

آشپزی

دسر تیرامیسو

مواد لازم :

تخم مرغ بزرگ ۶ عدد
شکر ۱ پیمانه (۲۰۰ گرم)
پنیر ماسکارپونه ۱ و ۱/۴ پیمانه (۲۸۵ گرم)
خامه ۱ و ۱/۴ پیمانه (۴۲۰ میلی لیتر)
بیسکویت لیدی فینگر ۲ بسته
قیوه اسپرسو سرد ۱ پیمانه (۳۴۰ میلی لیتر)
پودر کاکائو ۱ قاشق غذاخوری (۳۰ گرم)
طرز تهیه دسر تیرامیسو :

تخم مرغ زرده و سفیده سفیده همان کسی باشید
فایلمه ای را تا وسط آب کنید و روی شعله بگذارید تا آب جوش بیاید. سپس یک کاسه روی قابلمه بگذارید و زرده های تخم مرغ و شکر را داخل آن بریزید (روش بنماری). شعله را کم کنید و حدود ۱۰ دقیقه مرتب هم بزنید تا مخلوط یكدستی حاصل شود.

مواد لازم :

شکر : ۱۵۰ گرم

آرد : ۱۳۰ گرم

وانیل : ۱/۲ قاشق چایخوری

تخم مرغ : ۶ عدد

پودر کاکائو الک شده : ۲۰ گرم

بیکنینگ پودر : ۱ قاشق چایخوری

آب جوش : ۱ استکان

طرز تهیه کیک اسفنجی شکلاتی
در مرحله اول طرز تهیه کیک اسفنجی شکلاتی ابتدا سفیده وزرده تخم مرغ را جدا کنید.

زرده ها را با کمک دور کند همزن به خوبی هم بزنید سپس شکر را به زرده ها اضافه کنید و مخلوط زرده و شکر را به خوبی هم بزنید و آب جوش را به مخلوط این مواد اضافه نمایید و دوباره با کمک همزن مخلوط این مواد را اقلتر هم بزنید تا زرده کشدار شود. آرد و وانیل و پودر کاکائو و بیکنینگ پودر را ۳ بار به خوبی الک کنید.

با همزن کار آنقدر هم بزنید تا به خوبی پف کنند و اثر یا کمک همزن آنها هم بزنید تا به خوبی پف کنند و اثر

همزن روی سفیده باقی بماند و در صورت برگرداندن ظرف سفیده تخم مرغ از ظرف بیرون نریزد. در مرحله بعدی طرز تهیه کیک اسفنجی شکلاتی مخلوط شکر و زرده تخم مرغ را به صورت آرام آرام به سفیده زده شده اضافه کنید و مخلوط این مواد را به آرامی و در حد مخلوط شدن مواد با یکدیگر در جهت زدن سفیده ها هم بزنید توجه داشته باشید که نباید پف سفیده ها بخوابد سپس مخلوط آرد الک شده را به مایه کیک اضافه کنید و به آرامی مواد را در جهت زدن سفیده تخم مرغ هم بزنید تا همه مواد مایع کیک با یکدیگر به خوبی مخلوط شوند. بعد از آماده شدن مایع کیک کف قالب کیک را کاغذ روغنی بیندازید و مایع کیک را در قالب کیک بریزید.

سپس قالب کیک را در فر با درجه حرارت ۱۷۵ درجه سانتی گراد به مدت ۴۵ دقیقه قرار دهید و بعد از مدت زمان ذکر شده قالب کیک را از درون فر بیرون آورید.

نکته :

اگر تمایل دارید که کیک اسفنجی شکلاتی رنگ تیره تری پیدا کند می توانید مقداری از آرد را کم کنید و به اندازه مقدار آردی که کم کرده اید پودر شکلات به مایع کیک اضافه کنید.

قبل از قرار دادن قالب در فر در باید فر را به خوبی داغ کنید. بهتر است برای جلوگیری از سوختن و تیره شدن کیک اسفنجی شکلاتی درون ظرف نسوزی مقداری آب بریزید سپس ظرف را در فر قرار دهید.

