



instagram:@akbariagro
telegram:@akbariagro



زبان خوراکیها- شماره یک- بادمجان

بادمجان یکی از صیفی جاتی است که در تمام فصول سال وجود دارد و بر خلاف تصوراتی که آن را بی خاصیت می داند سرشار از ویتامین ها و مواد مغذی است. بادمجان خواص دارویی فراوانی دارد.

خواص بی نظیر بادمجان

اگر بادمجان دوست دارید که هیچ ، اما اگر جزء افرادی هستید که بادمجان مصرف نمی کنید حتما این ماده غذایی مفید را در رژیم غذایی خود جای دهید و از خواص عالی و درمانی آن بهره ببرید، چون باعث سلامتی بدن شما می شود.

بادمجان که به عربی بادنجان نامیده می شود گیاهی است یکساله و دارای ساقه نسبتا ضخیم و پوشیده از کرک، برگهای آن بیضی شکل با نوک باریک و گلهای آن بنفش رنگ است میوه این گیاه دراز و باریک و یا گرد ، برنگهای بنفش ، سیاه ، زرد و سفید دیده می شود. بادمجان از تیره ی سیب زمینیان است ، این گیاه بومی هندوستان بوده است و این گیاه در تمام مناطق گرمسیری و نیمه

گرمسیری رشد می کند. ارتفاع آن به 40 تا 150 سانتی متر نیز می رسد .

بادمجان باید تازه و کم تخم و جوان بوده و پوست براق داشته باشد و نوع طویل آن از نوع مدورش بهتر است. قبل از پختن باید پوست آنرا کنده و هر بادمجان را چهار قسمت کنند و یا ورقه ورقه نمایند و بر آن ها نمک بمالند و مدت چند ساعت در آب خنک گذارند تا آب قدری سیاه و تیز طعم گردد. این آب را عوض کرده و عمل را تکرار کنند تا مواد سیاه رنگ و مواد نفخ زا و مواد سست کننده در آب داخل شده و با آب دور ریخته شوند. سپس با آب پاک آنرا شسته و از خواص بی نظیر آن استفاده کنند.

خواص بادمجان

مواد موجود در بادمجان

ویتامین ها

از ویتامین های موجود در بادمجان می توان به ویتامین های گروه B، ویتامین A و C و مواد معدنی مختلف از جمله کلسیم، فسفر، مس، گوگرد، منیزیم، پتاسیم و آهن اشاره کرد.

بادمجان، با سرطان مقابله می کند

علاوه بر ویتامین ها و املاح یاد شده، بادمجان دارای فیتونوترینت هایی است که خاصیت آنتی اکسیدانی فوق العاده ای دارند. فیتونوترینت های موجود در بادمجان شامل اجزای فنولیکی مانند کافئیک و کلوروژنیک اسید و فلاوونوئیدها مانند ناسونین می باشند. اجزای فنولیکی دارای خاصیت ضد سرطانی، ضد کلسترول بد خون و ضد ویروسی می باشد.

بادمجان را با پوست بپزید تا از یک آنتی اکسیدان بسیار قوی به نام «ناسونین» بهره مند شوید. محققان روی رشد سلول های سرطانی حیوانات آزمایشگاهی و همچنین انسان مطالعاتی انجام دادند و متوجه شدند آنتی اکسیدان ناسونین اجازه نمی دهد رگ های خونی جدیدی تشکیل شود و تومورهای خوش خیم را به تومورهای بدخیم تبدیل کند.

بادمجان به دلیل ذخیره فیبر زیادی که دارد در پیشگیری و درمان سرطان روده بزرگ بسیار موثر است. این خوردنی هنگام عبور از روده ها مواد سمی و شیمیایی را جذب می کند و روده را از این مواد سرطان زا پاکسازی می نماید.

بادمجان، هوای قلب نازنینتان را دارد

نتایج پژوهشی که در مجله ی **Food & Function** به چاپ رسیده است خبر از خواص مفید بادمجان برای سلامتی قلب می دهد.

در این پژوهش محققان حلقه های خام و یا کباب شده ی بادمجان را به مدت 30 روز به حیوانات آزمایشگاهی دادند و سپس وضعیت قلبشان را بررسی کردند. نتایج بررسی ها نشان داد که این ماده ی غذایی، عملکرد بطن چپ قلب را تقویت کرده و شدت سکتة های قلبی را کاهش می دهد.

بادمجان برای کاهش وزن مفید است

بادمجان برای کاهش وزن نیز مفید است. این غذا برای افرادی که قصد دارند وزن خود را کم کنند مفید است چون ذخیره فیبر بالایی دارد و ضمن ایجاد احساس سیری، انرژی بدن را نیز تامین می کند. فیبر خوراکی در فرآیند هضم مدت بیشتری طول می کشد تا از لوله های گوارشی شامل معده و روده ها خارج شود و به همین دلیل احساس سیری زمان طولانی تری باقی می ماند.

بادمجان برای پوست مفید است

تاثیر فوق العاده بادمجان بر شادابی پوست

بادمجان پوست را شاداب نگه می دارد

بادمجان برای پوست نیز مفید است چون حاوی مقدار زیادی آب است که علاوه بر بهبود سایر دستگاه های بدن به حفظ سلامت پوست و موها نیز کمک می کند. کم شدن آب بدن و در نتیجه خشک شدن پوست از عوامل مهم افزایش چین و چروک های پوستی است اما خوردنی هایی مثل بادمجان می توانند ذخیره آب بدن را به میزان قابل توجهی تامین کند.

خواص دارویی بادمجان

از نظر طب قدیم بادمجان گرم و خیلی خشک است . بادمجان بر خلاف آنچه که عوام اعتقاد دارند که بی بو و خاصیت است دارای خواص زیادی است . مهمترین خاصیت آن کم کالری بودن آن است که غذای بسیار خوبی برای کسانی است که می خواهند وزن کم کنند زیرا دارای ویتامین و مواد معدنی نیز می باشد.

- 1- بادمجان را حتما باید به حالت کاملا رسیده مصرف کرد زیرا خام آن طعم تلخ دارد و در آنهائیکه آسم و برونشیت دارند باعث تحریک این بیماریها می شود.
- 2- بادمجان اثر نرم کننده دارد.
- 3- بادمجان بعلت دارا بودن آهن در رفع کم خونی داروی موثری است.
- 4- بادمجان را می توان برای از بین بردن ورم و التهاب روی عضو ملتهب گذاشت.
- 5- دانه بادمجان ایجاد یبوست می کند.
- 6- ریشه بادمجان و شاخه های خشک شده و برگهای آن اثر بند آورنده خون را دارا است و قابض بوده و می توان از آن برای درمان انواع خونریزیها استفاده کرد.
- 7- بادمجان پادزهر خوبی برای مسمومیت های حاصل از خوردن قارچ سمی است.
- 8- خوردن بادمجان گرفتگی رگها را باز می کند و شخص را از خطر سکته قلبی محفوظ می دارد.

9- بادمجان برطرف کننده یبوست است.

10- برگها و پوست سیاه بادمجان را اگر بجوشانند این جوشانده درمانگر اسهال خونی است.

بادمجان خواص دارویی فراوانی برای بدن دارد

خواص بادمجان برای درمان بیماری ها

11- جوشانده ریشه بادمجان درمان بیماری آسم است.

12- بادمجان مقوی معده است.

13- آب زردرنگی که در موقع نمک زدن و گذاشتن بادمجان از آن خارج می شود برای خشک کردن عرق دست و پا بهترین دارو است و اشخاصی که دست و پایشان مرتب عرق می کند باید دست و پای خود را با آن چند بار در روز بشویند تا از شر این مرض آسوده شوند.

14- اگر بادمجان را بسوزانند و خاکستر آن را با سرکه خمیر کنند و به زگیل بمالند زگیل کنده خواهد شد.

15- از بادمجان می توان به عنوان مسکن برای تسکین در استخوان شکسته و ضرب خورده استفاده کرد، بدین طریق که

باید بادمجان را در فر بگذارید که نیم پز شود و سپس آب آنرا با فشار بگیرید و بعد به مقدار نصف این مقدار آب، به آن شکر قهوه ای اضافه کنید آنرا هم بزنید و بنوشید.

16- با تحقیقاتی که جدیداً روی موشهای آزمایشگاهی انجام شده نتیجه گرفته اند که بادمجان دارای یک ماده ضد تشنج است که در درمان بیماری صرع اثر بسیار خوبی دارد. بنابراین اشخاصی که تشنج دارند و یا مبتلا به این بیماری می باشند بهتر است که از بادمجان استفاده کنند.

