερετζέ τεμιζλιγιέ τικκάτ έτερέκ, γιατακλαρή βέ γιοργανλαρή χέρ σαπάχ χαβαλαντηρμαγά, σου πιρικεντιλερινί τέζ τέζ καλτηρμαγά, κιαριζιέρ ιλέ άπτεστχανελερέ σιφονλάρ, κομαγά τικκάτ έτμελί, (4) Τζαμασθηλαρή άκαλλι χαφτατά πір τερά τέπιλ έτμεκλε περαπέρ σαπονλου σητζάκ σου ιλέ βιτζούτ βέ τζαμασθηλαρή γιαϊκαμαγά βέ τενεφφούς έτιλέν χαβανήν ζιχρλένμεμεσι ιτζούν ιλλετλεμις άεγγζιν γιολλαρηνή σήκ σήκ γιαϊκαμαγά τικκάτ έτμεκλε.

Σ Ο Υ

1. — Πір κάτζ κούν σουτάν μαχρουμιγέτ μούτλακα ιζτιράπ η άζιμ ιλέ μεβτι μουτζιπ όλουρ.

2. — Βιτζουτιν ούτζέτ έικισί σου ττηρ. Σου γητά τεγιλ ισέτε γηταγη τέμισιλ έτμεκ ούζρέ ιναστέε ι πετενέ νάκλ έτέν πір βασητά όλμακλε περαπέρ, φαζλατην βιτζουτιέν τάρτ όλουμασσηνά γιαρτήμ έτέρ.

3. — Σου φαζλάτ νεβιντέν όλάν ματτελερί πόπρεκλερτέν, παγηρσακλαρτάν, τερί βέ άκ τζιγερλερτέν άληπ κούτουρούρ. Σίν ι κεμαλτέ πουλουαν σαγλάμ πір κιμσε ιτζιτιγι σουγιά, γετιγι ταμα βέ ισλετιγι ισέ κόρέ κούντέ 3, 4 λιτρά φαζλάτ τησάρή άτάρ.

4. — Χαϊβανάτ σουγριούν τεμιζλεγιτζι χασσεσινι τανήρ, βέ τζούμλεσινι ιτζιτιγι σου ττηρ.

5. — Βιτζουτιέν ιχράτζ έτιλέν σουγριούν γερινί σουτάν ματά χιτζ πір ιτζάι ιλέ τοι τουρμάκ δάμαζ. Τεμιζ-βέ τατλή σου ιτζετζεκ εν άλά ιτζάι ττηρ ζιρα πір ταχήμ τουζλάρ ιλέ καρησθή άγηρ σου ιτζιλιτικέ, βιτζούτ άνή έμέ πιλμék ιτζούν τουζλαρήν κήσ η άζαμηνή κεντιντέν ιχράτζ έτμελί ττηρ. Τουζλάρ μιτενίν παλγάμ ζαρηνή ιλιγιαπλαντη-

ρτηρ. Γιηίκανμάκ ιτζούν τε τατλή σου τερτζιχ όλουούρ.

6. — Σουγριού νιζάμ ούζρέ ιτζμέκ μέσελα, όιλετέ βέ άχ-σάμτα γεμεκτέν 3, 4 σαάτ σόρα, γιαχότ γεμεκτέν γιαρτήμ σαάτ κατάρ έββέλ, γιαχότ γιατληατζαγή ζεμάν ιτζμέκ, γεμék βακτηνητά ιτζμεκτέν έβλά ττηρ.

7. — Σου σάτχ η ζεμιντέν τεριντέ όλμαγιαν μενπαα-λαρτάν άληνητηγή τακτιρτέ σιραγέτ ι μικροπιγετέν σακημηάκ ιτζούν έββελα σουγριού κáινατμάκ κερέκ ττηρ.

8. — Τουνγιατά γιαλήνηζ ινσάν ττηρ κι κούτέν ναζιλ όλάν πάκ σουγριού ιτζετζεκ γερτέ πέρα, σεράπ, κονγιακ, ρακή μισιλλού μεφρουπάτ η κούλιέ σελκιντέ μούλεββές σουλαρή, βέ χέμ τε τζάι, καχβέ, σοκολάτ μισιλλού μούρεκεπέ σουλαρή ιντιχάπ έτέρ.

Σαχίχ ττηρ κι πάζη ότλάρ τζάι κίπι κáινατληλήτ άρά σπηρά ιτζιλιτικέ βιτζουτέ πір ζαράρ ιράς έτμεζιέρ, φάκατ τεμιζ, χαφιφ βέ περράκ σου 'Αδαμην ιτζάισι ιτι, πιζιμ ιτζετζεγμιζ τε ό όλμαλή ττηρ.

Ο Υ Ι Κ Ο Υ

1. — Ζιρούχ μαχλουκατην τζούμλεσι ούγιούρ, νεπάτ ταχί που κáιτεγέ ταπί ττηρ. Πόγιόμμεκλι ούίκου ζεμανηητά ταχά τζόκ όλούρ.

2. — 'Ακλά παλιγ όλμούς κιμσελερέ 8 σαάτ ούίκου λαζήμ ττηρ τζοτζουκλαρά, ιχτιγιαρλαρά βέ ναμιζάτζ κιμσελερέ ταχά τζόκ ούίκου λαζήμ ττηρ.

3. — 'Ικί χαφτά ούίκουσήζ καλμάγλε έσέρ κιμσελερ άκλαρηνή ζάι έτερλέρ, βέ ταπιατην ισπου λατιφ τιμαρτζησνητάν ούτζ χαφτά μαχρούμ καλανλαρά μέβτ μουακκάκ ττηρ.

4. — Ούίκουνην εν τζόκ φαίτεσι άνά εν τζόκ μούχτάτζ όλτηγημηζ ζεμανλαρτά όλούρ, γιάνι πір κιμσε πετενίλε βέ ζιχνίλε τζαλησθήπ γάγετ γιορουλτηκητά, χούτζτελεριν ισλεμεισιντέν τεχαττόús έτέν ζιχρλέρ ιλέ βιτζούτ τολμαζτάν έββέλ.

5. — Χαϊβανλάρ βέ βαχσιλέρ κέτζέ γιαροσηνητάν σόρα

ούγιουμακτάν ισέ έββέλ ούγιουρλάρ. μούτεμεττιν κιμσελέρ πουνλαρην όρνενινέ ιμιτισάλ έτσσελέρ έγι όλουρ.

6. — Τζοτζουκλάρ βέ ιχτιγιάρ βέ ναμιζάτζ κιμσελέρ έρκέν γιατμαλή βέ ισσετικλερι κατάρ ούγιουμαλή τηρλαρ.

7. — Έρκέν κάλκηνηζ· φάκατ ούγιαντηρητζή τζαλάρ σαάτ ιστιμάλ έτμέκ, βέ λιζουμηντάν ζιγιατέ γιαχότ λαζήμ όλτηγή κατάρ ούγιουτηγηνηζή πιλμέκ ιτζούν κέτζετέ πύρ κάτζ τάφά κάλκην σαατά πακμακτά ικτιζά έτμέζ. Τζαλάρ σαάτ κουλλαμακ μουμού ικι ούτζουντάν γιακμαγά πενζέρ, κέζαλικ σαατά πακμάκλε ταχί ούίκουσηζλήκ ιλλετινέ χετέφ όλούρσηνηζ. Μουκίγέν σαατά γιατμακ βέ ούγιαντηγηνηζτά κάλκμακ έμιν πύρ ούσουλ τηρ.

8. — Τακμάτάν σόυρα ούζούν ούζατηγια ούγιουμακ μουζύρ τηρ, τζούνκι χαζμή τεεχίρ για μέν έτέρ. Πεπεκλέρ πουντάν μουστεσνά τηρλαρ.