ترشی سلغم

مواد لازم :

شلغم ۱ کیلو

لبوی کوچک ۱ عدد

سیر ورقه شده ۳ حبه

سرکه سفید ۱ فنجان

آب ۳ فنجان

نمک ۲ قاشق چایخوری

برگ بو ۱ عدد

طرز تهیه :

برای تهیه ترشی سلغم ابتدا آب، نمک و برگ بو را در شیرجوش بریزید و روی حرارت ملایم قرار دهید تا به جوش بیاید. هم بزنید تا نمک کاملا حل شود. ظرف را از روی حرارت بردارید و اجازه دهید کمی خنک شود. سپس سرکه را به آب اضافه کنید.

سلغم ها و لبو را پوست بکنید و خلالی خرد کنید. یک شیشه تمیز و بزرگ آماده کنید و سلغم ها، لبو و سیر خرد شده را داخل آن بریزید.

سپس ترکیب آب و سرکه و برگ بو را روی سلغم ها بریزید

تا روی آن ها را بپوشانند.

در شیشه را محکم ببندید و به مدت یک هفته در دمای اتاق، در جایی نسبتا خنک، قرار دهید تا ترشی آماده شود. رنگ لبو باعث قرمز شدن سلغم می شود و ترشی خوش طعم و خوش رنگی خواهید داشت.

کلوچه شکلاتی

مواد لازم :

کره ۱۵۰ گرم

پودر کاکائو ۶۵ گرم

شکر ۲۰۰ گرم

تخم مرغ ۲ عدد

آرد ۱۰۰ گرم

عصاره وانیل ۱ قاشق غذاخوری

طرز تهیه :

کره را به مدت ۳۰ ثانیه در مایکروفر آب کنید. شکر، پودر کاکائو و وانیل را اضافه کرده و هم بزنید.

تخم مرغ ها و آرد را اضافه کرده و هم بزنید.

قالب را با کره چرب کنید. خمیر را داخل قالب بریزید و به ۴ الی ۵ دقیقه در مایکروفر در درجه بالا قرار دهید.

خانواده

قابل توجه جوان ها ؛

آنچه که قبل از عاشقی باید بدانید



تا اینکه به رابطه نزدیک‌تری تبدیل می‌شود و افراد متوجه می‌شوند به طور اختصاصی به هم احساس وابستگی دارند. اولین سوالی که افراد باید از خود بپرسند این است علاقه‌ای که حالا نسبت به دیگری دارند و به وابستگی تبدیل شده، از کجا شروع شده؟ یعنی عامل محرکش چیست؟

ظاهر و حالت فیزیکی اوست یا نوع و سبک ارتباطی که با ما برقرار می‌کند، شاید هم دیدگاهش در مسائل اجتماعی توجه‌مان را جلب کرده یا حتی ممکن است موفقیت اقتصادی و اجتماعی فرد و شاید هم ترکیبی از چند عامل برایمان جذاب بوده، پس در اولین مرحله باید صادقانه عامل محرک را مشخص کنیم چراکه ارزش‌گذاری همین عوامل محرک است که نقش کلیدی در ایجاد علاقه و وابستگی ما به دیگری دارد.

سرد شدن آتش عشق
ازدواج‌های بی‌منطقی که بر پایه‌ی تدبیر بنا نشده و زوجین به‌راحتی به یکدیگر دل می‌سپارند و مسیر مشترک یک زندگی را آغاز می‌کنند، بعد از گذشت مدتی، دچار بحران‌های شدید عاطفی، روحی و خانوادگی می‌شوند.