مضرات بادمجان

بادمجان با همه ی خواصی که گفته شد نباید مورد استفاده ی اشخاصی که بواسیر و یا درد چشم دارند قرار گیرد زیرا بیماری آن ها را تشدید می کند اگر این اشخاص می خواهند بادمجان بخورند بهتر است آن را با گوشت و روغن و یا سرکه بپزند و بخورند.



instagram:@akbariagro
telegram:@akbariagro



زبان خوراکیها^۲
گوجه فرنگی



زبان خوراکیها- شماره دو - گوجه فرنگی

گوجه فرنگی با نام علمی *Solanum lycopersicum* میوه‌ای سرخ رنگ و آبدار است. این گیاه بومی آمریکای جنوبی و مرکزی است که طی دوره‌ی استعماری اسپانیا به سایر نقاط جهان منتقل شد. انواع مختلف این گیاه امروزه در سراسر جهان پرورش داده می‌شود. البته «گوجه فرنگی» از نظر علم باغبانی و نداشتن هسته در دسته سبزیجات محسوب می‌شود.

گوجه فرنگی سرشار از ویتامین سی و لیکوپن است. این میوه امروزه به روش‌های مختلفی، به طور خام یا به‌عنوان یکی از مواد لازم برای تهیه‌ی غذا، انواع سس و نوشیدنی مصرف می‌شود و بخش مهمی از رژیم غذایی مردم بسیاری از کشورها را تشکیل می‌دهد. کشت و پرورش این گیاه به طور کلی، مساحتی حدود سه میلیون هکتار را به خود اختصاص داده است، که نزدیک یک سوم کل مساحت مختص به کشت تره بار در جهان است. با وجود این که گوجه فرنگی در علم گیاه شناسی یک میوه تلقی می‌شود، اغلب به‌عنوان تره‌بار شناخته می‌شود. گوجه فرنگی به تیره‌ی سیب‌زمینیان تعلق دارد و از گیاهان چندساله است.

به علت اهمیت اقتصادی، این گیاه موضوع تحقیق و پژوهش‌های بسیاری قرار دارد و در علم ژنتیک به‌عنوان یکی از گیاهان الگو شناخته می‌شود. تحقیقات انجام‌شده بر این گیاه در سال ۱۹۹۰ به تولید نخستین نوع تراریخته‌ی مجاز برای مصرف و تجارت در ایالات متحده آمریکا انجامید.

مصاحبه‌ای با گوجه فرنگی...

من یک برادر کوچک ایرانی دارم به نام تاجریزی که زادگاه اولیه‌اش ایران بوده، و اعراب آن را عنب الثعلب انگور روباه می‌دانند و چون سابقاً آنرا از ایران به اروپا می‌بردند، و نوع ایرانی آن بسیار مرغوب بود، در کتب علمی خارجی، به نام میوه‌ی روباه ایرانی مشهور شد و همینکه پس از کشف آمریکا مرا از کشور پرو در آمریکای جنوبی به اروپا آوردند، چون شبیه تاجریزی بودم همه تصور کردند که من تاجریزی پرورش یافته‌ام می‌باشم که در سایه‌ی پرورش بزرگ شده و حجم چندین برابر آن شده است، و به همین جهت مرا هم میوه ایرانی تصور کردند و چون برادر کوچکم منسوب به روباه ایران بود، مرا هم به گرگ ایرانی

نسبت دادند. در کشور فرانسه، مرا سیب عشق می‌دانند، زیرا رنگ سرخ من عشق آفرین است و غذاها را رنگین می‌کند و به سفره‌ی شما رنگ و بوی مخصوص می‌دهد و چون من این رنگ قرمز را در نور مهتاب می‌گیرم، و این نور دلخواه عاشقان است، اگر مرا سیب عشاق بدانند اشتباه نکرده‌اند.

قبل از من برای رنگین کردن غذاها از زعفران استفاده می‌کردند، ولی من با قیمت ارزان و فراوان، رقیب سرسخت زعفران گردیدم، و تاکنون میوه‌ای که بتواند از این جهت جانشین من شود پیدا نشده است .

به علت داشتن ویتامین آ، از شبکوری جلوگیری می‌کنم و حس بینایی را تقویت می‌نمایم و به سبب داشتن ویتامینهای ب مقوی اعصاب بوده، اشتهاآور شده و به هضم غذا کمک فراوان کرده و از یبوست و نفخ جلوگیری می‌نمایم، و به شما نیرو و نشاط می‌بخشم. به علت داشتن ویتامین ث فراوان، در برابر امراض عفونی بدن شما را حفظ و نگاهداری می‌نمایم. از التهاب و گرمی مواد قندی و چربیها می‌کاهم. در برابر این همه صفات و مزایا، من از شما می‌خواهم که با من مثل یک میوه رفتار کنید. مرا در سبد میوه کنار سیب و انار پذیرایی نمایید. و به اطفال خود توصیه کنید که مرا خام خام مانند یک میوه بخورند. هرگز مرا در روغن سرخ نکنید، زیرا در این صورت هضم من مشکل می‌شود بلکه مرا در آب خودم بپزید و بعد کره به آن اضافه کنید. در موقع تهیه املت هم مرا با تخم مرغ و روغن نپزید، بلکه اول املت ساده تهیه کنید و بعد مرا قاچ قاچ کرده، کنار آن، بچینید و کمی روی آتش بگذارید. همینکه کمی گرم شدم مرا میل نمایید.

هنگامی که من سبز و کال هستم هرگز مرا نخورید و در غذای خود و اطفالتان نریزید. زیرا در این حالت من یک غذای نامطبوع و سمی هستم. برای هر معده نامناسب نبوده و ثقیل و دیر هضم می‌باشم. به کسانی که مبتلا به نفخ معده هستند، و همچنین آنهایی که معده‌شان نمی‌تواند مواد نشاسته‌ای را هضم کند توصیه کنید که همیشه بعد از غذا از من به عنوان دسر بسیار اعلا استفاده کنند و به آنهایی که دچار یبوست بوده، و از بی‌اشتهایی رنج می‌برند، توصیه کنید که مرا قبل از غذا به عنوان اشتهاآور نوش جان نمایند. و برای این کار بهتر است که گوشت مرا با مقدار مساوی ماست مخلوط کرده، و در یخچال بگذارید و نیم ساعت قبل از غذا نوش جان کنید.

عده‌ای بدون جهت مرا متهم کرده‌اند که دارای اسید اگزالیک بوده و برای کسانی که مبتلا به سنگ کلیه و مثانه بوده و بیمارانی که نقرس و روماتیسم دارند خطرناک می‌باشم، من از این بابت خود را بیگناه می‌دانم و چنین اتهامی را تکذیب می‌کنم و فقط می‌دانم که اشخاص سودایی مزاج نسبت به دانه‌های من حساسیت دارند. خوردن گوشت بدون دانه من برای هیچکس ضرر ندارد و بر عکس چون ادرار را زیاد می‌کنم برای این دسته از بیماران بسیار مفید هستم.

من خونهای ترش را قلیایی می‌کنم - سنگ کلیه و مثانه را رد می‌نمایم و ورم روده را شفا می‌بخشم. اگر مبتلا به جوش غرور هستید حتماً از ورقه‌های نازک من به عنوان یک ماسک زیبایی استفاده کنید. این ماسک از زیاد شدن جوش غرور جلوگیری می‌کند و پوست را نرم و لطیف و شفاف می‌نماید و چربی زیادی پوست را می‌گیرد.

پشه، مگس و زنبور از بوی برگ من خوششان نمی‌آید و فرار می‌کنند از این هنر من به هر صورت که می‌توانید استفاده کنید و بدانید که کاشتن من در باغچه منزل علاوه بر قشنگی و فواید زیادی که دارد، می‌تواند این حیوانات موذی را فراری دهد.



instagram:@akbariagro

telegram:@akbariagro



instagram:@akbariagro
telegram:@akbariagro

زبان خوراکیها^۲



از زبان سیب زمینی

به من در فارسی سیب زمینی می گویند و چون در زمان ناصرالدین شاه، میرزا ملکم خان مرا به ایران آورد، مدتی به «آلو ملکم» معروف بودم. اعراب به من بطاطا - بطاطس و بطاطه می گویند و عده ای هم از آنها مرا «تفاح الارض» می خوانند.

زادگاه اولیه من آمریکای جنوبی است و برای اولین بار ملاحان اسپانیولی مرا در کشور پرو پیدا کرده و در سال ۱۵۵۰ یعنی ۴۲۰ سال قبل به اروپا آوردند و از آن تاریخ کشت من در جهان شروع شد و اکنون در بیشتر کشورها به عمل می آیم، قسمت قابل استفاده من در تغذیه و درمان، غده زیرزمینی است که به نام سیب مشهور شده است.