7. — Τακμάτάν σόυρα άγηρλήκ βέ κεβσεκλικ κελμεσι ταπίλ πύρ σέι τεγιλ τηρ. Πού χαλέ σεπέπ ένπούπέπ χαζμιγετέ γεμεκλεριν έκόμеси βέ πουντάν χασήλ όλάν μούτενεββι ζιχρλεριν βιτζούτ ταρφαρητάν έμιλμεσί τηρ.

10. — Χιτζ πύρ σέι ταπίλ ούίκουνην γερνι πούτάμαζ. Ούγιουτητζή βέ σερσεμελετιτζι ιλατζλάρ μουζζύρ τηρ.

11. — Γιαττηγηνηζ ζεμάν τικακ έτινιζ κι πασηνηζ σεριν, άγιακλαρηνηζ σητζάκ, μιτέ βέ παγηρσακλάρ ποσάλμής όλσούν.

12. — Ούγιούρ ικέν ούφουκι πύρ μεβλι ιχράζ έτινιζ. Γιούκσεκ γεούζ γιαστηκλαρή βέ σηκή κέτζελικλερτέν ιτζτινάπ έιλέγινιζ.

13. — Γιατάρ ικέν ούζερινιζε άγηρ βέ κάλην γεοργανλάρ άλμαγηνηζ. Κής βακτηντά πύρ κάτζ χαφίφ γεούν φανέλα γεοργανλάρ έν άλά όρτού τηρ. Τογρουτάν κούσ τούγεού τόσεκλεριν ούζερινιτέ γιατμακ πέκ μουζύρ τηρ, τζούνκι πουνλάρ περι έμερλέρ, γιαβάς γιαβάς τζούρουγούπ γιατάκ ότα-

σηνήν χαβασηνή ποζαράρ, μούτενεββι ιλλέτ μικροπλαρηνά ταχί κούζελ γιουβά όλουρλάρ.

14. — Τόσεκλέρ σουχουλέτλε γιαϊκανά πιλir ματτελερτέν γιαπηλμακ κερέκ τηρ, μέσελα κήλ, κέτζέ, γεούν, παμούκ βέ σαμάν. Χαβά τόσεκλερι έν άλασή τηρ.

15. — Τόσεκλέρ, γεοργανλάρ βέ τζαρσαφλάρ χέρ κούν χαβαλαντηρηλαράκ βέ τύγρουταν κουνεσίν περτεβλερινέ μαζχάρ έτιλερέκ κουρουτουμαλή τηρ. Κής κουνερινιτέ όταγη κήζτηραράκ γιαχότ άνλερι κουνεσέ άσπερερέκ κουρούτουνηζ.

16. — Γιατάκ ότανηζή κουντούζ βέ κέτζέ έγιτζε χαβαλαντήρηνηζ· σογούκ λμακτάν άκορκούγορ ισενιζ ζιγιατέ φανέλα όρτόνδουούζ, όμουζλαρηνηζή έγιτζε καπάγηνηζ, βέ πεμιζ χαβατάν μαχρούμ όλμακτάν ισέ πασηνηζά πύρτε ταγια (καλπάκ) κοσανής όλουρ.

T A A M

1. — Ίνσάν 40-50 κούν τακμ γεμεκσιζιν γιασάγια πιλir.

2. — Όμρέ ιλκ λαζήμ όλάν σέι τακμ τηρ τεγιού ινανμάκ γιαϊλής τηρ· πού χατά τζόκ κιμσελερι όις πογαζληγά σέβκ έτιπ βακτηντάν έββέλ όλμελερινέ σεπέπ όλμούς τηρ.

3. — Τακμήν βιτζούτ ι ινσανιγε χητμετι ινσανήν κεμάλ η γαιρέτ ιλέ ιβλεμελεριντέν χασήλ όλάν ζαγιατην γερνι πούλτουρμακ βέ τζεσετιν χεραρέτ βέ κουβθετινι ιπκά έτμέκ ούζρέ γιακατζάκ βερμέκ τηρ.

4. — Πού μακσετέ κιαφι κελεπιλμέκ ιτζούν τακμλαρημηζτά άλτή μεβάττ η γηταγιέ πουλουνμαλή τηρ, γιανι, άλπούμέν γιαχότ προτεϊτ, νισαστέ, έκερ, γεάγ, τουζλάρ βέ έκόιλέρ.

5. — Προτεντιλέρ μούτενεββι έσκιαλάτ πουλουνούρ· μέσελα, έττέ φαϊπριν, σούττέ κελειν βέ γεομμουρπατά άλπούμέν· πουνλαρτάν ματά τζεβιζ βέ έμσαλι γιαγλή μείβελεριν βέ γεουλάφ, πουγτάι, τζαβτάρ, νοχούτ, φασούλια βέ μερ-

τζιμέκ μισιλλού χουπουπάτ βέ σεπζεβατήν κήσμ η έχεμμινί τεσκιλ έτέρ.

6. — Νισαστέ, χαιβανί όλάν τααμλαρήν χέμαν κιάφ-φεσιντε πουλουνούρ. Άλ έλ χουσους πινιτζ, πατάτες, άρα-ρότ, χάσος έκμέκ βέ άλ έλ ούμούμ χουπουπαττά κεσρέτλε μεβτζούτ τηρ.

7. — Σεναί σεκερίν πάσλητζαση σεκέρ καμησηντάν ιμάλ όλουάν τηρ. Πού νέβ σεκέρ παντζάρ βέ σάιρ νεπατλαρτά πουλουνούρ. λεβουλόζ τευιλέν μείβε σεκερί, άρπά σεκερί, βέ ούζούμ σεκερί ταπιί σεκερλέρ όλούπ έμρι ταπιατά ούγιούν κελιρλέρ.

8. — Κουίρούκ γιαγή, περε γιαγή βέ καιμάκ μισιλλού χαιβαντάν άληνάν γιαγλαρτάν ματά γιαγ μενπαλαρή πουν-λάρ τηρ, γιανί τζεβιζ. πατέμ, φηνηκ βέ ζεϊτούν μισιλλού γιαγλή μείβελερ, μπησή πουγταγής, γιουλάφ βέ σουσάμ κι-πί χουπουπάτ, βέ φηστήκ έλ άπίτ ('Αμερικάν φητηγή) νάμ σεπζέ.

9. — Τουζλάρ ούζβι τααμλαρήν τζούμλεσιντε πουλουνούρ.

10. — Έκσίλερ πάσλητζα γεμισλερτέ βέ σούττέ που-λουνούρ.

11. — Άλτμής κηγέ άγρηληγηνητά όλάν πιρ άτεμέ κούντε 125-190 τερχέμ μεβάττ η γηταιέ λαζήμ τηρ. Πού μηκαρτά χαζμή καπιλ όλμαγίαν μεβάττ η χασεπιέ (σελι-λόζ) βέ σου ταχιλ τέγιλ τηρ. Μηκατάρ η μεζκούρ βιτζουτήν χατζμηνά, ισλενέν ισέ βέ γεμενί ούσουλουνά κόρε τεγαίγιούρ έτέρ. Πουνούν γιούζτέ όνού, γιανί 12-19 τερχεμι άλπούμέν γιαχότ προτειί, γιούζτέ άλτησή γιανί 7-11 τερχεμι γιαγ, βέ γιούζτέ σεκσέν τόρτ κησηή γιανί 84-160 τερχεμι νισασ-τέ βέ σεκερτέν ιπαρέτ πουλουμαλή τηρ.