آنان تازه به سراغ ارزش‌ها می‌روند و متوجه می‌شوند اصول مهمی در زندگی هست که خواستگاری و… می‌بینند یا جایی ارتباط اجتماعی برقرار می‌کنند و هر دو احساس نزدیکی زیادی به یکدیگر دارند، این حسشان هر روز بیشتر می‌شود به‌طور معمول بدون هیچ منطقی، ساز جدایی

مردها همسر می خواهند ؛ برای شوهر تان مادری نکند

جزء همین گروه از زنان با‌محبت هستید بهتر است تا دیر نشده است به فکر چاره باشید.
به خاطر داشته باشید کنارگذشتن این عادت‌ها از منزل فراری‌شود.
احتمالا تباحل در بین فامیل و دوستان، خراب شدن زندگی زنان خیلی با‌محبت را هم دیده اید آن‌هایی که تمام مسوولیت های منزل را برعهده گرفته بودند؛ شوهران شان را مثل یک مادر خوب تر و خشک می کردند ولی یک دفعه شوهران شان به آنها بی وفای می کنند و زندگی آنها رنگ دیگری می گیرد؛ در این مواقع همه تعجب می کنند که به چه دلیل شوهر، زن مهربانش را رها کرده است.

همه شوهر را شخصی بذات و بدجنس می دانند که هیچ چیز از قدردانی و عشق یاد نگرفته است، ولی مسأله ای که این وسط فراموش می شود این است که آن شوهر از زندگی کردن با زنی که مانند مادرش است خسته شده است، چراکه وی دوست داشته با شخصی ازدواج کند که همسر و معشوقش باشد و نیازهای عاطفی وی را رفع کند. اگر شما هم با شیوه های صحیح ؛

با شیوه های صحیح ؛
توانش را دارند به کارشان ادامه می دهند. آنها هیچ اجباری به این کار ندارند. آنها به کارشان ادامه می‌دهند زیرا کارشان را دوست دارند و از آن لذت می برند. و همین عشق و علاقه به کاری که انجام می‌دهند یکی از بزرگترین رازهای موفقیت آنان است.

سرمایه گذاری برای فرزندان

پس بهتر است درعین حال که فرزندان خود را برای رویارویی با بدترین وضعیت آماده و قدرتمند می‌کنیم، آنان را برای دستیابی به بزرگترین رویاهای مالی برانگیزیم.

بر اینصورت آنان آرقارفرینان، دانشمندان، متخصصان، سرمایه داران و خدمتگزاران فردا خواهند بود. آنها را ترغیب کنیم که با کشف و شکوفایی استعداد‌های خاص خود از راه اشتیاق، پشتکار، مداومت و خلاقت در جهت بزرگترین رویاهای خوش گام بردارند و با ارائه خدمت به جامعه، زندگی خویش و افراد دیگر را راحت تر، بی نیاز تر و زیباتر سازند.

بهترین شیوه های سرمایه گذاری برای فرزندان
با توجه به تورم موجود در جامعه دیگر خانواده ها نمیتوانند مثل قبل پول های خود را برای آینده فرزندان‌شان در قلمک یا حساب های بانکی آن ها پس‌انداز کنند، با این کار تنها روز به روز ارزش پول آن ها کاهش می یابد. ولی بهترین شیوه سرمایه گذاری برای بچه ها کدام است؟ کدام شیوه سرمایه گذاری را برای آینده فرزندانمان انتخاب کنیم که در بلند مدت پولمان چند برابر شود و آینده فرزندانمان با آن تامین شود؟

آموزش پس انداز کردن به کودکان،مهارت پس انداز کردن برای کودکان،پس انداز برای کودکان

خرید طلا و سکه بهترین روش سرمایه گذاری برای فرزندان خرید طلا و نگهداری آن می تواند یکی از بهترین روشها برای سرمایه گذاری بچه ها باشد زیرا با دید بلند مدت بر روی طلا

سرمایه گذاری میکنند قطعاً یکی از امن ترین و پرسود ترین راههای سرمایه گذاری برای آینده کودکان شما خواهد بود.