گل و برگ من به علت داشتن سم سولانین چندان مصرفی ندارد. معذک جوشانده سی در هزار آنها، خواب آور و آرامبخش است. برای رماتیسم - ضعف اعصاب و درد مفاصل تجویز می شود. اگر این شربت را با عسل شیرین کنید، برای رفع عفونت های ریوی و معدی مفید شناخته شده است. سم سولانین من با سم سایر خانواده ی ما فرق دارد. این سم قی آور بوده، مردمک دیده را باز می کند، تولید سرگجه، قولنج و اسهال می نماید. رنگ چهره را برافروخته و ایجاد تشنج می کند و درمان آن پس از شستشوی معده، خوردن شیر و تخم مرغ است. این سم در تمام قسمت های بوته من وجود دارد و تنها در غده ی زیرزمینی من مقدار آن کم است، ولی پس از جوانه زدن زیاد می شود و علامت آن سوزاندن بیخ گلو است. گرچه خوردن من در این حالت برای تسکین دردهای عصبی و معدی و خارش اگزما مفید است ولی باید از خوردن آن اجتناب کرد.

من ملین هستم و به علت داشتن بیست میلی گرم ویتامین C ضد رقیق شدن و فساد خون بوده، لثه ها را محکم و از خونریزی جلوگیری می کنم. در اثر ماندن در انبار و پختن، مقداری از ویتامین C من هدر می رود، اگر مرا پوست کنده در آب جوش بیندازید و بپزید فقط ۴۰ درصد از ویتامین C خود را از دست داده و ۶۰ درصد را حفظ می کنم ولی اگر مرا در آب سرد انداخته و بعد بجوشانید ۵۰ درصد از ویتامین C من از بین می رود و اگر پوست کنده و بپزید ۶۵ درصد از ویتامین من نابود می شود. تنوری و کباب شده من ویتامین بیشتری دارد.

علاوه بر ویتامین C من دارای ویتامین های B و املاح پتاسیم و فسفر، آهن، منیزیم و آهک هستم. به علت داشتن پنج گرم املاح پتاسیم در یک کیلوگرم، مقوی قلب بوده و با داشتن مواد نشاسته ای برای مبتلایان به مرض قند زیان ندارم و این دسته از بیماران می توانند به جای نان تنوری مرا میل کنند. ولی اگر مرا در آب انداخته بپزند، مقداری از املاح من در آب حل شده و برای مبتلایان مفید نیست، مگر آنکه آب جوشانده مرا همراه با من نوش نمایند. به بیماران قلبی توصیه کنید که برای جبران کمبود پتاسیم، یک رژیم غذایی با من بگیرند و برای این کار، ابتدا چند روز شیر زیاد میل نمایند و بعد از سه روز متوالی هر روز یک کیلو تنوری یا پخته ی مرا بدون نمک زدن به تدریج در شش نوبت میل نمایند و به جز من غذای دیگری نخورند. در روز سوم مقدار ادرار خیلی زیاد می شود و بایستی رژیم را قطع کنند. مقدار نشاسته در انواع من فرق می کند. در انواع درشت من که به سیب زمینی آردی معروف است زیادتر و در نوع استانبولی و فشندی کمتر است. من دارای دو تا سه درصد مواد ازته و نیم درصد چربی هستم.

بدترین غذایی که در ایران با من درست می کنند، سرخ کرده من است که غالبا آنرا برشته می نمایند، اگر می خواهید مرا همراه با روغن بخورید، آب پز آن را گرم گرم پوست کنده با کره مخلوط و نرم نمایید و اگر می خواهید با روغن بپزید بهتر آن است که روغن مایع گیاهی را جوشانده و خلال های مرا در آن بریزید و بهم بزنید و پس از آنکه کف آن تمام شد و من به خوبی پخته شدم، آنها را با کفگیر گرفته در آبکشی که روی دیگ روغن قرار گرفته بریزید و بگذارید روغن اضافی آن خارج شود، برای تهیه چیپس معمولا خلال مرا در آب انداخته و نشاسته ی آنرا می گیرند و بعد به طریق فوق در روغن می پزند و بعد نمک زده و بسته بندی می کنند. از خوردن آن موقعی که زیاد مانده است خودداری کنید و اطفال را از خوردن آن منع نمایید.

اگر آب پز مرا گرم گرم پوست کنده و له کنید و روی مواضع دردناک و متورم بگذارید، درد آنها را تسکین خواهم داد. من به علت داشتن املاح فسفر شهوت را زیاد می کنم و قوای عقلانی را تقویت می نمایم. یکی دیگر از خواص من زیاد شدن ادرار است. کلیه و مثانه را به این وسیله زهکشی می کنم. مهمترین خاصیت درمانی من که شایان توجه و تحسین است، معالجه زخم معده می باشد. من به علت داشتن دیاستاز و آنزیمی مخصوص، زخم های معدی را التیام و فضولات خارجی معدی را که غالبا سبب زخم هستند همراه خود دفع می نمایم. حتی اگر این فضولات تکه هایی فلزی را از قبیل میخ - سنجاق و ذرات لعابی باشد.

برای معالجه زخم معده، آب نوع استانبولی مرا خام گرفته و میل نمایید. برای جبران کمبود ویتامین C رنده کرده مرا همراه با سالاد میل کنید و در موقع تهیه سالاد الویه، خام مرا رنده کرده اضافه نمایید.

پخته و آب پز مرا زیاد نگه ندارید؛ زیرا یک نوع قارچ سمی می تواند روی آن رشد نماید. در صنعت با من الکل و عسل مصنوعی و نشاسته درست می کنند.

اگر هنگام شب مرا با روغن گردو به سالاد اضافه کنید برای ازبین بردن کرمهای معدی و روده ای مفید می باشم. ضماد خام من مرهمی گرانبها و عالی است. اگر آنرا روی یک پارچه تمیز گذاشته، روی پلک چشم های ورم کرده بگذارید ورم آنرا فرو می نشانم. ترک دست و پا را که در اثر سرما زدگی پیدا می شود معالجه می کنم و درد و سوزش و سوختگی را برطرف می سازم. رنده کرده خام من مخلوط با روغن زیتون بثورات چرکی جلدی را درمان می کند و گذاشتن این مرهم روی دکمه های بواسیر و نواسیر مفید است.

اگر خام مرا در شیر رنده کنید، بهترین شیر زیبایی جهت نرم و لطیف کردن پوست های دست و صورت شما می باشم و به این شیر بهتر است کمی گلاب اضافه نمایید. اگر آبگوشت یا آش شما در اثر غفلت کمی شور شد می توانید تکه های مرا در آن بریزید تا نمک اضافی را به خود جذب نمایم.

اگر در سماور و کتری شما املاح آهکی رسوب کرده و قشر سختی به وجود آورده است، می توانید پوست مرا در آن ریخته بجوشانید تا آنها را کنده و تمیز نمایم.

اگر غذای شما در اثر مسامحه سوخت و دیگ شما ته گرفت می توانید چند دانه از نوع آردی مرا در آن انداخته، در کمی آب بپزید و بعد آنرا به ته دیگ مالیده و ذرات سوخته را به کمک آن پاک نمایید.

من در شهرهای صنعتی اروپا و آمریکا یک وعده غذای کارگران را تامین می کنم و آلمان ها پیشرفت خود را در علم و صنعت از نیروی من می دانند. در ایران مرا

در آبگوشت، طاس کباب و استانبولی و خورش قیمه و اکثر خوراکی های فرنگی اضافه می نمایند، تنوری و آب پز مرا همراه با گلپر زیاد می خورند. اگر می خواهید فرزندان شما در درس پیشرفت نمایند، مرا به خوراک آنها اضافه کنید و پوره مرا به اطفال شیرخوار که می خواهند غذاخور شوند بدهید، برای باز شدن آبه ی دندان، تنوری یا پخته مرا گرم گرم له کرده کنار آن بگذارید.