Μουσαού Φλετζηρήν (M. Filetcher) τετζρούπεσινέ κό-ρέ 46 κηγέ σηκλετιντέ όλάν πιρ άτεμ. κούντε 124 τερχεμ-τέν ταχά άζ, άλ έλ ούμούμ γενιλενί άκαλλι ούτζτέ πιρ

μηκατηνητά, μεβάττ η γηταιέ άλμακ ιλέ εν άγήρ ισόλερ γιαπά πιλίρ άντζακ κι τααμη τζόκ τζίνεμεκ ιτζάπ έτέρ.

Προτειί γιαχότ άλπούμέν κανή βέ άσαπε(σινίρ), ταμάρ καρά έτ βέ πειν μισιλλού φούάλ κερεστελερί ταμιρ έτμέκ ιτζούν λαζήμ τηρ.

Σεκέρ νισαστέ βέ γιαγ χεραρέτ βέ κουβθετι ιπκά έτ-μέκλε περαπέρ τζεσετέττε πουλουνάν γιαγήν τεσίκινέ χατήμ όλουρλάρ.

Ούζβι τουζλάρ, κεμικλερέ γητά όλτουκλαρή κιπι, τιμάγ σινιρλέρ βέ σάιρ κερεστελερ ταχι που ζικημέτ ματτεγε μούχ-τάτζ τηρλαρ.

Ταπιί ούζβι εκσίλερίν βιτζουτέ χητημετερι χέμαν σε-κερλερίν χητημετι κιπι τηρ. Πουντάν ματά γενιλέν τααμλαρήν κανά καρησήτ τεμισίλ όλουμαλαρηνά βέ ζεχρλι ματτελερίν τζεσετέτν έχράτζ έτιλμεσινέ μουαβενέτ βέ τουζλάρ μισιλλού χαζμ. σουλαρηνήν τερεκινέ ιστιράκ έτερελέρ.

12. — Τζεβιζ βέ έμσαλι γιαγλή μείβελερ γιούζτέ 85-90 μεβάττ η γηταιέγέ (γιούζτέ 45-50 γιαγ βέ γιούζτέ 20-25 άλπούμέν) χαβι όλούπ, νισαστελερί πέν άζ τηρ.

Χουπουπάτ χάιλι νισαστέ (γιούζτέ 60-70) βέ πιρ μη-κατάρ (γιούζτέ 40-45) άλπούμενι χαβι όλούπ, γιαγλαρή πέν άζ τηρ.

Νοχούτ, φασούλια βέ μερτζιμέκ κιπι κουρού σεπζελερτέ τζόκ άλπούμέν (γιούζτέ 20-30) πουλουνούρ, φάκατ νισαστε-λερί χουπουπαταρτάν άζ τηρ Γιαγλαρή χουπουπατηνινέ μουσαβι κελίρ. Κουρού σεπζελερίν καπουκλαρηνά άσιτ ούρικ καπιλιντέν πιρ ματτέ βάρ κι χαζμλαρηνή κούτζλεστίρ-μέκ ιλέ περαπέρ, τζοκτζά γενιτικλεριντέ γέλ (ρευματισμός) χασήλ έτερελέρ. Γέλ, νεκρίς (γιαρημητζά πάσ άγρησή) βέ έμ-σαλι ιλλετλερέ μούπτελά όλανλάρ πουνλαρή γεμετιλερί τακ-τιρτέ έγι έτερελέρ.

Έλμα βέ έρικ κιπι γεμισλερτέ γιούζτέ 84-90 κήσημ

σού βέ γιούζτε 10-20 κήση μεβάττ η γηταιγιέ (μούχτελιφ μηκταρτά σεκερ βέ ούζβι εκσίλερ) πουλουνούρ. Μόζ (πανάνα) βέ κουρού γεμισιλόρ (γιούζτε 26-68) πεσεγιτζι χασσιγετι χαβι τιρλερ.

ΧΑΖΜΗΝ ΙΤΖΜΑΛΕΝ ΠΕΓΙΑΝΗ

Χάζμ ιτζούν 5 αλάτ βάρ τηρ άγηζ, μιτέ, καρά τζι-γερ, όζτέν βέ ούζτάν (πανκρέας) βέ παγηρσακλάρ.

Γεμεγι χάζμ έτέν σουλάρ ταχι πέσ τιρ. σάλγιαρ (πούκ-ρούκ), μιτενίν σουγιού, σαφρά, όζτέν βέ ούζτάν σουγιού βέ παγηρσακ σουγιού. Μεζκιούρ σουλαρτάν χέρ τιρι αλάτ η χαζ-μιγενίν πιριντέν σιτούρ έτέρ.

Καπίλ ι χάζμ αλάτ μεβάττ βάρ, νιάσπέ, άλπούμεν, γιαγλάρ σεκερλέρ, τουζλάρ βέ εκσίλερ.

Σαλγιαρ νιάσπεγι χάζμ ιλέ μαλτοζτενιλέν σεκερέ τεπίλ έτέρ.

Μιτενιγγ σουγιού άλπούμενι χάζμ ιλέ πεπτονά τεπί-τίλ έτέρ.

Σαφρά όζτέν βέ ούζτάν σουγιού ιλέ πιρλικτέ μιτετέν πιρ κάτζ παρμάκ άσαγητά παγηρσακλαρά τόκούλούρ βέ γιαγή σούπεγελεντιρίρ.

Όζτέν βέ ούζτάν (πανκρέας) σουγιού νιάσπέ, άλπούμεν βέ γιαγλαρή χάζμ έτέρ.

Παγηρσακ σουγιού μεβάττ η γητεβιγενίν κιάφρεσινι τί-κερ χάζμ σουλαρηντάν χιτζ πιρινινίν χάζμ έτμετιγι καμής σεκερινί ταχι χάζμ έτέρ.

Χάζμ σουλαρηνήν τζούμλεσι ούζβι τουζλαρή χάλλ έτερ-λέρ. Ματέν τουζλαρή κέτζ έμιλιρλέρ.

Γενιλέν γεμεκλέρ έγιτζε τζίνενιλιμς όλούρ ισέ σαλγιαρ ιλέ τολτουρουλιμούς όλαρακ, γιουτουλτηκτάν σούρα μιτετέ γιαρήμ γιαχότ ούτζ τζαργέκ σαάτ μικταρή, γιανι μιτέ κεν-τινίν εκσί σουγιού ιλέ τολούντζαγε τεγίν, ταχά σαλγιαρην τε-σιρνέ χετέφ όλούρ. Έγερ ταάμ κουρού όλούρ βέ έγιτζε τζι-

νενερέκ γενιλιρ ισέ, σαφρά βέ πάνκρεας σουλαρηνήν παγηρσακ-λαρτά χάζμ άμελιντέ σαλγιαρ τεκράρεν ιτζράι άμελε πασάάρ.

Άλπούμεν βέ φαίπιρν μιτετέ άνην χουσουσι σουγιού ιλέ χάζμ όλουνούρ.

Σούττε πουλουνάν χαιθανι καζαίν, βέ νοχούτ βέ φα-σούλια βέ μερτζιμεκτέ πουλουνάν νεπατι καζαίν πάσλητζα κούτζούκ παγηρσακλαρτά χάζμ όλουνούρ.

Έκσίλερ χάζμ όλουμάζ, άντζακ χάλλ όλουνούτ τέρχαλ έμιλιρλέρ.

NE GE ME EI

1. — Μειθέ ιλέ χουπουπάτ ισανήν ταπιύ τααμή τηρ.

2. — Νεπατάτ ιλέ κέτζινέν κιμσελέρ έτ γεγενιλέρ κατάρ βιτζούττζε βέ ζιχντζε καθι όλουρλάρ, ταχά σαγλάμ βέ γιορ-γουνλουγά ταχά ταγιανηκλή βέ ζάπτ η νεφέ ταχά ζιγιατέ μούκτετίρ τιρλερ. *Αλ έλ ούμούμ δμρλερι ταχά ούζούν όλ-μάγλε περαπέρ, έτ γεμεκτέν χασήλ όλάν νιτζέ ιλλετλερτέν περι όλουρλάρ. Χουσουσάτ η μεζκούρε χαιθανάτ χακκηντά ταχι σαχίγ τιρ.

