

آشپزی

ته دیگ زعفرانی	
مواد لازم:	
برنج	۳ پیمانه
زرده تخم مرغ	۱ عدد
ماست	۱ پیمانه
زعفران دمکرده	به مقدار لازم
روغن	به مقدار لازم
طرز تهیه:	

برای تهیه ی ته دیگ زعفرانی ابتدا آب برنج را بگذارید جوش بیاید و بعد برنج خیس کرده را به آن اضافه کنید مقداری نمک داخل آن بریزید اجازه بدهید کمی بجوشد سبکی به برنج و سلیقه ی شما دارد که چه زمانی برنج را بکش کنید. یک برنج برداری و آن را فشار بدهید باید نرم شده باشد و مقدار خیلی کم وسط آن سفید و سفت تر باشد. آن را آبکش کنید.

تخم مرغ و ماست و زعفران دمکرده را در ظرفی جداگانه هم بزیند، سپس داخل قابلمه ای نجسب روغن بریزید و روی گاز قرار بدهید زمانی که روغن داغ شد مواد ماست و زعفران را به آن اضافه کنید و مقداری از برنج را روی آن

بریزید و با هم مخلوط کنید سپس آن را صاف کنید می توانید داخل کاسه مقداری برنج بریزید و با هم ترکیب کنید و بعد داخل قابلمه بریزید. آن را کف قابلمه صاف کنید و بعد برنج ساده را روی آن بریزید و فشار بدهید تا بعد از دم کشید قابلی از قابلمه بیرون بیاید. اکنون در قابلمه دمی قرار بدهید و زیر آن را زیاد کنید و زمانی که بخار داخل قابلمه افتاد زیر آن را کم کنید.

دقت کنید تا لحظه ی آخر باید زیر قابلمه روشن باشد وگرنه ته دیگ شما نرم می شود. اگر بخواهید برنج های ته دیگ به هم چسبیده باشند از زرده تخم مرغ کامل استفاده کنید اگر تمایل نداشتید چسبناک شوند فقط از زرده استفاده کنید.

مواد لازم:	
برنج	۴ پیمانه
ماست	۱ پیمانه
زعفران دمکرده	به مقدار لازم
روغن	به مقدار لازم
طرز تهیه:	

برای تهیه‌ی ته دیگ زعفرانی بدون تخم مرغ، ته دیگ به صورت قالب خارج نمی شود اما خیلی خوشمزه است. ابتدا برنج را مانند روش بالا آبکش کنید سپس داخل قابلمه روغن بریزید و داخل کاسه ای ماست و زعفران را خوب مخلوط کنید و آن را روی روغن کف قابلمه بریزید و بعد برنج ساده را ابتدا با کف گیر روی آن بریزید و پخش کنید سپس تمام برنج را روی آن بریزید و آن را مانند کوه جمع کنید و چند سوراخ روی آن برزید و مقدار کمی آب جوش و روغن روی آن بریزید.

علت اینکه اینج روغن را به یکباره داخل آن نریختیم این است که سبب می شود زعفران و ماست به مقدار زیادی از برنج نفوذ کند و برنج ها را رنگی کند.

مواد لازم:	
۲ پیمانه برنج	
۲۵۰ گرم گوشت چرخ کرده	– ۱ پیمانه ونوشک تازه
۳ قاشق غذاخوری پیاز سرخ شده	– ۲ قاشق غذاخوری رب گوجه فرنگی
– روغن	– ۲ قاشق غذاخوری زعفران دم کرده
نمک و زردچوبه	
طرز تهیه:	

گوشت، ونوشک، نمک و زردچوبه را با ۱٫۵ پیمانه آب درون قابلمه بریزید و روی حرارت ملایم قرار دهید. پس از پخته شدن گوشت، رب گوجه فرنگی را اضافه کنید و بگذارید چند جوش بخورد. سپس روغن حیوانی یا روغن زیتون و پیاز سرخ شده به آن اضافه کنید و پس از دو دقیقه حرارت را خاموش کنید . برنج را به فرم دلخواه (کنه یا آبکش) بپزید. هنگام سرو غذا، مخلوط گوشت را لابه لای برنج در دیس بکشید و با برنج زعفرانی تزئین کنید.

