

مامان ایلدا

این هفته:

ترشی لبو و گل کلم

مژده مظهري

چه می خواهیم؟

چغندر متوسط: ۳ عدد

گل کلم کوچک: یک عدد

هویج متوسط: ۲ عدد

ساقه کرفس: ۳ عدد

سبزی مخصوص ترشی:

۲۵۰ گرم

فلفل تند: یک عدد

سرکه سفید، آب و نمک:

به میزان لازم

نخود: نصف

لیوان

سیر

تازه:



چطوری درست کنیم؟

ابتدا چغندرها را شسته و با کمی آب نیم پز کرده بعد پوست آنها را گرفته و به اندازه دلخواه برش یا قالب می زنیم و کنار می گذاریم. هویج، ساقه کرفس و گل کلم را هم خرد کرده و شسته و روی دستمال تمیزی می گذاریم تا کاملاً خشک شود.

سبزی معطر مخصوص ترشی را پاک کرده و شسته و بعد از این که آب اضافه اش رفت درشت خرد و روی پارچه تمیزی پهن می کنیم. پوست سیر را گرفته و خرد کرده یا اسلایس می کنیم و فلفل را هم شسته و خرد کرده و کنار می گذاریم (البته می توانیم آنها را خرد نکرده و درسته در ترشی بیندازیم). وقتی مواد آماده شد همه را در ظرف بزرگی ریخته و به آرامی و خوب با هم مخلوط می کنیم و لایه به لایه مقداری از آن را در ظرف مناسبی که بهتر است شیشه ای باشد ریخته و روی آن سبزی ترشی و چند دانه نخود می ریزیم تا مواد تمام شود. سپس روی مواد تا نصف شیشه مخلوط آب و نمک که از قبل جوشانده و کمی خنک شده ریخته و نصف دیگر آن را سرکه می ریزیم و در ظرف را محکم بسته و در جای خنکی مانند یخچال می گذاریم.

این ترشی خوشمزه و بسیار خوش رنگ را می توانیم بعد از دو هفته با انواع غذا سرو می کنیم.



■ تازه بودن مواد ترشی در طعم و ترد شدن آن بسیار موثر است.

■ نسبت تند بودن ترشی را بنا به ذائقه تان با ریختن مقدار فلفل تنظیم کنید.

■ تمام مواد بعد از شسته شدن باید کاملاً خشک شده و آب نداشته باشد در غیر این صورت ترشی زود کپک می زند.

■ می توانیم آب و نمک و سرکه را با هم مخلوط کرده و جوشانده و بعد از کمی خنک شدن روی ترشی بریزیم.

گیاهی با مقاومت بی همتا

کوددهی و آبیاری

برگ عبابی که در گلدان کاشته شده است، به خاک مخصوص گلدان با پایه کمپوست و با PH بین ۵٫۵ تا ۶٫۵ نیاز دارد. اما اگر در باغچه کاشته شده باشد، می تواند در شن و خاک رس به خوبی رشد کند. در طول ماه های بهار و تابستان، هر دو هفته یکبار به گیاه کود مایع چندمنظوره بدهید. نیازی نیست گیاه در پاییز و زمستان کودی دریافت کند. برگ عبابی می تواند به خوبی کم آبی را تحمل کند، اما به هر حال به میزان کمی آب هم نیاز دارد. فقط دقت کنید که هرگز آن را بیش از حد آبیاری نکنید، چون به سرعت باعث فاسد شدن ریشه و در نتیجه مرگ گیاه خواهد شد. بین هر دفعه آبیاری، اجازه دهید تا خاک گیاه به خوبی خشک شود. می توانید به کمک انگشتان خود، چند سانتی متر روی خاک را لمس کنید و میزان رطوبت آن را بسنجید.

آفت و بیماری

برگ عبابی ممکن است دچار لکه هایی روی برگ ها شود. این لکه ها به صورت نقاط سیاه و قهوه ای رنگ هستند و رشد خود را تا زمان ریزش برگ ادامه خواهند داد. در این صورت باید تمام برگ های دارای لکه را از گیاه جدا کرده و برای حفاظت بیشتر از گیاه، از قارچ کش استفاده کنید. این گیاه ممکن است مورد تهاجم شپشک آردی، شپشک معمولی و تخم عنکبوت قرار بگیرد. گیاه بیمار را دور از گیاهان سالم قرار دهید و آن را جداگانه نگهداری کنید.



برگ عبابی بین گیاهان در مقاومت بی همتاست! این گیاه تقریباً از بین نرفتنی است و می تواند بی توجهی و رسیدگی نکردن را تا مدت ها تحمل کند. اگر تاکنون خیلی در امر نگهداری از گیاهان موفق نبوده اید، برگ عبابی انتخاب مناسبی برای شماست. برگ عبابی همیشه سبز و با طراوت است و می تواند در محیط های بسیار کم نور هم به خوبی رشد کند. مثلاً می توانید آن را در راه پله ها بگذارید و نگران نور مورد نیازش هم نباشید.

دما و نور

برگ عبابی در دماهای پایین و حتی در یخبندان هم دوام می آورد، اما عاشق دمای معمولی اتاق است. گرچه آن در سایه هم رشد می کند، اما نور غیرمستقیم فیلتر شده برایش مناسب تر است. بهترین نور برای گیاه برگ عبابی یک نور ملایم، فیلتر شده و غیرمستقیم است. برگ عبابی در اثر تابش مستقیم نور خورشید از بین می رود و تابش مستقیم نور هم باعث زرد و قهوه ای شدن و در نهایت ریختن برگ های آن می شود.

موسسه فرهنگی - مطبوعاتی جام جم، برگزار می کند



مدرسه ی تربیت منتقد، به عنوان اولین و جامع ترین مرکز تربیت تحلیلگران و منتقدین سینما، با شناخته شده ترین مدرسین سینما، قصد دارد، کارشناسان، منتقدان و روزنامه نگارانی را پرورش دهد تا بتوانند درست فیلم ببینند و عمیق و دقیق، آن را تحلیل کنند.

برای ثبت نام فایلی شامل مشخصات، مهارت ها، سوابق و نمونه کارها (در صورت وجود) را به نشانی QR کد زیر ارسال فرمایید.

جهت کسب اطلاعات بیشتر و ثبت نام لطفاً با شماره ۰۲۱۲۳۰۰۴۱۰۷ تماس بگیرید.

برای ثبت نام اسکن کنید