3. — Μειθελέρ ικι κησμά μουνκασέμ τιρ, γιανι έτλι σουλού γεμισιλόρ κι πουνλαρην άντζακ έτ κησμή γενιλιρ, βέ καπουκλού μειθελέρ, πουνλαρην τα έτζ κησμή γενιλιρ.

4. — Ταζέ γεμισιλόρ χαβι πουλουντουκλαρή εκσίλερ μα-ριφετίλε μικροπλαρην τεσιρινέ μουκαβεμέτ έτερελέρ γεμισιλόρ χάμ ικέν νιάσπεγι χαβι όλουρλάρ, κι ταχά σεκερέ τεχαβ-βούλ έτμεμις τιρ. Πέν όλγούν πουλουντηκλαρηντά ταχι εκ-σίλερ τεχαμμούρ έτίπ ποζουλουρλάρ, πεσεγιτζι βέ χηφζ έτι-τζι χασσιετλερι ζαί όλούρ.

5. — Άλπούμεν γιαχότ προτείτ τζόκ πισεριμεγέ μούχ-τάτζ τεγίλ τιρ. Πίσμεμις για άζ χεραρετέ πισίμις όλούρσα ταχά σουχουλέτλε χάζμ όλουνούρ. Χαιθανι άλπούμεν πισί-ριμλεμλί τιρ, τζούνκι ιτζιντέ πουλουνάν μικροπλάρ πισίμεκλε μάχβ όλουρλάρ.

6. — Νισαστέ πέν ούττετλι χερραρεττέ έγίτζε πιόριυλιέκ κερέκ τιν. Νέ κατάρ ζιγιατέ πιόερεσε ο κατάρ ζιγιατέ λεζετλι βέ χαζμή κολάι όλούρ. Πιόμεμις νεσαστέ σάνκι χιτζ χαζμ όλουμαζ. Πιόμεκλε χαφίφτζε σεκερέ τεχαβθούλ έτμις όλάν νισαστέ έγίτζε τζιινεντιγι τακτιρτέ κήσμ η άζαμη άγηζτά χαζμ όλούρ.

7. — Σεκέρ καμησηντάν βέ για παντζαρτάν τζηκαρηλάν σεκερλεριν τερκιπί σεναί όλμάγλε ταπιύ σεκερλερτέν ζιγιατέ μουτζίπ ι τεχαμμούρ τιν· σου χαλτέ άζ ιστιμαλ έτιλμελι τιν.

8. — "Ιτζ γιαγή, κουίρουκ γιαγή, τερέ γιαγή κιπί σάφ γιαγλάρ διλε σάφ χαλτέ ταπιαττά πουλουμαζ. Ταπιύ γιαγλάρ για σούπγιά χαλιντέ, για τα γάγερ ούφατζήκ τακσιματ χαλιντέ πουλουνούρ. Καϊμάκ βέ σούτ σούπια σεκλινέ κούζελ πέρ μισάλ τιν. Τζεβιζ καπιυλιντέν γιαγλή μειβελερτέ βέ χουπουπαττά γιαγή άντζακ χουρτεπιν ιλέ κούρουλεπιλέν ούφατζήκ κησυλαρά τεφρικ έτιλμις πουλουόρηζ. Τζεβιζ, πατέμ, φηνητήκ, φηστήκ, 'Αμερικάν φηστήγη βέ έμσαλι γιαγλή μειβελέρ λεζιζ όλμάγλε περαπέρ, έγίτζε τζιινεντιγι γιαχότ έζιλτιγι χαλτέ χαζμή κολάι τιν.

ΤΑΑΜΗ ΝΑΣΗΑ ΓΕΜΕΛΙ

1. — Έγίτζε τζιινένγιμζ. Γενετζέκ ταάμ ιντιχάπ έτιλτικτέν σόυρα ταπι όλατζαγημήζ κανουυλαρήν έγεμμι πού τιν. Τισλεριντζι μουχαφαζά έτινιζ βέ σέρτ σειλέρ γεμεγέ άλλοστήρηνηζ. Ταάμ άγηζτά νε κατάρ τζόκ καλήρ ισε μιτετέ βέ παγηρσακλαρτά όλ κατάρ άζ καλήρ. Πά τετζριπέ ταχικι έτιλμις τιν κι ταάμ τεμαμηίλε τζιινεντιγι τακτιρτέ μεβάττ η γηπαύγεσινύ 100τέ 90 κησηή έμιλίρ.

2. — 'Ατζελε γέμεγιμζ, βέ γέρ ικέν τζαηνηζ σηκηντηλή όλμασιν.

3. — Έκμék, πεκσιμέτ, πατάτες, κουρού γεμισλέρ μισιλλού κουρού ταάμ γεμιγι τερτζιχ έτινιζ. Έγερ σουλού γεμεκλέρ γεγετζέκ ισενιζ έγίτζε τζιινεντιπ σαλγιάρ ιλέ τεμάμ

μέζτζ βέ χαζμ όλουά πιλμεσί ιτζόυν περαπεριντζε κουρού ταάμ ταχι γέγιμζ.

4. — Γεμέκ έσνασηντά σου Έτζμεγιμζ· τζούνκι έβθελα λαζμή τέγιλ τιν. Τααμή ήσλατμακ ιτζόυν λαζμή όλάν σου γιαλήνηζ σαλγιάρ τιν (σητμά βέ χούμμετάν τουτουλανλάρ που καίτετέν μούστεσνά άττ όλουναπιυλιέρ.) Σάνιεν, ιτζιλέν σουλάρ σαλγιαρήν κεσινυλινι άζαλτηρλάρ. Σάλισεν, σουλού τααμλάρ τισλερι βαζιφελεριντέν αλή κομάγλε ζαιφλεντιριόλερ. Ράπιεν, γεμέκ τζιινεντιπ σαλγιάρ ιλέ έγίτζε μέζτζ έτιλμεζτεν γουτμακ τατζιλ έτιλίρ, Χάμισεν, ιτζιλέν σου μιτετέν τζεκιλιντζεγε κατάρ χαζμ η μιτεβιγέ τεχιρ έτιλίρ. Σογούκ μεσρουπάτ ταχά φενά τιν· ζια σεύγαλληκλαρήίλε χαζμή μέν έτμελεριίλε περαπέρ, μιτενίν μούχτεβιγιατηνήν τερετζέ ι χερραρετινι εκσιλιτιπ, μιτέ χερραρέτ ι ταπιύγεσινι κερι κέσπ έτιντζεγε τεγίν χαζμή τουρτουρούρ· γιαρήμ κατέχ σογούκ σου χαζμ ιόνι γιαρήμ σαάτ κατάρ τεχιρ έτέρ,

5. — Γεμέκ ιτζόυν ιντιχάπ έττιγιμζ νεσνελεριν τερκιπί αλά όλσούν. Άλά ταάμ τερκιπλερι σουνλάρ τιν. (1) Χουπουπάτ, (έκμék, πουγτάι, πιριντζ βέ έμσαλι) κουρού σετζελερ βέ γιαγλή μειβελέρ άτι ούζ ζικρ γεμεκλεριν πιρίίλε, γιανι γεσίλ νεπατάτ γιαχότ γιουμουρτά. (2) Σούτ βέ ταζε γιουμουρτά γιαχότ τατλή γεμισλέρ (σεκέρ κατήλμασιν.) (3) Γιουμουρτά βέ μειβέ.