کیاب چنجه مخصوص	

مواد لازم:	
گوشت ران یا فیله گوسفند و مقداری دنبه گوسفند یک کیلو گرم– پیاز ۲ عدد– لیمو بستگی به اندازه لیموها دارد	
۲ تا ۳ عدد	
نمک و فلفل سیاه به اندازه کافی– روغن زیتون ۲ تا ۳ قاشق غذاخوری– فلفل دلمه ای به میزان مناسب	
طرز تهیه:	

گوشت را در اندازه هایی به قطر ۲ سانتی متر تکه تکه کرده و سعی کنید قطعات تا یک اندازه باشند تا برای کیاب کردن همزمان و یکسان کیاب شوند.

پیاز را با رنده ریز رنده کنید و داخل ماست بریزید. آب لیموها را بگیرید و با نمک و فلفل و روغن زیتون خوب مخلوط کنید. گوشت را در این مخلوط پیاز و ماست و روغن زیتون و بقیه موادی که درست کرده اید بریزید و خوب بهم بزنید. سر ظرف را ببندید و آن را در یخچال برای چند ساعتی نگهداری کنید تا گوشت بخوبی ترد و نرم شود. بعد از آن، گوشت ها آماده برای به سیخ کشیدن هستند، ابتدا با پشت کارد کمی روی آن بکوبید و بعد آن ها را سیخ زنید. بعد از گذاشتن هر چند تکه گوشت در سیخ، می توانید مقداری دنبه هم در سیخ بگذارید، زیرا دنبه از سوختن کیاب جلوگیری می کند. همچنین به همراه دنبه می توانید فلفل دلمه ای قطعه قطعه شده برای طعم دادن لایلای گوشت ها قرار دهید. حرارت زغال ها باید ملایم باشد تا کیاب ما خشک نشود. سیخهای کیاب را بر روی آتش زغال گوشت بگیرید و سعی کنید سیخ ها را چند بار بچرخانید تا گوشت ها خشک نشوند.
حتما قبل از اینکه گوشت خشک شود آنرا از روی آتش بردارید کیاب نباید خشک باشد.
فراموش نکنید که گوشتی را که در آب لیمو پیاز خوابانده اید نرم و ترد است و نیازی به کیاب کردن طولانی ندارد.

خانواده

					
قبل از هر تصمیم ؛					
تبعات ازدواج با مرد متاهل را بدانید					
					
چنین رابطه ای میتواند اثرهای مخربی را بر روح و روان شما داشته باشد. بنابراین چنانچه به هر دلیلی درگیر این رابطه هستید، باید خویش را نجات دهید.					

مسئله دوستی و ازدواج با مردان متاهل بعنوان یک پدیده اجتماعی گریانگیر برخی از خانم های مجرد یا مطلقه شده و در واقع یک آسیب اجتماعی است.

هرچند که رابطه دختر با مرد متأهل بدون اذن ولی، خلاف شرع است ولی با این حال گرفتار شدن در دام زیاده خواهی برخی مردان، قرار گرفتن در جایگاه همسر دومی و چندمی و مورد سوء استفاده واقع شدن برای ارضاء نیازهای غیرطبیعی در قالب رابطه های پنهان که به هیچ وجه مشروع و منطقی نیست، واقعیتی است که حتی به ندرت ولی در جامعه مشاهده می شود و به شدت نیازمند هشدار به خانواده ها است.

تصمیم خیرخواهی و کمک زنان به مردان متاهلی که از وضعیت زندگی نخست خویش ناراحت هستند یکی از دلایلی است که از جانب بعضی خانم‌ها برای تسلیم شدن به این رابطه مطرح می شود و برخی از آن ها معتقد هستند که مردان به آن ها پناه می برند، اما باید گفته شود که این ماجرا و فرار از واقعیت و چالش جز صحبت با همسر حل نمی شود و هرچقد هم که به عنوان یک دوست همراه همیشگی مرد باشند موقتی است و تنها همسر است که میتواند زوجش را آرام کند.

