

مامان ایلدا

این هفته:

خورشت کاری

مژده مظهري

چه می خواهیم؟

سینه مرغ: ۲۵۰ گرم

پیاز متوسط: ۲ عدد

سیر تازه: ۳ حبه

ادویه کاری، پاپریکا و

زردچوبه: از هر کدام یک

قاشق چایخوری

فلفل سیاه و قرمز: از

هر کدام نوک قاشق

چایخوری

نمک: به میزان لازم

خامه صبحانه: ۲ قاشق

غذاخوری

جعفری تازه خردشده:

۲ قاشق غذاخوری

روغن: ۲ قاشق غذاخوری

کره: یک قاشق غذاخوری

چطوری درست کنیم؟

پوست پیاز را گرفته، خرد کرده و در قابلمه مناسبی ریخته و روی حرارت می گذاریم. سپس با کمی روغن تفت داده و سرخ می کنیم. سینه مرغ را شسته و به اندازه دلخواه خرد کرده و به پیاز داغ اضافه می کنیم و خوب تفت می دهیم تا تغییر رنگ بدهد. سپس پوست سیرها را هم گرفته، خرد کرده و به مرغ اضافه می کنیم. در این مرحله نوبت ادویه هاست. فلفل قرمز، فلفل سیاه، ادویه کاری، پاپریکا و زردچوبه و نمک را به مرغ اضافه کرده و تفت می دهیم تا بوی عطر ادویه ها درآید بعد یک لیوان آب به آن اضافه کرده و وقتی جوش آمد، حرارت را کم کرده و در قابلمه را می گذاریم تا تکه های مرغ بپزد. وقتی از پخته شدن مرغ مطمئن شدیم خامه را که از قبل از یخچال خارج کرده ایم و به دمای معمولی رسیده در ظرفی ریخته و خوب هم می زنیم تا کمی شل شود. بعد آن را به مواد اضافه کرده و کمی هم زده و بعد از چند دقیقه خورشید را از روی حرارت برمی داریم و در ظرف مناسبی ریخته، جعفری تازه خردشده روی آن می ریزیم و با برنج ایرانی سرو می کنیم.

■ یکی از نکات بسیار مهم برای خوشمزه تر شدن این خورشید، استفاده از ادویه تازه است.

■ کره برای بهتر شدن طعم خورشید است و در صورت تمایل، می توان آن را حذف کرد.

■ وقتی مرغ پخت باید حدود سه قاشق غذاخوری آب داشته باشد و اگر کمتر یا بیشتر باشد، طعم خورشید تغییر می کند.

■ زمان اضافه کردن خامه در آخرین مرحله و قبل از سرو است در غیر این صورت بر اثر حرارت خورشید، طعم آن عوض می شود.

«یشم پرنده آبی» مناسب برای آپارتمان

کلی گیاه یشم باید روزانه چهار ساعت نور خورشید دریافت کرده یا کل روز را در یک نقطه آفتابی باشد.

آبدهی

آبدهی این گیاه در روزهای تابستانی برخلاف زمستان است. در زمستان گیاه تنها هر دو سه هفته یک بار به آبیاری نیاز دارد. در تابستان هفته ای یک بار آبیاری کافی است. هرگز نباید این گیاه را بیش از حد آبیاری کنید، در صورتی که چنین کاری انجام دادید باید به آن زمان دهید تا آب اضافی را جذب کند. بهتر است برای اطمینان از نیاز به آبیاری، خاک را بررسی کنید. زمانی که خاک خشک شد، به آن آب بدهید.

دما

گیاه یشم پرنده آبی در دماهایی مانند ۶۵ تا ۷۵ درجه فارنهایت رشد کرده و نور مستقیم خورشید را ترجیح می دهد. از آنجایی که این گیاه تحمل سرما را ندارد در برابر سرما و انجماد مقاوم نیست. زمانی که دما به کمتر از ۵۰ درجه فارنهایت برسد، بهتر است گیاه را در مکان گرم قرار دهید. همچنین می توانید برای مدت کوتاه آن را در دمای بالاتر از ۷۵ درجه فارنهایت نیز قرار دهید.

بسیاری از گیاهان هم به عنوان گیاه آپارتمانی در فضاهای داخلی نگهداری می شوند و در طراحی فضای سبز مکان های خارجی

استفاده می شوند. یشم پرنده آبی از جمله این گیاهان است.

گیاه یشم بومی از آفریقای جنوبی بوده و می تواند ماندگاری بالایی داشته باشد. در هر آب و هوایی که زندگی کنید، با نگهداری مناسب این گیاه به سرعت رشد خواهد کرد.

در آسیا گیاه یشم به عنوان یک هدیه خانگی محبوبیت داشته و می تواند انرژی مالی خانواده را افزایش دهد.

گیاه یشم به سادگی خشک و پژمرده نمی شود،

اما با نگهداری مناسب به خوبی رشد کرده و ماندگاری بالایی خواهد داشت.

در اینجا به روش های نگهداری از این گیاه اشاره می کنیم تا سلامت و مقاومت آن افزایش یابد.

نور

گیاه یشم یکی از بهترین گیاهان برای نگهداری در قسمتی از خانه با نور مستقیم است. زیرا برای سالم ماندن و آسیب ندیدن و رشد کردن، به نور خورشید نیاز دارند. به طور

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 نگاران 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