Φενά τερκιπλέρ σουνλάρ τιν. (1) Σούτ βέ σεκέρ γιαχότ τζόκ σεκέρ ιλέ κρησμήζ τααμλάρ. (2) Γεμισλέρ βέ γεσίλ νεπατλάρ. (3) Σάι (σατέ) γιαγτά πιόμις για καθρουληζ γεμεκλέρ.

6. — Πιρ όγιούντέ πέν μούτενεββι τααμλάρ γεμεκτέν ισε χέρ κούν γεμέκ λισασηνή τεγιότιμék έβλά τιν. 2-4 τζεοιτ ταπάκ γεμέκ πιρ όγιούν ιτζόυν γάγερ κιαφι κελίρ. Μούτενεββι όλσούν τεγιού πιρ όγιούντέ γιμιζ βέ χουπουπάτ, τίκερ όγιούντέ γεσίλ νεπατλάρ βέ χουπουπάτ γεγέ πιλρισινζ.

NE BAKHT GEMELI

1. — Μιτεγέ κεντί ις ζεμανλαρή άρασηντά πür άζ τα ιστιραχάτ βακτῆ βεριλμελί τῆρ. Πür όγγιούνούν χιταμηνητάν τίκερ όγγιούνούν ιπιτιτασηνά κατάρ 5 — 6 σαάτ μιρούρ έτμελί τῆρ. Χαζίμ η μιτεβί άλ έλ ούμούμ 4 — 5 σαάτ σούρέρ.

2. — Ουϊκού πασμαζτάν έββείλ μιτενίν χάζιμ ισί τεμάμ όλμακλή τῆρ.

3. — *Εγερ τααμλάρ έγι τερχίπ έτίλιπ βιτζουτίν κουβ-βετλερινίν γαίρετλί ζεμανλαρηνητά γενιλίρ ισέ, έκσερ κιμσελέρ ιτζούν, άλ έλ χουσούς ότουραράκ ισλεγενλέρ ιτζούν κούντέ ικί κερέρ γεμέκ κιφαγέτ έτέρ (όυλετέν 3 σαάτ έββείλ βέ όυλετέν 4 σαάτ σόύρα). *Εγερ πού βακητλάρ μούνασιπ όλμαζ ισέ, κούντέ ούτζ όγγιούν γεμέκ τερτζίχ έτίλιρ, σού άρντ ιλέ κι σόν όγγιούν σατέ βέ χαρίφ όλουπ όυλετέν 6 — 7 σαάτ σόύρα γενιλσίν. Πür γιασηνητάν άσαγή όλάν τζοτζουκλάρ, ιχτιγυαρ-λάρ βέ χούμματάν τουτουλμούς κιμσελέρ πού καύτετέν μούσ-τεσνά τῆρλαρ.

GEMEK ΧΟΥΣΟΥΣΟΥΝΤΑ ΧΑΤΑΛΑΡ

1. — Όργιούνλέρ άρασηνητά ταάμ έτρέκ μιτεγι ποζμάκ ιτζούν έν έμίν πür γιβλ τῆρ. Ένπουτέ ι χαζιμιγέ κήσμεν ήζ-λαττάν ιπαρέτ όλουπ άλάτ η σαίρε κιπί νιζαμί σουρεττέ ισ-λεμέκ ιτζούν γιαπηλημής τῆρ. Πινάπερεν όγγιούνλέρ άρασηνητά μιτεγέ χίτζ πür σέι χαττά πür έλμά πιλέ κίρμελί τεγίλ τῆρ.

2. — Πέκ τζαπούκ γεμέκ πür χατά τῆρ, πουντάν ιτζ-τινάπ έτμενίν γολού κουρού γεμεκλέρ γεμέκ τῆρ. Ίνσάν γε-τιγι τααμήν μικταρηνητάν τεγίλ άντζακ πιλ χάζιμ τεμισίλ έτ-τιγι μικταρτάν ιστιφατέ έτέρ. Τάμμ τεμισίλ, γιάνι μεκίούλα-τήν πάτ έλ χάζιμ βιτζούτ ιλέ χεμτζίνς έτίλμεσίλε άντζακ μούμκλίν τῆρ.

3. — Πέκ σητζάκ τααμλάρ βέ ιτζικιλέρ μιτεγι ζαίφ-λεντίφρ.

4. — Τααμλάρ σογούκ χαλτέ γενιλτικτέ χάζιμ όλουνα-

πιλμελερί ιτζούν βιτζούτ άνλερί χάιλη μασράφ ιλέ ήσητρα-λή τῆρ. *Ο ζεμανά κατάρ τα μιτετέ τεχαμμούρ έτμελερί μούχτεμέλ τῆρ.

5. — Σάι γεαγηνητά πύμις γιά καθρουλμούς τααμλάρ λεζετλί όλούρ ισέτε χαζιμλαρή πέκ κούτζ όλμάγλε περαπέρ φενά νεβτέν κán γεαπαρλάρ.

6. — Πιπέρ, χαρτάλ, ζεντζεφίλ, ταρτζίν βέ έμσαλί πε-χαράτ γητά όλμαγιηπ, μιτέ ιλέ σινιρλερί ταχτίλ ιλέ ζου-κιάμ βέ χαζιμσηζλήκ βέ σάίρ ιλλετλέρ χασήλ έτερλέρ, βέ τααμλαρήν λεζέτ ι ταπιύγεσινι κατζηρηρλάρ.

7. — Φενά πείνιρ, τουρσού, έτ, γιαγλή σαλτζαλάρ, άλ έλ χουσούς καρπονάτ τί σούτ ιλέ γιαπηλημής σείλέρ μιτεγέ άσλα κριτιριλμεμελί τῆρ. Σηχχετλερινι μουχαφαζά έτρέκ, γυ-χούτ σίφα πούλμάκ ιστεγενερίν γεμέκ λισταλαρηνητά πουνλάρ πουλούναμααλή τῆρ. Ρακῆ, κονιάκ, σέραπ βέ έμσαλί μούσκι-ράτ, τζάι, καχβέ, κοκόα κιπί ιτζικιλέρ ταχά μούζιρρ τῆρ. Τζόκ γιασαμάκ βέ σαγλάμ, όλμάκ ιστεγενλέρ κεντί βιτζουτλερινι πούτουν ιλέ ναπάκ έτμεμελί τῆρλερ.

ZIGIA

1. — Ζιγιά χέρ νέ κατάρ χαβά, σού, ούϊκού βέ ταάμ κατάρ μουχιμμ τεγίλ ισέ τε, χαγιάτ η νεπατιγέ βέ χαιβα-νιγέ ούζερινέ πür τεεσίρι μουχιμμ ιτζρά έτέρ.

2. — Άρζά τογρουτάν τογρού τζαρπάν, σέμς περτεβλε-ρινίν κουββετλί βέ τεμιζλεγιτζί τεσίρι όλμασα ιτί μιχροπλάρ γαγέτλε τεκεσσορ έτέρ, νεπατάτ κεντιλερίν γεσίλ ρενικλερινι γαίπ έτίπ πεγιαζλανηρλάρ, βέ χαβανήν ματτέτ ούλ φαχιμί ιλέ άζοτηνή τεμισίλ έτρέκ χασσελερινι ζάι έτμελερίγλε τέρ-χαλ χαβά τενεφρυσέ γιαραμάζ πür χαλέ κελίρ ιτί.

3. — Ζιγιά, άλ έλ χουσούς σέμς βέ ήλεκτρικ ζιγιασή χεραρέτ, νούρ βέ κιμγεβί περτεβλερτέν μούρεκκέπ τῆρ. Πουν-λάρ πür μενσούρ τζαμτάν κετζιριλτικτέ σατέ κός ιλέ κόρούλε-τζέκ γετί ρνικλερέ άίρηλήρ, γιάνι κηρηζή, τουρουντζού, σα-

ρή, γεσίλ, μαθι τζιθιτί βέ μενεκσέ. Πουνλαρτάν ματά άλάτ η μαχσουσέ ιλέ κόρουλεπιλέν σάιρ ρενκλερί ταχί χαβί τιρ, μέσελα Χ, γιάχου Ρόνκέν σουαή βέ ραδιόν κιπί τζισμλερτέν σιδούρ έτέν περτεβλέρ.