چه بسا ، هنگامی که ازدواج مجددی هم شکل گیرد وقتی فرار از مشکل به جای توانایی حل آن پیش افتد دوباره دوستی های مخفیانه یا اشخاص گوناگون احتمال اتفاق دارد و در نتیجه پناه بردن توجه خوبی برای این کار نیست.

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

خانواده

					
قبل از هر تصمیم ؛					
تبعات ازدواج با مرد متاهل را بدانید					
					
چنین رابطه ای میتواند اثرهای مخربی را بر روح و روان شما داشته باشد. بنابراین چنانچه به هر دلیلی درگیر این رابطه هستید، باید خویش را نجات دهید.					

درباره ایجاد علاقه به این مردان، باید گفت که نه تنها اینگونه علاقه ها واقعی نیست بلکه در بیشتر موارد شکل گیری چنین علاقه هایی در زنان به علت احتیاج به همدل، وابستگی شدید و توهم است که بخاطر عواملی از جمله کمبود محبت، عاطفه و تنهایی ایجاد و بطور طبیعی سبب وارد شدن زنان های فراوانی هم به خود فرد و هم به خانواده مردان متاهل می شود.

چنین رابطه هایی بی تردید ، محکوم به شکست است و چنانچه رسمی و شرعی هم شود، سبب وارد شدن زنان های فراوانی هم به خود فرد و هم به خانواده مردان متاهل می شود. این رابطه هایی بی تردید ، محکوم به شکست است و معمولاً مطوف به با پشتوانه هیجانی و عاطفی دانست و با تأکید بر زودگذر بودن آن، هنگامی که ازدواج و رابطه ای جدید با خراب شدن زندگی قبل شکل گیرد و هیچگونه اصول آن رعایت نشود هیچ زمان موفق نیست و معمولاً به ندرت پابرجا می ماند ولی چنانچه که با ایا مردی متاهل و خانواده دار که مشخص رضایت برای همسر دوم علت قانع کننده ای

درحالیکه علاقه به مرد متاهل در جامعه امروزی را معمولاً مطوف به با پشتوانه هیجانی و عاطفی دانست و با تأکید بر زودگذر بودن آن، هنگامی که ازدواج و رابطه ای جدید با خراب شدن زندگی قبل شکل گیرد و هیچگونه اصول آن رعایت نشود هیچ زمان موفق نیست و معمولاً به ندرت پابرجا می ماند ولی چنانچه که با تمام فاکتورها را در نظر گرفته و با کسب رضایت برای همسر دوم علت قانع کننده ای

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

خانواده

					
قبل از هر تصمیم ؛					
تبعات ازدواج با مرد متاهل را بدانید					
					
چنین رابطه ای میتواند اثرهای مخربی را بر روح و روان شما داشته باشد. بنابراین چنانچه به هر دلیلی درگیر این رابطه هستید، باید خویش را نجات دهید.					

درباره ایجاد علاقه به این مردان، باید گفت که نه تنها اینگونه علاقه ها واقعی نیست بلکه در بیشتر موارد شکل گیری چنین علاقه هایی در زنان به علت تأمین نیازهای زیستی، تأمین هزینه های زندگی و.. به همسر دوم شدن مرد رضایت می‌دهند ولی چنانچه علت ازدواجشان از روی علاقه و هیجانات باشد، باید علاقه به یک مرد متاهل عواقبش را در نظر بگیرند و به این فکر کنند آیا دوست دارند همسرشان در آینده چنین کاری با آنان کنند؟

بهرتر است ابتدا خود را جای همسر اول مرد مورد علاقه شان قرار دهند و آنگاه برای ادامه یا ترک روابط خود اقدام کنند. زمانی که زن به این باوربرسد، دیگر تهدیدی برای سلامت روان و ضربه عاطفی وجود ندارد.
از دختران یا زنان مطلقه ای که با مردان متاهل ارتباط دوستی برقرار نموده‌اند ، خواسته می‌شود که با واقع بینی به مسایل ذکر شده، فکر کنند که آیا مردی متاهل و خانواده دار که مشخص نیست، واکنش اطرافیان و همسرش پس از

بنابراین به شما توصیه می‌کنم ضمن صبوری، قناعت پیشه کنید و گرفتاری‌ها و دغدغه های ذهنی خویش را با ازدواج نامناسب چندبرابر نکنید. به محض اینکه خودتان به نامناسب بودن این تصمیم اشاره کرده اید نشان می‌دهد به نوعی خودتان را مجبور به پذیرفتن می‌دانید در صورتی که اگر قدری مثبت اندیشی داشته باشید متوجه می‌شوید که واقعا مجبور نیستید برعکس عقل و میل باطنی خویش چنین اقدامی بکنید.