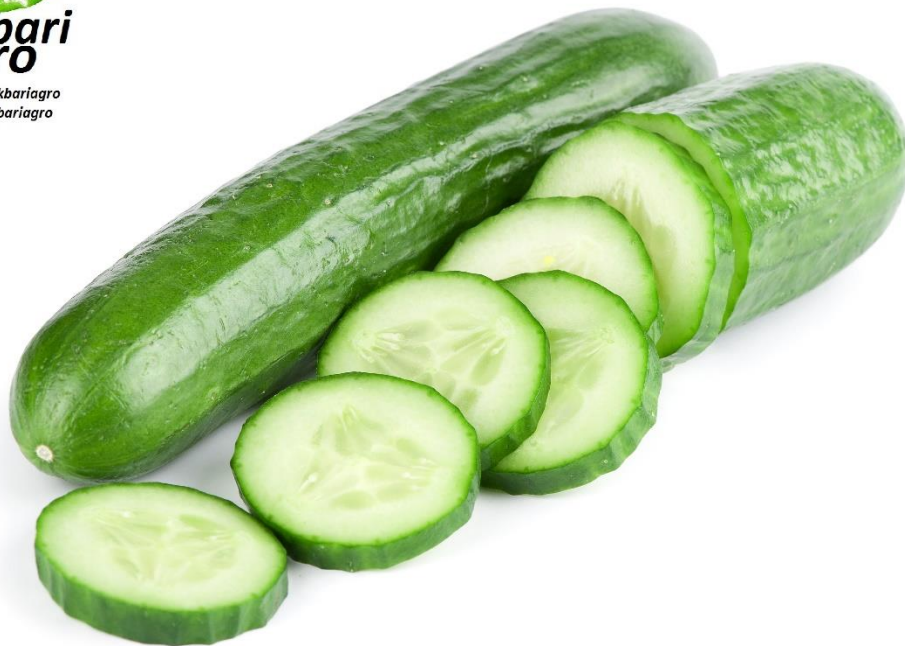
منبع: برگرفته از کتاب زبان خوراکی ها از دکتر غیاث الدین جزایری



instagram:@akbariagro
telegram:@akbariagro



instagram:@akbariagro
telegram:@akbariagro



از زبان خیار

من گل به سر، خیار هستم و با تمام میوه ها یک تفاوت کلی دارم و آن این است که نارس من گواراتر از رسیده من می باشد. من در کوچکی خوشبو، شیرین و خوش خوراک می باشم، ولی همین که بزرگ شدم و به اصطلاح رسیدم، پوستم زرد شده، ترش مزه و نامرغوب می شوم، ولی این نکته را بد نیست بدانید که میوه رسیده و کال من هر دو مفید بوده و دارای خواص و مزایای مخصوص به خود می باشند.

در کتاب های علمی قدیمی اسم عربی من قثا است و کسانی که قثا را خیار ترجمه می نمایند، سخت در اشتباه می باشند؛ زیرا قثا خیار چنبر است که در گذشته به آن «خیارزه» می گفتند و خیار چنبر در قدیم نام میوه دیگری بوده که در حال حاضر عطاران و داروفروشان آن را فلوس می نامند و از مسهل های بسیار مفید و مشهور است و درخت آن به بزرگی درخت گردو است و در هندوستان می روید.

من انواع و اقسام دارم به رنگ های سبز، زرد و سفید جلوه گری می کنم، هر قدر نازک و قلمی تر باشم مرغوب ترم ولی در بازارهای

اروپا و آفریقا، یک نوع میوه من عرضه می شود که چندین کیلو وزن دارد و بسیار مرغوب است.

در گیلان یک نوع میوه من بسیار دراز بوده و حتی طول آن از یک متر می گذرد.

خوردن، بوییدن و مالیدن گوشت من بر پیشانی جهت سردرد نافع است و قطره قطره ریختن آب من در بینی و بوییدن آن جهت رفع گرفتگی، بی حوصلگی و کم خوابی مفید است. آشامیدن آب من جهت اکثر تب های شدید، تسکین التهاب، حرارت صفرا و خون، التهاب معده، رفع تشنگی، پاک کردن کبد، زیاد شدن ادرار، بیرون کردن سنگ های کلیه و مثانه و برطرف ساختن یرقان سودمند می باشد.

برای جبران ضعفی که در اثر اسهال در اشخاص پیدا می شود، غذایی بهتر از من وجود ندارد. یک لیوان آب من با نیم سیر نبات مسهل خوب و گوارا است و سوخته صفرا و سودا را از معده به خوبی خارج می نماید و برای این کار آب میوه رسیده من که کمی ترش مزه می باشد، بهتر است. اگر مقداری میخک را در آب من خیسانده و پس از ۲۴ ساعت آن را صاف کرده و با عسل نوش جان نمایید

گرفتگی شما برطرف و رنگ رخسارتان باز می شود و در حقیقت به کبد شما جلا می دهد و روح را شاداب می نماید.

آب جوشانده پوست میوه تازه من برای یرقان داروی بسیار خوبی است و برای این کار بهتر است سه روز متوالی آن را نوش جان نمایید.

بعضی از معده ها قدرت هضم مرا ندارند و پس از خوردن من مبتلا به گاز معده و نفخ شده و دچار پیچش معده و درد تهیگاه می شوند.

این دسته بایستی خیار نازک را با پوست میل نمایند و یا آن را با پوست رنده کرده و با سکنجبین یا ماست و یا آب گوجه فرنگی بخورند و یا آن که پوست و گوشت آن را جدا کرده و فقط مغز میوه نازک مرا تناول نمایند.

من از آن میوه های بهشتی هستم که پیامبر گرامی اسلام (صلی الله علیه و آله وسلم) به من علاقه ی فراوان داشتند و خوردن مرا با کمی نمک توصیه فرموده اند.

ضماد گوشت و مغز من جهت از بین رفتن اورام مفید است و برای درمان اگزما و ترکیدن پوست و رفع خارش آن نافع است، ضماد

من با بوره «اسید بوریک» و کمی عسل، جهت از بین بردن آماس گرم توصیه شده است.

خوردن ده گرم پوست خشک شده من، زایمان را آسان می کند. ولی زنان حامله قبل از درد زایمان نباید از آن تناول نمایند. تخمه من جزو چهار تخم خنک بوده و ادرار را زیاد می کند. در داروخانه ها با آب من پماد و کرم می سازند.

کسانی که در موقع ادرار احساس سوزش می نمایند و مبتلایان به بند آمدن ادرار دارویی بهتر از من پیدا نخواهند کرد.

من و برادرم خیار چنبر سرشار از املاح مختلف، ویتامین های C، B و A هستیم.

خیار چنبر از نظر املاح از من غنی تر بوده و تخمه آن مفیدتر است و تنها عیبش این است که کمی دیر هضم بوده و در بعضی ها تولید نفخ و قرقر کردن شکم می کند و یکی از مشخصاتش این است که در اراضی و آب و هوایی که دارای رادیو اکتیو زیاد باشد، بهتر به عمل آمده و قدش درازتر می شود و چنانچه دیدید، پس از جنگ جهانی دوم و نابود شدن شهر هیروشیما در اثر بمب اتمی در اراضی دهات آن شهر خیار چنبرهایی به عمل آمد که چندین متر طول داشت.

یکی دیگر از برادران من خیار تلخ یا خیار وحشی است که اعراب به آن قثاء الحمار یعنی خیار الاغ می گویند. یکی از داروهای قدیمی است که مصرف زیاد دارد. اگر مبتلا به مرض قند هستید تا می توانید از خیار و تخم خیار استفاده کنید.

منبع: برگرفته از کتاب زبان خوراکیها از دکتر غیاث الدین جزایری



instagram:@akbariagro

telegram:@akbariagro

زبان خوراکیها
اسفناج



instagram:@akbariagro
telegram:@akbariagro

تاریخ انتشار: 7 مهر 1396

29 September 2017

من اسفناج

اسم من اسفناج یا بهتر بگوییم اسپناج است. من یک گیاه اصیل ایرانی هستم که اعراب پس از غلبه بر ایران، مرا با خود بردند پس از آن به اروپا رفتم و در آنجا کشت من معمول گشت. در بسیاری از کشورهای اروپایی نام مرا از اسپناج گرفته و با کمی تغییر تلفظ می نمایند، اعراب هم اسپناج را معرب کرده اسفناج و اسفناج نموده اند.

به من ملکه ی سبزی ها، عروس سبزیها و جاروب معده هم گفته اند. من از جمله سبزی های معتدل هستم و با هر مزاجی سازگار می باشم. من سرشار از ویتامین های A و C می باشم. در فصل بهار مقدار ویتامین C در من زیاد است. من دارای مقدار زیادی آهن هستم و از این نظر هیچ سبزی دیگری همپایه و همتای من نیست. گویچه های قرمز خون را زیاد می کنم و بهترین غذا برای زنان باردار و اشخاص کم خون هستم. من دارای املاح کلسیم، سدیم، پتاسیم، ید، مس، آرسنیک و منیزیم هستم و به علت داشتن منیزیم جلوی پیشرفت سرطان را می گیرم. من محرک کلیه ها بوده، کار و فعالیت آنها را زیاد می کنم. عده ای می گویند من دارای اسید اکزالیک بوده و ایجاد سنگ ریزه می نمایم. ممکن است بعضی از انواع من که در اروپا به عمل می آید چنین نقیصه ای را داشته باشند، ولی من که از نوع اصیل ایرانی هستم، فاقد اسید اکزالیک بوده و چنین عیبی در من نیست و همانطور که گفتم از دوستان کلیه و مثانه می باشم و برای مبتلایان به حبس البول غذای مطلوبی می باشم. من اشتها مخصوصا اشتهای اطفال را زیاد می کنم. ملین و زود هضم بوده، مثل سایر سبزیها تولید نفخ نمی نمایم.