4. — Κηρηκζή, τουρουτζού βέ σαρή περτεβλέρ χεραρέτ τεβλιτ έτενλέρ ολούπ, γιαρά, τζηπάν βέ έβιλτζελεριν σαγαλ-μασσηή τατζιλ βέ τζουμλέϊ άσαπιγεγι τεσβικ έτερλέρ.

5. — Μαθι, τζιθιτί βέ μενεκσέ περτεβλεριν τειρι τα-χα ζιγατέ κιμγεθι βέ ταχλιλι ολούπ, ιμλάχ η φωτογραφιγέ βέ σάιρ τουζλαρή χάλλ βέ μικροπλαρή τελέφ, βέ τζουμλέϊ άσαπιγεγι τεισκιν έτερλέρ.

6. — Σεμσιν τογρουτάν τογρουγιά τζαρπάν περτεβλερι πιρ τακιέ ζαρφηνά έν μουκαθεμετλι μικροπλαρή τελέφ έτέρ, Πουνλάρ βιτζουτέ σουχουλέτλε κιριπ κερεστελεριν χότζ-ρελερινι ιχγιά, άκς η τεμσιλι τατζιλ, βέ μουχιτιν τερετζέ ι χεραρετι βιτζουτιν τερετζέ ι χεραρετιντέν νοκσάν ολτηκιά περ-λεμεγι τεσβικ έτέρ. Πινάπεριν πιζ ταχί τερτζίχεν πεγιάζ, γιάχουτ χαφιφ ρενκλέρ βέ μεσαμματλή σειλέρ κιμμελι ιζ, τά κι χαβά βέ ζιγιά πιλ σουχουλέ κιρεπιλσιν. Ζιγανήν ισπου τε-σιράτ η άτζιπεσιντέν νασί κόνές πάνγολαρη, Φίνσην νάμ ζατην ιτζάτ έττιγι τεταβιλέρ, βέ ήλεκτρικ πάνγολαρη σι-φαπάχξ βασηταλάρ τηρ.

ΤΑΑΙΜ Ι ΗΕΤΕΝ

1. — Βιτζουτιμιζτέ 500 τέν ζιγατέ ήζλάτ (καρά έτ) πουλουνοπ βαζιφελερι τεκαλλούς έτμεκ, γιάνι τζεκιλιπ που-ζουμλέκ τιρ. Άζελελέρ ισλεττιριλμετικλερι τακτιρτέ, ισλετ-τιρλιμεγεν σάιρ άλετλερέ βουκού πουλτηγή μισιλλού τουτζά-ρη ζαάφ ολουρλάρ.

2. — Κουτζούκ τζοτζουκλάρ έν τζοκ χερενέτ έτενλέρ ολούπ τζινσλερινίν έν ζούζελ νιμουνελερί τιρλερ.

3. — Ισλέμεγεν κιμσελεριν άλ έλ ούμουμ ισπαχαλαρή άζ ολούρ, βέ σαγλάμ ούκουτάν μαχρούμ. ολουρλάρ.

4. — Ταλιμ ι πετέν σουρέτ ι μεβζουνέ βέ μουνταζαμετέ, βιτζουτήν σέκλ ι ταπιισινι ιχλάλ έτμεγερεκ ιτζρά ολουμα-λή τηρ. Όλλεττέν χένουζ κέσπι ιφακάτ έτμεκτέ ολανλάρ, γιάχουτ άζαλετλερι ζαίφ βέ γιουμουσάκ ολανλάρ ταλιμ ι πε-τεντέν σούρα άζαλετλεριντέ άγρή, άτζή χίσις έτερλέρ ισέ ποσ-λάμαχηπ ικτάμ έττικλερι χαλτέ, άλαμέτ ι μεζκούρέ ζαιλ ολούρ.

5. — Μουταλααγιή ταλιμ ι πετέν ιλέ πιρλεστίρμελι τιρ κι όμρτέ άλά πιρ νετιτζέ χασήλ ολσούν. Γιαλνηζ μούτα-λαά ιλέ ιστιγαλ έτενλέρ τζαπουκ ολουρλέρ βέ γιαλνηζ βι-τζουτλεριίλε ισλεγενλέρ άλ έλ ούμουμ άλά τερετζετέν κουβ-βέι χαγιατιγεγι μαλικ ολμαζλάρ χέμ τε ιλλετλερέ τερετζέ ι κιφαγετέ μουκαθεμέτ έτέμεζλερ.

6. — Άτζήκ χαβατά ισλεμék βέ γιουρούμék ταλιμ ι πε-τενίν έν άλά νεβλεριντέν τιρ. Μουζμιν χασταληκλαρτά ταλιμ ι πετενι άσλα ιχμάλ έτιλμεμελι τιρ. Σουρέτ ι μούτεπιρανετέ ιτζρά ολουνηγή τακτιρτέ χαζμά γιαρτήμ έτέρ, τενεφφουσού τερινλετίρ, τζεβλάν η τεμι τεστίτ έτέρ, κανή τερινίν σατχη-νά τζηκαρήπ ταχιλτέ πουλουνάν καν τοπλαντηλαρηνή έκσιλ-τίρ, βέ τζουμλέϊ άσαπιγεγι τεισκιν έτέρ.

7. — Πασλανμακτάν ισέ άσημάκ ταχά έγι τιρ βέ λά-κιν άγινέ μισιλλού τζιλαλή ολάν κιμσέ νέ πασλανήρ βέ νέ τε άσηνήρ.

8. — Ταλιμ ι πετέν μεβτζουτ ολάν έν μούεσσίρ βέ ού-μουμι βέ άμελι πιρ τεβά τηρ.

ΕΛΗΙΣΕ

1. — Έλπισέ σιννέ, τζινσιγετέ, άχβάλη σηχετέ, μου-χιτιν τερετζέ ι χεραρετινέ, ικλιμέ βέ μεσγουλιγετέ ούιτουρηλ-μαλή τηρ.

2. — Έλπισενίν σηχι ήλμασή ιτζούν σηκλέτ χαλτζα-λαρά τέγιλ ήλλα όμουζλαρά βεριλμελι, βιτζουτήν χέρ κη-μή μουσαβάτ ούζρέ κιγιτιριμμελι τιρ.

3. — 'Ελπίσέ δὴλέ κεβσέκ ὀλμαλή τηρ κι ὀμουζλάρ σιλ-
κιλτικτέ, γιάχῶτ κολλάρ παστάν γιοκαρή καλτηρηλητικτά
περαπέρ καλτηρηλαπιλοίν κορσελέρ ἰλέ χέρ νέβ σηκὴ λιπασ-
λαρὴν ἰστιμαλή τέρχ ἐτίλμελί, βέ ἀνλερίν γερινέ ὀμουζτάν
ἀσηλή σηχχέτ γελεκλερέ ἰγιτί, ἄλτ ἐλπισεγι ἀνλερέ ράπτ
ἐτμελί. Πού γελεκλέρ πελιν ὀλτζῶσουσντέν πές σαντιμέτρο κε-
νίς ὀλμαλή τηρ κι ἰνσάν τεμάμ τενεφφούς ἐτέπιλοίν. Κορσε-
λέρ ἰλέ σηκὴ ἐλπίσέ βιτζῶυτήν ἐνταμνηή ποζτηκτάν ματά,
ἄκ τζιγερλερί, κεπτί (καρὰ τζιγέρ), μιτεγι καλπὶ βέ σάιρ ἄ-
λάτ η ταχίλιγεγι ταζγικ ἐτίπ κανήν σερπεστί ἴ τζεβλανηνά
μανὶ ὀλουρλάρ. Ἄλάτ η μεζκούρε σουρέτ ἰ λαγινηκετέ νέ πῶ-
γιουρλέρ νέ τε ἰτζρά ἰ βαζιφέ ἐτερλέρ, βέ παγηρσακλαρά τογ-
ρού ἐνίπ ἐνθά ἰλλέτ βέ ἰζτιραπή μουτζίπ ὀλουρλάρ.