در پایان باید اشاره کنم ۲۷ سال سن زیادی نیست و شما باید هم چنان امیدوار باشید تا با تکیه بر خانواده، موقعیت های بهتری برای ازدواج پیش روی تان قرار گیرد.

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

• این ارتباط ها محکوم به شکست اند

شماره ۲۱۹۷ - دوشنبه ۱۳ مرداد ۱۳۹۹

فال روزانه

فال روزانه

فروردین
وقتی که شما شروع به صحبت کردن می‌کنید، متوقف کردنش کار خیلی راحتی است، اما درست نیست بدون اینکه به حرف‌هایتان فکر کنید همه چیز را آشکار کنید. شاید شما فکر کنید که کار بی‌ضرری کرده‌اید، ولی ممکن است دیگران منظور شما را اشتباه متوجه بشوند. باید قبل از اینکه دیر شود برای حرف‌هایی که می‌خواهید بزنید محدودیت‌هایی ایجاد کنید، برای اینکه بعد از اینکه همه چیز را گفتید دیگر نمی‌توانید به عقب برگشته و دوباره صحبت‌هایتان را اصلاح کنید.

اردیبهشت

درست وقتی که شما فکر می‌کنید می‌توانید کاملاً خود را کنترل کنید، یک نفر حرفی می‌زند و شما را کاملاً عصبانی می‌کند. عصبانی شدن به خاطر واکنشی که دیگران نسبت به شما نشان می‌دهند می‌تواند جلوی صحبت کردن شما را بگیرد. نگه داشتن احساساتان پیش خود هم هیچ کمکی نمی‌کند، برای اینکه بعداً یکدفعه زیاد شده و منفجر می‌شوند. بهترین روش این است که آنها را تحت کنترل خود داشته باشید و به جای اینکه یکدفعه سرریز کنند، اجازه دهید کم‌کم ظاهر شوند.

خرداد

امروز همه چیز باید عالی باشد، اما شما نسبت به اتفاقاتی که می‌افتد احساس خوبی ندارید. ممکن است شما احساس کنید به خاطر برنامه‌های فرد دیگری تحت فشار قرار گرفته‌اید و حتی اگر نخواهید دنباله رو آن باشید، فکر می‌کنید که هیچ راه دیگری ندارید و مجبورید این کار را بکنید. البته همیشه راهی وجود دارد که بتوانید عملکرد متفاوتی داشته باشید، اما خیلی سخت است که نسبت به نتیجه کارتان هم اطمینان حاصل کنید. امروز عاقلانه‌ترین کار این است موقتاً تصمیمی نگیرید. راه حل نهایی را برای روز دیگری نگه دارید.

تیر

شما امروز می‌توانید به روشنی و شفافیت در مورد خودتان صحبت کنند به طوری که دیگران مطمئن خواهند شد که شما صادقانه صحبت می‌کنید. اما حقیقت این است که شاد بودن و زود جوش بودن شما نیز می‌تواند عدم اطمینان شما را نشان دهد. به یاد دشته باشید شما واقعا مجبور نیستید به چیزی که اعتقاد ندارید تظاهر کنید. فقط همان کسی باشید واقعا هستید نه کس دیگری.

مرداد

در حالی که عطارد در نشانه شما قرار دارد شما به راحتی می‌توانید درمورد چیزهایی که بهشان فکر می‌کنید صحبت کنید. اما شما باید آرامش داشته باشید و بیشتر از آن حدی که نیاز است صحبت نکنید. اکنون خویشتن داری یک روش کاملاً درست است، چون فقط به این خاطر که شما می‌خواهید احساسات خود را ابراز کنید دلیل قانع کننده‌ای نیست که دیگران را از فعالیت‌های معمولی روزانه شان دور کنید.

