

Մասնաւորապէս կեսարացի կիներ իրենց կերակուր պատրաստած ժամանակ չափազանց առատաձեռն են համեմներու գործածութեան մէջ, այսպէս տարապայմանօրէն առատ կը պարունակեն առհասարակ բոլոր կերակուրները՝ մանաւանդ մեղէնները աղ, պղպեղ, գխտոր (սոււնիս), սխտոր, կասի (թարչիկ), քեմոն (ֆիմիոն), մեխակ (ֆարաճիլ), եէնի-պահար, վարդի տերեւ և այլն:

Հոս փակագիծի մէջ աւելորդ չեմ դատեր մէջ բերելու փորձառու թիւնը կ'. Պոլսոյ բազմամեայ բժիշկներէն՝ Տօքթ. Վարդանեանի որ դիտած էր թէ իր դարմանած ստամոքսի քաղցկեղ ունեցող հիւանդներու համեմատութիւնը 10ի վրայ 9ը կեսարացիներ էին: Ծերունի բժիշկը կը մտածէր թէ այս ենթակայութիւնը հետեւանքն էր համեմներուն չափազանց գործածութեան, մանաւանդ ապուխտին, պղպեղին և չէմէնին:

Այս տեսութեան ճշտութիւնը առանց երաշխաւորելու, անժխտելի իրողութիւն մըն է որ կեսարացիք ունին սննդառութեան եղանակ մը որ բնաւ համաձայն չէ արդի բժշկութեան ըմբռնումներուն, իր խիստ ծանր ու բարդ պատրաստութեամբ ու դժուարամարս կերակուրներով:

Կեսարիոյ և շրջակայից մէջ ճաշերու ծումերն ալ կը տարբերէին ուրիշ տեղերէ:

Քաղաքացիք թէև օրական երեք ժուճ կ'ուտէին, սակայն գլխաւոր ճաշերն առաւօտ և երեկոյ էին և կէս օրերուն նախաճաշի մը կամ նախընթրիքի մը նման թեթև և պատրաստի ուտելիքներով (ղուրու ետր) կը բաւականանային: Այնպէս որ առաւօտուն երբ տան



Էվերէկցի Հայ կանայք կը հաւեն