من دارای مواد صمغی، مواد سفیده ای، مواد قندی، سبزینه و یک ماده ی صابونی هستم. ترشی خون را کم می کنم، عضلات و استخوان ها را تقویت می نمایم،

رعشه و بوی بد دهان را از بین می‌برم و از دوستان کبد هم می‌باشم. قوت غذایی من از سایر سبزیها بیشتر است، مشروط بر اینکه آب مرا دور نریزید و از ساقه های نازک و نورسته من در سالاد استفاده نمایید. خوردن پخته و بورانی من التهاب و تشنگی را از بین می‌برد و برای درد سینه، درد کمر و درد ریه مناسب است.

غرغره یه آب خام یا پخته من، جهت درد گلو مفید است. عصاره من جهت درد گلو و یرقان و خرد کردن سنگ و ناراحتی های مجاری ادرار و بند آمدن آن مفید می‌باشد.

ضماد خام من جهت اورام و گزیدن زنبور و باز کردن دمل نافع است. مالیدن پخته من مخلوط با سفیداب جهت جوشهای جلدی نتیجه بخش می‌باشد. اشخاصی که مزاجی سرد دارند بهتر است مرا با کمی فلفل یا دارچین میل نمایند. تخم من جهت درد کبد، درد دل و درد سر مفید است.

پختن من با روغن بادام و کره تازه گاو، محسنات زیاد دارد و برای تشنج و پیسی بدون نتیجه نیست.

مبتلایان به بواسیر و آنهایی که یبوست دارند، نباید از خوردن من غافل شوند. پیران و کسانی که فعالیت کمتری دارند، نباید مرا از برنامه غذایی خود حذف نمایند.

من لثه را سفت می‌کنم و از تباهی و فساد دندان می‌کاهم.

نیم فنجان آب من با هم وزنش روغن بادام شیرین به سلامتی شما کمک می‌کند و رشد اطفال را زیاد می‌نماید و بر فعالیت یاخته ها می‌افزاید. اگر پارچه های پشمی را با آب من بشویید، شفاف می‌شوند. من رنگ چهره را باز می‌کنم. برای معالجه کک و مک، مرا در روغن زیتون بریزید و بعد روی صورت بیاندازید. با من

شما می توانید انواع بورانی، خورش، آش، نرگسی و سوفله اسفناج درست کنید و پخته مرا می توانید، در کنار تمام خوراکی ها بگذارید و از منافع زیاد آن استفاده کنید.

منبع: برگرفته از کتاب زبان خوراکیها از دکتر غیاث الدین جزایری



instagram:@akbariagro

telegram:@akbariagro



تاریخ انتشار: جمعه 14 مهر ماه 1396

Friday 2016 06 October

آفتابگردان

عده ای مرا گل آفتاب پرست خوانده اند وانگهی آفتاب پرست گیاه دیگری است، از خانواده گاوزبان که در غرب ایران مخصوصا اطراف همدان زیاد می روید و دمکرده برگ و سر شاخه های گلدار آن را جهت تنگی مثانه و دفع انگل های روده می خورند، در کتاب های گیاه شناسی قدیم ایران مرا به اسم «آذریون» که معرب آذرگون است نام برده اند واین اسم بسیار مناسب است؛ زیرا اشعه خورشید در دانه های من منعکس شده و منافع آن را در خود ذخیره کرده ام.

من سرشار از ویتامین های A و D هستم، باز کننده دماغ و دوست کبد می باشم. مضمضه با آب ریشه من درد دندان را تسکین می دهد، پنج گرم شربت ریشه من مقوی قلب است، ضماد برگ من جهت تسکین درد مفاصل، سیاتیک، نفرس و خنازیر مفید است، ریشه من دارای هورمون جنسی است، بطوری که اگر ضماد آن را بر کمر ببندند ایجاد تحریک می نماید و به همین علت است که حمل آن عادت ماهانه بانوان را باز و باعث سقط جنین است و زایمان را آسان می کند، خوردن آب برگ کوبیده من نیز جهت اخراج جنین و باز کردن عادت ماهانه موثر است، مقدار خوراک آب گل، برگ و ریشه من بیست گرم است، یکی از عجایب من این است که مگس و پشه بر روی گل من نمی نشینند و دود من نه تنها حشرات، بلکه موش و قورباغه را نیز فرار می دهد.

گل من اثر تب بر دارد و از آن ماده ای می گیرند که آرام کننده دردهای معدی است، مغز دانه های من ۴۰ تا ۴۸ درصد روغن دارند، ۱۸ تا ۲۰ درصد آن بدون دادن حرارت می توان با فشار گرفت و این روغن درجه یک اعلی بوده، گوارا و بسیار مفید است. بقیه مواد چربی که بوسیله فشار و حرارت گرفته می شود، در صنعت ساعت سازی، صابون سازی مصرف می شود و دیر فاسد می شود.

برگ های من نیز اثر تب بر داشته و مخصوصا جهت مالاریا تجویز می شود. در بین حیوانات، طوطی به خوردن دانه های من علاقه زیاد دارد؛ زیرا با خوردن آن مریض نمی شود و فضولاتش بو نمی دهد.

منبع: برگرفته از کتاب زبان خوراکیها از دکتر غیاث الدین جزایری



video
watch online
رسانه تصویری



eMagazine
مجله مجازی



Printed
(book & booklet)
(Mag)
مطالب چاپی



Picture
تصویر



online chat
چت آنلاین

update version 0.2

خدمات جدید ما در بروز رسانی جدید

دوستان عزیز در بخش چت آنلاین سوالات مرتبط رو جوابگو خواهیم بود



Instagram:akbariagro



Telegram:akbariagro



chat online(Telegram):akbariagro_private



انجیر

نام من انجیر است، انجیل هم می گویند. بزرگترین افتخار من این است که خداوند در قرآن مجید به جان من قسم خورده است. تنها یک میوه خوشمزه و لذیذ نیستم، بلکه غذای نرم و لطیف و دارویی سودمند و بی ضرر می باشم. قدرت غذایی من بیش از سایر میوه ها و خواص دارویی من بیش از تصور است.

من از قدیم در جنگل های آفریقا، آسیا و آمریکا به عمل می آمدم، زادگاه مخصوصی ندارم و در جنگل های شمال و جنوب ایران هم وجود داشته ام. من انواع و اقسام ریز و درشت، بی دانه، زرد، قرمز و صورتی و بنفش دارم، یک نوع ریز من در تهران به نام انجیر شیرازی است. در گذشته انواع سفید مرا غذا و نوع بنفش را دوا می دانستند ولی من این تقسیم را قبول ندارم، بلکه مدعی هستم که در هر رنگ و شکل بستانی، کوهی و بیابانی، خوراک اشخاص سالم و درمان افراد بیمار می باشم.

من انواع زودرس و دیررس دارم، در جاهای سردسیر دیرتر و اگر خیلی سرد باشد، اصلا نمی رسم و میوه ام در آنجا تا رسیدن زمستان کال می ماند و مردم این میوه های نارس را دیو انجیر نام گذاشته اند، خورن دیو انجیر به علت داشتن شیرابه فراوان نامرغوب و خطرناک است.

من به مقدار فراوان دارای ویتامین های A، B، C و مواد معدنی مثل آهن، برم، منگنز، آهک و گوگرد می باشم و کمی هم آرسنیک دارم و نیز دارای مواد چربی، سفیده ای و از همه بیشتر مواد قندی در من است.

اگر میوه ی مرا پس از چیدن در روی سبد یا پارچه سوراخ دار در برابر تابش آفتاب قرار دهند، قند من زیادتر شده، میزان آن به سی تا چهل درصد می رسد. من در تابستان داخل تره بار در دکان میوه فروشی و در زمستان در ردیف خشکبار در دکان آجیل فروش ها عرضه می شوم. و در تمام اعضای مختلف درخت من، یک شیرابه سفید رنگ جریان دارد.

من یک میوه سهل الهضم هستم، اگر مرا قبل از غذا بخورید، مجاری دستگاه گوارش را باز و اشتها را تحریک و محیط را برای هضم و دفع غذا آماده می سازم و سبب تخلیه کامل شکم خواهم شد.

در داروخانه ها شربت من با روغن بادام شیرین که جهت لینت به اطفال می دهند رقیب شده است. مربا و کمپوت میوه من بهترین غذا برای مبتلایان به یبوست است. از جوشاندن میوه من در شیر شربتی به دست می آید که نرم کننده سینه و معده بوده، مضمضه آن لثه ها را محکم و غرغره اش سینه و گلو را نرم و دردهای کهنه آنها را شفا می بخشد.