شهریور

تنها بودن با خودتان و تفکر کردن برای شما راحت‌تر از این است که رهبری یک گروه را به عهده بگیرید و در جمع سخن بگویید. امروز فرصت رسیدن به خیالات و رویاهایتان فراهم شده است، اما شما نیاز پیدا خواهید کرد برای رسیدن به گنج‌هایی پنهانی که در ذهنتان محجم می‌کنید تلاشی آگاهانه داشته باشید.

مهر

شما می‌توانید نقشی محوری در فعالیتهای مربوط به خانواده‌تان، گروهی از نزدیکترین دوستانتان و یا در جمع یک سری از افراد هم فکرتان داشته باشید. اما قبل از اینکه بتوانید تأثیر مثبتی بر کل فعالیتهای این افراد بگذارید، ابتدا باید شیر بخوروش درون آنها را رام کنید. اگر فقط یک بار روششان را تغییر دهید می‌توانید یک راه حل سیاست مدارانه برای این مسأله بیابید.

آبان

بر عهده گرفتن یک مسئولیت با استفاده از تشریح کردن مراحل پیشرفت تحلیلی‌تان یک تاکتیک مفید است، اما دانستن اینکه چه وقت باید صحبت کردن هوشمندانه خود را متوقف کنید لازم و حیاتی است. امروز نوع فعالیتهای شما اهمیتی اساسی دارند و کارهایتان بیشتر از گفته‌هایتان مقصود شما را بازگو می‌کنند. فقط سعی کنید که ترس و واهمه به شما رخنه نکند. در عوض در برنامه‌ریزی‌هایتان از روش و متد خاصی پیروی کنید و در حین فعالیت کردن باریک بین باشید.

آذر

امروز ژوپیتر سیاره بخت شما کمی شما را آشفته است، در عین حال اطلاعات خیلی زیادی در مورد خط مشی‌ها و اصول عمومی دریافت می‌کنید. همچنین ژوپیتر به شما توصیه می‌کند که همه امکانات خود را باور داشته باشید. همه کارهایی را که لازم است انجام دهید و موقعیت خود را حفظ کنید. اما این طرز فکر به طور موقت مفید واقع می‌شود و بهترین راه برای رسیدن به اهدافتان نیست. دید خود را وسیع‌تر کنید و برای آینده‌تان یک برنامه‌ریزی سازنده داشته باشید.

دی

شما امروز قادر هستید به شیوایی در مورد بیپچیده‌ترین و مستعرب‌ترین حس‌های خود صحبت کنید، ولی ممکن است که راحت‌ترین راه را انتخاب کنید و مسائل سطحی را ترجیح دهید و بخواهید آنها را به دیگران هم آموزش دهید. به جای اینکه به دیگران درس اخلاق دهید، بهتر است که ساکت بمانید. شما با رفتارهای مثبتتان بیشتر می‌توانید روی آنها تأثیر بگذارید. آنها هم این توانایی شما را تحسین خواهند کرد.

بهمن

امروز شما کاملاً می‌توانید بفهمید که همسرتان و یا یکی از دوستانتان دقیقاً حرف‌هایی به شما می‌زند. شما کاملاً حرف‌های آنها را گوش می‌کنید، اما شاید آنها فکر کنند که شما به اندازه کافی حواستان بهشان نیست. متأسفانه وقتی شما بیشتر سؤال می‌کنید جوابهای مهمی می‌شنوید. به جای اینکه بحث را بیشتر کش بدهید، به فکر پیدا کردن یک راه حل باشید.

اسفند

شما به طور طبیعی از پرداختن به مسائل جزئی دوری می‌کنید، بنابراین راحت‌تر می‌توانید دیدگاه‌های عمومی‌تر را درک کنید، با وجود این اکنون به سختی می‌توانید بین مفاهیم و مقایق جنبی توازن ایجاد کنید. انتظار نداشته باشید که زود به این تعادل برسید؛ فط باید ذهن بازی داشته باشید، بنابراین شما قادر خواهید بود در طول روز بین دو دیدگاه، دیدگاهی را که مهم‌تر است را ترجیح دهید.