4. — Κατιμέν καλμά μούτζεσσέμ σουρετλερίν, βέ πῶ-
τῶν ὀμρλεριντέ ἄσλα κορσέ τακὴγμαμῆς πινλέρτζε κατηνλα-
ρὴν νισπί ὀλτζῶυλερί κόστερῶ κι κατηνλαρὴν σεκλι ἰκὶ πίν σε-
νέ ἐββελλερί νέ ἰτί ἰσέ σίμτι ταχὶ χέμαν ὄτηρ.

5. — Τεμάμ πῶγῶμῶς πῆρ κατηνήν πέλ ὀλτζῶσουῶ
καμέτ ἰ βιτζῶυτηνήν γιούζτέ 45 — 47, βέ πῆρ ἐρκεγίν πέλ
ὀλτζῶσουῶ γιούζτέ 42 — 45 νιστεπιντέ ὀλατζάκ τηρ. Σίμτικὶ
μῶτα ἐλπισελέρ τζεσετίν ἐνταμνηή ποζάρ. Ἐἰ καριγρῶν ἰ κι-
ράμ! ὀλτζῶυλεριντζὶ ἀλήπ ἀκκηνηζ, σηκὴ ἐλπισεγέ σίζτε κουρ-
πάνμησηνηζ ;

6. — Πατζάκ βέ κολλαρὴν βεριτλερί (κάν ταμαρλαρὴ)
νισπέτεν πετενὶν βεριτλεριντέν ταχά καλήν τηρλαρ τζῶνκι
ταπιάτ βιτζῶυτην μῶντεχαλαρηνά (οὔτζ κησμηλαρηνά) ζιγια-
τέ καν βέ χεραρέτ κόντερῶ. Πού σεπεπέ μεπνὶ πατζάκ βέ
κολλαρὴ πετεντέν ζιγιατέ ἰσά ἐτίπ σητζάκ τουτμαλή ἰζ.

7. — Γιάζ βακτηντά κετέν γιά παμουκ τζαμασῆρλάρ
μουβάφηκ τηρ. Κῆς μεβσιμιντέ βέ γιά ὀιττέτλε ἰς ἰσλεμεκ-
τέ γιῶν τζαμασῆρ ἰγιμέκ ἐγὶ τηρ, τζῶνκι περὶ ἐμμέκλε για-
βάς γιαβάς κουρουτῶρ. Γιῶν φενά πῆρ νάκλι ἰ χεραρέτ ὀλ-

μάγλε χαβανὴν ἄπανσηζ τεπιτατηνά καρὴ τζεσετι μουχα-
φαζά ἐτέρ.

8. — Πελτέν ἀσαγή ἀγήρ φιστανλάρ κίμεκ μουζιρρ
χέμ τε λιζουμηζ τηρ ζιρα πατζακλάρ σητζάκ τουτουλτη-
γὴ τακτιρτέ τζῶκ φιστανά χατζέτ καλμάζ.

9. — Οὔζῶν φιστάν βέ ἐλπισελέρ φιζουλι σείλερ τηρ.
Γιαγμουρλόυ χαβατά κερλενίπ ἠσαντηκτάν ματά, πατζακ-
λαρὴ βέ τοπουκλαρὴ νεμλεντιριλέρ, ἀγήρ βέ ζαχμετλι ὀ-
λουρλάρ, σοκακλαρτάν τῶζ βέ μικρότ βέ χέρ νέβ πισλικ ἄ-
ληρλάρ, βέ σερπεστί ἴ χερεκετέ μανὶ ὀλουρλάρ.

10. — Ἀγιακλαρά ἄλ ἐλ χουσουῶ κῆς μεβσιμιντέ φέβι
ἐλ γαγέ τικκάτ ὀλουνηαλή τηρ, Κουντουραλάρ κενίς βέ κου-
ρού ὀλμαλή, ἠσαντηκλαρηντά ἀνλερί βέ ἔγερ λαζήμ ἰσέ τζο-
ραπλαρὴ τεγιῶτιρμελίγιζ. Λέρ ἰῶν ἰκτιζά ἐττιγιντέ τεγιῶτιρ-
πιλέκ ἰτζῶν ἰκὶ τζιφτ κῶντουρα πολουνητηρμάκ ἐγὶ τηρ.

11. — Τζῶκ ἐλπίσέ κίγιμέκ βιτζῶυτὴ γιοράρ. Πουνλάρ
βερτικλερί φαζλά χεραρετίν νετιτζεσί ὀλαράκ τζιλιτί (τεριγι)
ζαῖφλεντιρτικτέν ματά, σερπέστί ἴ χερεκετέ γάρι μῶμκιν ἐ-
τερλέρ. Ἰνσανὴν σηκλετι ἰλέ μῶννασῆπ μεσαμματλή (τελικλι)
ἐλπίσέ ἀγήρ βέ σῆκ τοκουμῶς ἐλπισετέν ἐβλά τηρ.

TEMIZLIK

Σῆκ σῆκ πάνγιο ἐτερέκ τζιλιτί κερλετέν πατχιρ ἐτρέκ-
λε, ζάτεν σηχχέτ βέ ἀφιεττέ ὀλανλάρ σηχχετλερινὶ μουχαφα-
ζά ἐττικλερί μισιλλῶυ ναιμζάτζ ὀλανλάρ τὰ ταχά τέζ κέσπ ἰ
ἀφιέτ ἐτερλέρ.

Μεζκούρ κερλέρ γιά χαριτζτέν κελίπ τζιλιτέ γιαπησῆρ-
λάρ, γιά τα ταχίλιτέν τέρ μεσαμματλαρηντάν τζηκῆπ τζιλ-
τίν σατχηνητά καληρλάρ. Βιτζῶυτέν τησῶρ ἀτηλάν φαζλάτ,
κὶ πουνλαρὴν πάζηλαρὴ ζέγρ τηρ, τζιλιτί γιαϊκαμάκ, γιάχῶτ
τζαμασῆρλαρὴ τεγιῶτιρμεκλε καλτηρήλαματηγη τακτιρτέ, τζιλ-
τίν οὔζεριντέ βέ ἐλπισενὶν ἰτζῶντέ καλήρ, βέ κῆρ κερὶ ἐμιλιπ
ζααφιγέτ βέ ἰλλέτ χασῆλ ἐτέρ. Λαφτατά πῆρ γιά ἰκὶ κερρῆ

σαπονιού σου ιλέ χερμά αλμάκ τζιλίν μεσαμματηνή άτζάρ, φαζλατή καλτήρηρ βέ τζιλί άφγιεττέ χήφζ έτέρ. Σαπάχλα-
γην γιατακτάν καλτηκτά σογούκ σου ιλέ πάνγιο έτρέκ
κουβθά ι χαγιατιγεγι ταχρίκ, κανή σάτχη βιτζουτά ίχράτζ,
τζεβελάν ή τεμί τεσβιγέ, βιτζουτή σογούκ αλμαγά καρσή
μουχαφαζά βέ ίπνά ι σηχηετέ μουαβενέ έτέρ.