کسانی که از لاغری رنج می برند و می خواهند کمی چاق شوند، غذایی بهتر از من پیدا نخواهند کرد. مخصوصا اگر چهل روز ناشتا مرا با کمی انیسون تناول نمایند. با اینکه قند فراوان دارم، معذک کسی را بیش از حد مناسب چاق نمی کنم و میوه تازه من خنک محسوب می شود، حرارت و تشنگی را تسکین می دهم، عرق را زیاد می کنم و سموم و چربی را با عرق بیرون می آورم و همین امر در گذشته این شبهه را ایجاد کرده بود که من شپش را در بدن زیاد می کنم، در صورتی که زیاد شدن این جانور گناه من نبود، بلکه خروج چربی و سموم چرک بدن را زیاد می کرد و محیط مناسبی برای رشد شپش بود.

من کبد را تقویت می کنم، ورم طحال را فرو می نشانم. خوردن من با گردو مقاومت بدن را در برابر سموم بالا می برد. خوردن من با پسته و بادام جهت تقویت نیروی حافظه و قدرت تعقل و تفکر سودبخش است، اگر میوه خشک مرا بو داده و بکوبید گردی بدست می آید که به نام قهوه انجیر معروف است و برای سیاه سرفه، ذات الریه و سینه دردهای کهنه مفید می باشد و خشونت قصبه الریه را از بین می برد.

وجود گوگرد در من باعث زیاد شدن مو شده، از ریزش آن جلوگیری می نماید. با من شربت، ژله و مارمالاد درست کنید و در زمستان برای گرم شدن و جلوگیری از سرماخوردگی میل نمایید. میوه من با مغز گردو محرک شهوت است. ضماد من با زاج جهت زخم های آبکی و با بوره جهت بثورات جلدی و گنده تاول زیاد تجویز می شود.

خواص بهی بخش من منحصر به میوه من نیست، جوشانده شاخه های من مبتلایان به استسقاء و پوست تازه آن برای مبتلایان به اسهال خونی و شکم روش تجویز شده است.

شیرابه ای که در تمام اعضای درخت من و دیوانجیر وجود دارد، مسهل قوی و خطرناک است. من بوی بد دهان را از بین می برم و سوخته میوه من با روغن خضابی است که موهای سفید را مشکی می نماید.

اگر میوه مرا سوزانده با کمی گلیسیرین مخلوط کنید و دندان های خود را با آن بشویید، آنها را سفید و محکم می نماید. ضماد گرم میوه من با آرد جو مسکن درد عضلات است. دمل ها و کورک ها را باز می کند. ضماد میوه من با روغن زیتون یا موم جهت معالجه ترکیدن پوست که در اثر سرما ایجاد شده است مفید می باشد.

حمول من با عسل، زخم و جراحات را از بین می برد و از ترشح و خونریزی جلوگیری می نماید، مشروط بر اینکه با رعایت اصول بهداشت و فنون داروسازی باشد. میوه من مخلوط با خرما، کشمش و عناب به چهار میوه سینه نرم کن معروف است. دانه های میوه من معده و روده ها را جارو می کند و فضولات را با خود دفع می کند و برای جلوگیری از باردار شدن مناسب است.

شیرابه من شیر را منعقد می کند و آن را تبدیل به نوعی پنیر می نماید که فوق العاده زود هضم است. این شیرابه بلغم و لیزابه های معده و روده ها را نیز منعقد کرده و به دفع آنها کمک می کند. مالیدن آن میخچه، زگیل و خال گوشتی و آثار جلدی را از بین می برد، سابقا سرمه آن جهت جلوگیری از آبریزش چشم زیاد تجویز می شد.

اگر کمی از این شیرابه را به پنبه زده و در بن دندان یا حفره دندان کرم خورده بگذارید، درد آن فوراً ساکت می شود. اگر دندان پزشکان از این شیرابه جهت کشتن عصب دندان استفاده کنند نتیجه ای بهتر و زودتر خواهند گرفت. این شیرابه دارای آنزیمی است شبیه لوزالمعده که به هضم غذا و گوشت کمک فراوان می کند.

اگر گوشت سخت و ناپز دارید، مختصری از این شیرابه به آن بزیند و یا یک میوه کال مرا در دیگ غذا بیندازید، بزودی پخته خواهد شد. اگر یک دانه میوه کال مرا در دیگ حلیم بیندازید، گوشت و گندم آن نرم و حل می شود حبوبات ناپز هم به این وسیله نرم و زودپز خواهند شد. حال که خواص مختلف شیرابه مرا دانستید، بد نیست بدانید که پیشینیان در خواص آن نوشته اند، جامدات را آب می کند و مایعات را منجمد می سازد.

شلکا انجیر یا جمیز در کتاب های گیاه شناسی به میوه ای اشاره شده است که به فارسی شلکا انجیر و در کتب پزشکی جمیز نام دارد. اعراب به آن تین الاحمق یعنی انجیر احمق لقب داده اند در کتب دارویی فرنگی نامش انجیر اسپانیا و باری باری می باشد، این میوه که جهت اسهال و اسهال خونی مصرف فراوان دارد از خانواده ما نیست و از دسته کاکتوس ها می باشد.

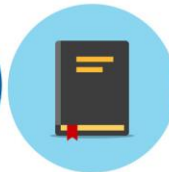
منبع: برگرفته از کتاب زبان خوراکیها از دکتر غیاث الدین جزایری



video
watch online
رسانه تصویری



eMagazine
مجله مجازی



Printed
(book & booklet)
(Mag)
مطالب چاپی



Picture
تصویر



online chat
چت آنلاین

update version 0.2
خدمات جدید ما در بروز رسانی جدید

دوستان عزیز در بخش چت آنلاین سوالات مرتبط رو جوابگو خواهیم بود



Instagram:akbariagro



Telegram:akbariagro



chat online(Telegram):akbariagro_private



زبان خوراکیها



از زبان هندوانه

من با اینکه بیش از دو هزار سال است به ایران مهاجرت کرده و در این سرزمین پر برکت پرورش یافته ام، معذک هنوز ایرانیان مرا هندو دانسته و هندوانه می خوانند، در کتاب های پزشکی قدیم مرا خربوزه هندی و «حب الحجاز» لقب داده اند و به این ترتیب معلوم نیست که مرا هندی یا عرب می دانند.

حقیقت امر این است که تخمه مرا از حجاز به ایران آورده اند، ولی همانطور که امروز هر میوه یا سبزی تازه واردی را مردم فرنگی می دانند، و یک لقب فرنگی مثل گوجه فرنگی، هویج فرنگی، انگور فرنگی، جعفری فرنگی و کاهو فرنگی به آنها می دهند، در سابق هم که فرنگ وجود نداشت و هندوستان سرزمین عجایب بود میوه ای که تازه وارد ایران می شد، آنرا هندی می دانستند و یک عنوان هندی به او می دادند در فرهنگ عربی مرا «دابوقه» و اعراب حجاز «حب حب» می خوانند.

من دارای آب زیاد بوده، خنک، مسکن التهاب و فشار خون و برطرف کننده عطش زیاد هستم، ادرار را زیاد می کنم و سازنده ی خون و صالح رقیق هستم بهترین درمان حصبه و مطبقه بوده و در این راه شهرت دارم، ولی چون سلولز زیاد داشته و دیر هضم و نفاخ هستم، این

دسته از بیماران نمی توانند از گوشت من استفاده کنند. برای آنها که روده هایشان مجروح است، تولید نفخ خطرناک است، لذا به این دسته از بیماران توصیه شده است که آب مرا گرفته صاف کرده و با کمی شیر خشت مخلوط نموده و نوش جان نمایند تا به این ترتیب دچار نفخ و ناراحتی معده و روده نشوند.

اشخاصی که معده و روده هایشان تنبل شده و نمی توانند گوشت مرا به آسانی هضم نمایند آنها هم می توانند به این دستور عمل نمایند و یکی دیگر از طرق جلوگیری از نفخ خوردن مربای پوست من است و در اینجا بد نیست که شما را به یکی دیگر از اسرار طبیعت آشنا سازم، ما میوه ها که خوراک اصلی انسان هستیم، در برابر منافع سرشاری که داریم گهگاهی عوارضی نیز از خوردن ما متوجه شما خواهد شد، ولی دستگاه آفرینش غالباً داروی این عوارض را در قسمتی دیگر از بدن ما قرار داده است، چنانچه اگر کسی در اثر خوردن برنج سفید کرده، مبتلا به مرض «بری بری» شود می تواند این بیماری را با خوردن پوست برنج برطرف کند، نفخ حاصله از بعضی از میوه ها هم درمانش در پوست آنها است. چنانچه اگر خیار را با پوست بخورید، مبتلا به نفخ معده نخواهید شد، خوردن مربای پوست من هم نفخ را از بین می برد. خوردن زردآلو با هسته نیز به همین منظور توصیه شده است.

در گذشته، از پوست من خورش پوست هندوانه نیز درست می کردند و یکی از غذاهای مخصوص اعیان و اشراف بود، ولی متأسفانه این روزها به کلی منسوخ شده است.

خوردن آب یا گوشت من با سکنجبین جهت درمان یرقان و سنگ های صفراوی مفید است.

