

Bamye-okra



5-6



60 min

Du behöver

- ناکەیی تەس یادی پ
- زاوی پ ۱
- مەتەمەت ی واشۆد کچو هک ۳
- تەشۆگ مەرگ ۵۰۰
- وای رتیل ۱
- ئوخ یروخی یچ یکچو هک ۲
- ریس ۱
- هیماب یەدامای یەتسەب ۱

Gör så här

هکەلە جەنەم وان هتە خەد و ارکە چەرەپ چەرەپ یکێ زای پ ناشاپ، تە هکەدێ پ تەسەد نۆر کێمەک هب انتەرەس تری بەل. یەکەد ل هکێت وای ل هگەل هکەت شۆگ و هیماب ناشاپ، تە هکەد رۆس کێمەک ریس و مەتەمەت مەرەن هکە هیماب ات تێئۆکەب اب و مەک یکێ رگای رەس خەیب ناشاپ. یەکەب دایز ئوخ کێمەک تێ چەن ل هگەل ی ناوتەد هیماب یەلش ناشاپ. (ئێچ هەدێ پ یکەل وخ ۳۰ یەکی زەن سۆرپ مەئ). ئێئۆکەد ناوچ و تێبەد تە هکەب تەن اکەن اویم ی شەکشێ پ جەنرب

Om rätten

هیماب یەلش
یکێ سەلک و نۆک رۆز یکێ ندر اوخ
مەنۆک ی مەن نە یال هە مەئ. هە یی رادروک
هەل نە ی مەد رەب اتشێ مەئ و موار کە دامای
یەلش و جەنرب. هە ندر اوخ وەئ ی ندر کتس و رد
ۆب تێر کەد مە دامای ناکەز اوای جەنۆب ۆب هە ی ماب
ی گنە هەئ، ناکە ی تیرەن هوشپ ۆب، مەن و مەن
و مەلەم هەل ی نازێ خ ی رادن اویم ۆب، ی رگە س و اه
ش ی یاسای ی نازۆر ۆب تەن انەت