Ι Σ Τ Ι Ρ Α Χ Α Τ

1. — Κιαφφέ ι ζιρούχ μαχλουκνή κουββετλερι μεβζούνεν
ισλέρ. Κάλπ πατζλαρήν άρασηντά τουρούρ, ταχρικιάτ η άσα-
πιγέ κελίρ άετζέρ, γάζμ παδάρ βέ πιτέρ βέ χέρ ιστιραχατ-
τάν σόρα ισλεμέκ κελίρ ουίκού ένασηντά έν μουκατζί ισ-
λερτέν ματά χέρ σεί ιστιραχάτ έτέρ.

2. — Τζόυμλέ ι άζελάτ μούττέτ ι μετιτέ τζεκιμιζ πίρ
χαλτέ τουράμαχηπ πίρ άζ σόρα κεντί πασηνά κεβσέρ. Ίσπα-
σμός γιάνι σινίρ τουτουλμασή ιλλετέ τελαλέτ έτέρ.

3. — Σιύτ γεγέν σαπιλερέ τικκάτ έτινιζ νάσηλ χαρεκέτ
έτερλέρ άζαλενί τζόυμλεσινι πριτέν ισλετμεγιπ κήσμ κήσμ
ιστιμάλ έτερλέρ. Τζοτζουκλάρ οινάτηκλαρή ζεμάν ταχί πούιλέ
έτιπ όγουνλαρηνά χέρ βακίη τεγιότιριλέρ. Γιασλή κιμσελέρ
ταχί άϊν ις ιλέ μεσγούλ όλούρ ικέν έκσεριγέ τεπτίλι βαζιγέτ
έτερλέρ. Πινάνέν άλέχ ιστιραχάτ η μεβκουτιέ πίρ κανούνι ού-
μουμί τιρ.

4. — Πίρ άζελέ τάϊμα τζεκιμιζ πίρ χαλτέ τουρούρ ισέ
ζαϊφλενίπ τζεκιμιέ κουββετινί άζ σόρά γαλιπ έτέρ. "Άλ έτ
τεθάμ ισλετιλίν πίρ άζελέ χακκηντά ταχί πού σαχίχ τιρ.

5. — Άζελελεριν φέβι έλ άτέ νιμασή κάλπ, άκ τζιγέρ
βέ σάρ άλάτ η χαγιατιγεγέ ζαάφ ιράς έτέρ. Τζόκ πεχλιθιαν-
λάρ κάλπ βέ τζιγέρ χασταληγηντάν βεφατ έτερλέρ.

6. — Φίκορ μούτεχαρηκ όλτουγηντά βιτζούτ σουρέτι λα-
γηκκτά ιστιραχάτ έτέμετιγι μισιλλού, βιτζούτ πίρ χάλ η ά-
χενκτέ τεγίλ ισέ φίκορ τε ιστιραχάτ έτέμεζ. Ίστιραχάτ η χα-
κιγιέ άντζακ ιστιραχάτ η πετενιγέ βέ ζιγινιγέ ιλέ χασήλ όλούρ.

7. — Ίστιραχάτ η ταμμέ άντζακ ιστέν μούτλακκ κερι
τζεκιμκετέν ιπαρέτ όλμαχηπ ταχά ζιγατέ τεπτίλι μεσ-
γουλιγέτ έτρέκλε όλούρ. Τεπτίλι έσγαλάτ σάρ κουββετλέρ
βέ άζελελέρ ισλεττιριλίρ πού σουρέτλε ζιχινί βέ πετενί έσγα-
λή πιρλεστίρερέκ πίρ κιμσέ έν άζ έμέκ σαρφήιλε τζόκ ις ισ-
λεγέ πιλίρ.

8. — Χακικί ιστιραχάτ Άλλαχά ιμάν έτρέκ ιστιραχα-
τηνή ταχί σαμιλ τιρ. Κέσπι χαγιατ ιτζούν χέρινέ έτέρ ισέκ
τζόυμλεσινί έσασή ιμάν όλμάκ κερέκ τιρ. Έσπάπ η νεφσανι-
γεγέ ιστινάτεν χαγιατ βέ σηχηάτ κανουνλαρηνά ιπαάτ έτρέκ
φαϊτελι όλαπιλίρ, φάκατ άντζακ ιμάν βέ μουχαππέτ ιλέ με-
λού όλάν πίρ κάλπ, γιάνι μενπά η χαγιατ βέ χαρεκέτ βέ
μεβτζουτιγέτ όλάν χαλικινί έμρλερινί τεσεκκούρ ιλέ καπούλ έ-
τέν κιμσέ γανί βέ έπετι χαγιατ ιλέ μεσρούρ όλά πιλίρ. Ά-
νήν πούτουν βιτζουτηνή σελαμέτ ζάπτ έτέρ, τζούνκι χέρ
γιαραγια πίρ μερχέμ, χέρ τετζαβουζά πίρ τεβά πουλούρ. Όι-
λέ πίρ χελασκιαρά μαλικ όλούρ κι άνήν σαλαχί χέρ χατα-
γιή σέτρο έτέρ. Ίστέ πινά ι σηχηετέ πίρ τεμέλ. Πού πάζ τα-
πιπ τεσκιν έτιτζί έλλερινί μουτζαοιπ άσαπελερινί ούζερινέ κο-
γιούπ χιβελουγιή γάϊρι μουνταζάμμ χαλτέν άχένκι ι σηχηέτ
ίχράτζ έτέρ.



© SISMANOGLIO
MEGARO

Ρισαλέ Σιρκετι 55τέν ζιγιατέ λισανλαρτά κιτάπ, ρισαλέ
βέ γαζέτα νέρ έτμεκτέ όλούπ, 'Ιγγλιζ, Φρανσήζ, 'Ισπανιόλ,
'Ολλανδία, Δανιμάρκα βέ 'Ισβέτζ λισανλαρνητά καταλόγ
μουντερετζατή πέκ γανι όλτηγή μισιλλου, Ρουσία, Λεχιστάν,
Ποεμία, 'Ισπονία, Αυτονία, Ματζάρ, 'Ιταλία, Πορτοκάλ, Ρου-
μάννα λισανλαρνητά, Τούρκτζε, Ρούμτζα, 'Ερμενίτζε βέ ά-
ράπτζα κ.τ.λ. λισανλαρτά χαλι μαππουάτ ταχι βάρ τηρ.
Μουρατζαάτ έτενλερέ καταλόγ μετζτζάνεν βερίλιρ.

'Αδρές :

'Ιστανπόλ, Γαλατατά ~~109~~ ποσταχανεσιντέ κουτου 109.

Hambourg, Grindelberg 15a, Allemagne.

Bâle, Nonnenweg 22, Suisse.

Watford. Stanborough Park, Herts, Angleterre.

Christiania, Akersgaden 74, Norvège.

Riga, Kl. Newastr. 12, Russie.

New York City, 32 Union Square East, Etats Unis.

Washington D. C., Takoma Park Station, Etats Unis.

Mountain View, Santa Clara Co., California, Etats Unis.

Ottawa, 173 Second Ave., Ontario, Canada.

Tacubaya, D. F., 1420 Avenida 20, Mexico.

Port of Spain, 31 Dundonald Street, Trinidad.

Sao Benardo, Estação S. P. R., Sao Paulo, Brésil.

Buenos Aires, Florida, F. C. R., Argentine.

Santiago, Casilla 43, Correo 3, Chilie.

Cape Town, 56 Roeland Street, Afrique de Sud.

Lucknow, Banks Road; Inde.

Singapore, 12 Dhoby Ghaut, Inde.

Shanghai, Box 993, U. S. Postal Agency, Chine.

Tokio, 30 Oiwake-cho Hongo-ku, Japon.

Warburton, Victoria, Australie.

Cooranbourg, Avonadale, N. S. W., Australie.