خوردن من ناشتا مخصوصاً در هوای گرم موقعی که عطش غلبه کرده است چندان خوب نیست و بهتر است مرا بعد از صرف غذا میل نمایند.

ما هندوانه ها با اینکه انواع و اقسام داریم و رسیده ما به رنگ قرمز و زرد جلوه گری می کند، معذک با هم فرق اساسی نداریم و اختلاف ما بیشتر مربوط به طرز کشت ما است، کوچکی و بزرگی ما هم مربوط به نوع خاکی است که ما را در آن می کارند، ما را معمولاً به صورت دیم و آبی می کارند. تخمه ی دیمی ما قرمز و تخمه ی آبی ما سیاه و یا خط دار است برای اینکه ما را بطور دیم بکارند، معمولاً تخمه ی ما را در مجاور ریشه گون قرار می دهند تا بتوانیم از آبی که آن ریشه از اعماق زمین می کشد استفاده نماییم و همین امر سبب شده است که نوع دیمی ما مفیدتر گردد.

محصول آبی ما خیلی درشت تر و بزرگ تر از دیمی می شود و اخیرا کشاورزان ایرانی توانسته اند هندوانه هایی پرورش دهند که وزن آنها ۳۷ کیلوگرم باشد.

در بیرجند و بجنورد و سایر نواحی خراسان، هندوانه های کوچکی به عمل می آید که فوق العاده شیرین است و اهالی آب آنها را غلیظ کرده، به صورت شیره در می آورند، این نوع شیره فوق العاده خنک و مفید است.

هندوانه کال و بته مرده، دیر هضم تر و نفاخ تر است و در بعضی از معده ها حتی با کمک مسهل هم به آسانی هضم نمی شود.

منبع: برگرفته از کتاب زبان خوراکیها از دکتر غیاث الدین جزایری



video
watch online
رسانه تصویری



eMagazine
مجله مجازی



Printed
(book & booklet)
(Mag)
مطالب چاپی



Picture
تصویر



online chat
چت آنلاین

update version 0.2

خدمات جدید ما در بروز رسانی جدید

دوستان عزیز در بخش چت آنلاین سوالات مرتبط رو جوابگو خواهیم بود



Instagram:akbariagro



Telegram:akbariagro



chat online(Telegram):akbariagro_private



Instagram:@akbariagro
telegram:@akbariagro

زبان خوراکیها

من انبه ام

به فارسی به من «انبه» می گویند و اعراب آن را معرب کرده «انبج» خوانده اند. در کتب قدیمی موانبه و نغرک نیز ذکر شده است.

زادگاه اولیه من هندوستان و نواحی استوایی است و اکنون در بلوچستان نیز می رویم، در نواحی استوایی درخت من چندین بار در سال بار می دهد. از میوه و پوست من علاوه بر ترشی و مربا، عصاره ی روانی می سازند که دارای اثر قابض است.

غرغره ی این عصاره، مخلوط با کمی آب جهت درد گلو و اورام لوزتین بکار می رود. پوست من دارای ۱۵ تا ۱۸ درصد تانن است و یک قاشق چای خوری کوبیده آن دو مرتبه در روز برای معالجه اسهال کافی است، برگ های مرا در هندوستان به یک دسته از پستانداران که سم آنها دو شقه است می دهند و از ادرار آنها رنگ زردی می گیرند که در رنگرزی و نقاشی بکار می رود. صمغ درخت من کمی در آب حل می شود و از انواع صمغ عربی است.

درخت من بزرگتر از درخت گردو است، میوه ی من ابتدا گس و بعد ترش می شود و در اثر زیاد ماندن در روی درخت کم کم شیرین می گردد.

میوه من بوی خوشی نظیر عنبر دارد، مقوی جسم و روح و اعضای دستگاه گوارش است. کلیه و مثانه را باز و تقویت می کند، دهان را خوشبو کرده و رنگ چهره را باز می کند. برای خفقان سرفه - سیاه سرفه - تنگی نفس و انواع سردرد و معالجه اسهال و دردهای قولنجی زیاد تجویز می شود. مسکن عطش بوده، اشخاص لاغر را فربه می نماید. پیشاب آور و ملین است.

زیاده روی در خوردن من برای صاحبان مزاج گرم خوب نیست و خوردن من در شکم خالی ناراحت کننده می باشد مخصوصا نباید ترشی مرا در موقع گرسنگی خورد، بلکه بهتر است آنرا در نیمه دوم غذا، یعنی موقعی که التهاب گرسنگی خوابید همراه با خوراک تناول نمود. مربا و ترشی من، برای تقویت معده اثری نیکو دارد.

منبع: برگرفته از کتاب زبان خوراکی ها از دکتر غیاث الدین جزایری

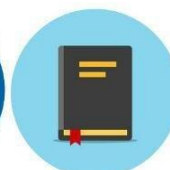
زبان خوراکیها ۱۱



video
watch online
رسانه تصویری



eMagazine
مجله مجازی



Printed
(book & booklet)
(Mag)
مطالب چاپی



Picture
تصویر



online chat
چت آنلاین

update version 0.3

خدمات جدید ما در بروز رسانی جدید



خدمت جدید - هر دوشنبه - بخش محصولات استراتژیک



Instagram:akbariagro



Telegram:akbariagro



chat online(Telegram):akbariagro_private

اسم من باقلا است

در خوردن بی همتا هستم. سینه و ریه را پاک کرده و آنها را تقویت می کنم. برای مبتلایان به زخم معده غذای خوبی هستم. گل من درمان کننده رماتیسم است...

اسم من باقلا است، ولی در تهران بیشتر به من باقلی می گویند و اعراب نیز باقلی خطاب می کنند. من یکی از حبوبات قدیمی و تاریخی هستم و ساکنان اطراف رودخانه نیل از عهد باستان مرا شناخته و کشت کرده اند. من غذای خاص حضرت عیسی بودم، آن حضرت مرا خام می خورند، در ایران نیز گیلانیها مرا نپخته می خورند. من سرشار از ویتامینهای آ.ب و ث هستم و املاح مفیدی از آهن، آهک و فسفر دارم و به همین جهت در دسته غذاهای خونساز بوده و مغز قلم استخوانها را تقویت می کنم. من در اثر خشک شدن مقداری از ویتامین ث خود را از دست می دهم، ولی در عوض قدرت غذایی من بالا می رود و نفخ من کم میگردد - مواد نشاسته ای من از سایر حبوبات کمتر است، و در عوض مواد سفیده ای بیشتر دارم و روی این اصل قدرت زندگی من زیاد بوده، اشخاص لاغر را تقویت می کنم، ولی جزو غذاهای چاق کننده نیستم. من از حبوبات خنک محسوب می شوم و پیشاب را زیاد می کنم، غرایز جنسی را نیرو می دهم، زود هضم بوده و به سرعت از معده می گذرم و با خود خوراکیها دیگر را از معده خارج می کنم، سرفه خشک را درمان می کنم. من برای مبتلایان به زخم معده و اسهال، غذای خوبی هستم و چون در آب و سرکه بپزند و با پوست بخورند، برای اسهال مفید می باشم و بدون سرکه برای کلیه مرا تجویز می کنند.

هرگز آب پخته مرا دور نریزید، زیرا گلو را نرم می‌کنم و از تولید سنگ جلوگیری می‌نمایم و گرفتگی‌های معده را باز می‌کنم.

ضماد آرد من با آرد جو در محل ضرب خوردگی و ورم پستان نافع است، مخصوصاً اگر این ورم در اثر انعقاد شیر باشد.

لپه مرا کوبیده با سرکه و کمی نعناع و عسل مخلوط کنید و به روی دمل بگذارید تا سر باز کرده و از بین برود.

ضماد من با پیه خوک جهت نفرس مفید است.

سابقاً که زالو انداختن معمول بود، معمولاً دانه تازه مرا دو لپه کرده و طرف داخلی آن را روی محل نیش زالو می‌چسبانیدند تا خون بند آید. این دستور برای بند آمدن بریدگی‌های کوچک هم مفید است.

ضماد آرد من با سفیده تخم مرغ و گل بر روی حدقه چشم که بر آمده باشد، سودمند است. ضماد آرد من با عسل جهت پاک شدن لکه‌های سیاه توصیه شده است. گل من نیز پیشاب آور بوده و جوشانده سی تا شصت در هزار آن برای درمان رماتیسم و عرق النساء (سیاتیک) مفید می‌باشد.

اگر انگشت شما گوشه کرد ناراحت نباشید، مقداری از برگ‌های مرا گرفته بجوشانید و انگشت خود را در آب گرم آن فرو برید، به زودی خوب خواهد شد. اگر گل مرا در هاون قلعی بسایید، و در آفتاب بگذارید خضاب نکویی به دست خواهید آورد، بانوانی که صورتشان ریش درآورد است، می‌توانند موها را با موچین کنده و در جای آنها چند روز متوالی از خمیر آرد من بچسبانند تا آن موها دیگر رشد ننماید. زیاده روی در خوردن من خوب نیست.



instagram:@akbariagro
telegram:@akbariagro



video
watch online
رسانه تصویری



eMagazine
مجله مجازی



Printed
(book & booklet)
(Mag)

مطالب چاپی



Picture
تصویر



online chat
چت آنلاین

update version 0.3

خدمات جدید ما در بروز رسانی جدید



خدمت جدید - هر دوشنبه - بخش محصولات استراتژیک



Instagram:akbariagro



Telegram:akbariagro



chat online(Telegram):akbariagro_private

AKBARI AGRO

1

اسم من پیاز است

بی خوابی را از بین می برم. برای جلوگیری از سرطان مرا توصیه کنید. نقش مؤثری در معالجه آب شکم دارم. سنگ کلیه را خرد می کنم. فارسی و هندی من پیاز است، در فارسی به من سوخ هم می گویند. اعراب به من بصل و ترکان سوقان می گویند، در زبان ترکی به نوع بیابانی من کومران نام داده اند. دانشمندان قدیم و جدید برای من بیش از هزار خاصیت قائل شده اند، من انواع و اقسام کوچک و بزرگ، تند و شیرین، پوست سفید و قرمز دارم.

من دارای یک ساقه زیر زمینی به نام طبق پیاز هستم. این ساقه از یکطرف به ریشه های افشان و از طرف بالا به یک ساقه هوایی ختم می شود، و در اطراف این طبق فلس های پیاز پرده پرده روی هم جمع شده و یک شکل کروی به وجود می آورند. در روی این جسم کروی پوست پیاز قرار دارد. یکی از عجایب طبیعت که در نهاد من است، نیروی هواشناسی ست بطوری که قبل از رسیدن فصل زمستان می توانم شدت سرمای زمستان آینده را پیش بینی کنم. در فصل پاییز شما وقتی مرا از زیر خاک در می آورید اگر پوستها و پرده های من ضخیم، چرمی و محکم باشد، باید بدانید که زمستان سختی را آن محل خواهد داشت و اگر نازک و کم دوام باشد، در زمستان آینده سرمای زیادی در آن محل دیده نخواهد شد، و نیز روی همین اصل است که بار فروشان از روی پوست و پرده های من زادگاه مرا تشخیص می دهند. چون پیازی که از

مناطق گرمسیری می آید با پیاز مناطق سردسیر فرق بسیار دارد. من جزو مواد غذایی بسیار مفیدم که بطور پخته و خام مصرف می شوم، دارای ویتامینهای ب و ث بوده و سرشار از املاح سیترات - استات فسفات - نیترات - و ترکیبات گوگردی و املاح کلسیم - سدیم - پتاسیم - ید - سلیس و چندین نوع قند می باشم.

به کسانی که کارهای فکری دارند، خوردن پیاز را که دارای فسفر است توصیه نمایید. من هضم مواد نشاسته ای را آسان می کنم و خواب را راحت می نمایم. به کسانی که دچار بی خوابی می شوند، توصیه کنید که از خوردن من غافل نشوند. در عصر حاضر که به علت انفجارهای پی در پی خورشید و انفجارهای اتمی و آلودگی هوا و سر و صدای شهرها سکنه های مغزی و قلبی زیاد شده است، نبایستی هیچ سفره ای خالی از من باشد، زیرا من از لخته شدن خون جلوگیری می کنم و از زیان آلودگی هوا می گاهم. من دارای یک ماده میکرب کش نظیر

پنی سیلین هستم که میکربهای وبایی شکل را می کشم .

خوردن پخته یا خام من به رشد اطفال مخصوصاً کودکان عقب افتاده کمک می کند، من به علت داشتن مواد گوگردی، خون و مجاری تنفسی را ضد عفونی می کنم و جهت درمان تنگ نفس - ورم - گلو - برنشیت - گریپ و غیره مفید می باشم و نیز به علت داشتن گوگرد است که موهای سر و صورت را تقویت کرده و از ریزش آنها جلوگیری می نمایم. عمل من در معالجه امراض کلیوی غیر قابل تردید است. من درمان

پرستات، ورم، ساق پا و روماتیسم مفصلی و غیره مفید می باشد. من با اینکه به هضم غذا کمک می کنم نفخ را هم از بین می برم، خودم کمی نفخ هستم و برای جلوگیری از نفخ من، بایستی از مواد قندی استفاده کنید. خوردن کمی قند یا شکر یا مکیدن نبات و آب نبات نفخ مرا از بین می برد.

برای تسکین درد دندان کافی است کمی آب پیاز را با پنبه آغشته ، آن را در حفره دندان کرم خورده بگذارید. برای معالجه زگیلهای گوشتی وسط یک پیاز بزرگ را گود کرده، و در آن نمک بریزید و بگذارید تا نمک آب شود و آن را روی زگیل بمالید. برای از بین بردن لکه های سیاهی پوست نیز دارویی مفیدتر از آب پیاز و نمک نیست.

من دارای چندین نوع قند بوده، و با کمک نیتراتهایی که دارم ادرار را زیاد می کنم. اثر من در جلوگیری از سرطان، غیر قابل انکار است و در معالجه ورم پرده خارجی قلب و ذات الریه تجویز می شوم. من بوی زهم گوشت را از بین می برم و گرفتگی دماغ را که در اثر تنفس در هوای متعفن پیدا شده باشد باز می نمایم. من دارای انسولین گیاهی و اینولین هستم و به همین جهت برای مبتلایان به مرض قند مفید بوده و قند خون را پایین می آورم. برای معالجه آب آوردن شکم، پیدا شدن آلبومین در ادرار به سراغ من بیایید، و از مدر بودن من استفاده کنید. در برگ من مقداری قند و آنزیمهای مختلف و مقدار زیادی سبزینه وجود دارد. ضمناً نیم پخته من مسکن التهاب و ناراحتی های مربوط به

سوخستگی و بواسیر است. من اشک آور بوده و چشم نمی زخم. خوردن من با نان، بازکننده ادرار و حیض بوده و شکننده سنگ کلیه و مثانه است. پخته مهرای من قدرت غذایی بیشتری دارد، شکم را نرم می کند و آروغ ترش را از بین می برم، پخته من با دنبه و چربی جهت پاک کردن اخلاط غلیظ سینه و ریه مفید است. ترشی من جهت درمان یرقان و زیادشدن اشتها و تقویت هاضمه و جلوگیری از قی صفراوی و بلغمی سودمند است. من پادزهر سموم هستم، خوردن آب پیاز به مقدار زیاد، برای کسانی که سگ هار آنها را گزیده باشد سابقاً تجویز می شد. چکاندن آب من در چشم جهت جلوگیری از آبریزش و خارش پلک چشم نافع است، و با عسل جهت رفع لکه سفیدی و زخم چشم و ضعف بینایی تجویز شده است.

کشیدن آب من در بینی پاک کننده دماغ است. بوئیدن من در مواقع شیوع امراض مسریه منافع بسیار دارد. چکاندن آب من در گوش جهت رفع سنگینی و صدا کردن گوش و پاک کردن چرک آن نافع است، مقدار خوراک من تا صد گرم است. ضماد کوبیده من بر محل نیش عقرب و زنبور زهر آنها را از بین می برد. ضماد من بروی پوست بدن خون را به سوی جلد می کشد و آن را خوش آب و رنگ می نماید، ضماد من با عسل و باروت جهت درمان برص، زگیل، گوشتی، کک و مک و زخمهای چرکی توصیه شده است و برای از بین بردن زگیل بهتر است ضماد مرا با نمک و گیلاب و عسل استعمال نمایید. ضماد من با زرده تخم مرغ جهت بواسیر و درد نشستگاه به کار می رود و با کوهان شتر جهت شقاق و بواسیر مفید بوده، بواسیر را باز می کند.

پخته من با پیه جهت معالجه زخم پا که در اثر زدن کفش بوجود آمده باشد مفید است. عده ای از اشخاص گرم مزاج و سودایی نسبت به من حساسیت دارند. این اشخاص یا بایستی از پخته من استفاده کنند و یا بعد از خوردن من، کمی سرکه یا آب انار میل نمایند. برای برطرف ساختن بوی من خوردن سبزیهای معطر، باقلای خام، گردوی بوداده، و نان سوخته موثر است. بذر من مقوی قوای شهوانی است، و جهت موخوره و داء الثعلب مفید است.

منبع: برگرفته از کتاب زبان خوراکی ها از دکتر غیاث الدین جزایری

.....

می خواهی انسان موفقی باشی

پیشنهاد ما به شما

رسانه های مجازی مهندس روح الله اکبری

پروژه ی مهندسی موفقیت