خرید طلا و سکه بهترین روش سرمایه گذاری برای فرزندان چون قرار است طلا را با دید سرمایه گذاری خریداری کنیم به دستمزد ساخت و مالیات و … طلا هم توجه داشته باشید تا قسمت زیادی از پولتان صرف هزینه های اضافی نشود. به علت وجود این چنین مشکلات برای خرید طلا خیلی از اشخاص سرمایه گذاری

گفتمیم که در عشق دو طرف باید از روابط شان مراقبت کنند و به یکدیگر توجه داشته باشند حتی در دوست داشتن های فوق العاده ای که بین یک زوج برقرار است چنین چیزی که فقط یک طرف از عشق مراقبت کند ، امکان پذیر نیست.

پیش‌نیازها را پاس کنید؛ بعدا عاشق شوید!

در جمع، دانشگاه، محل کار… فردی توجه شما را (از نظر ظاهر، مهارت‌ها و…) به خود جلب می‌کند. به همین دلیل یک گرایش ذهنی برای شما ایجاد می‌شود؛ پس دقت بیشتری به فرد می‌کنید، رفتارها، مهارت‌ها، شخصیت … او را مورد ارزیابی بیشتر قرار می‌دهید و کم‌کم ممکن است به این نتیجه برسید که وقتی کنار او هستید، حال خوبی دارید.

بنابراین احساس می‌کنید دوست دارید زمان بیشتری را با این فرد بگذرانید و به این ترتیب به مرحله بعد، یعنی «تمایل» می‌رسید. وقتی این تمایل ایجاد شد، مرحله «وابستگی» پیش می‌آید. یعنی در پی رفت‌وآمدهای اجتماعی این احساس

به وجود می‌آید و سر ساعت مشخص دوست دارید طرف مقابل را ببینید، با او صحبت کنید، برای هم وقت بیشتری بگذارید و … و وقتی این اتفاق‌ها نیفتد، احساس کمبود و دل‌تنگی می‌کنید.

در واقع بعد از وابستگی است که مرحله دل‌بستگی پیش می‌آید. یعنی نرفته‌ها حضور فرد برای شما مهم شده، بلکه عاطفه‌ای هم نسبت به او پیدا کرده‌اید.

اگر مرحله دل‌بستگی تداوم پیدا کند و در موقعیت‌ها و شرایط مختلف تکرار شود، شرایط برای دوست داشتن طرف مقابل مطرح می‌شود پس این فرایند باید در روابط بین دو جنس که می‌خواهند به ازدواج ختم شود، شکل بگیرد.

وقتی فرد به قدری طرف مقابل را دوست دارد که حاضر است هر کاری از دستش برمی‌آید انجام دهد تا او خوشحال باشد، آرامش داشته باشد، امکانات متفاوتی برایش فراهم شود و ترجیحش در زمان‌های متفاوت اوست، این «دوست داشتن عمیق»ی است که اسمش را هر چیزی حتی «عشق» می‌توان گذاشت!

در عشق رابطه یک طرفه وجود ندارد یعنی اگر همسرمان عاشق ما باشد حتما به هر شکلی از ما مراقبت و توجه می کند . ما نیز باید برای پایدار شدن زندگی تلاش کنیم و به او توجه نشان دهیم زیرا هیچ رابطه یک طرفه‌ای پایدار نیست و پایدار نخواهد ماند.

پیش از این هم در بخش روابط عاطفی نمناک

شماره ۲۲۱۲ - سه شنبه ۴ شهریور ۱۳۹۹

فالشما

فال روزانه

فروردین

شما طوری در مورد خود حرف می‌زنید که انگار همه چیز خیلی عالی است، اما مثل اینکه مشکلاتی هم وجود دارد. شما خیلی با مسائل حاشیه‌ای و جزئی درگیرید که از حل کردن آنها هم اجتناب می‌کنید، بنابراین سعی کنید که چیزهایی که برایتان ارزشمندند را از دست ندهید. حتی اگر سوسوسه می‌شوید که استراحت کرده و بقیه روزتان را با فکر کردن سپری کنید، ولی الان باید بر روی فهرستی که از وظایفتان تهیه کرده‌اید، تمرکز کنید.

اردیبهشت

وقتی که سیاره ونوس در نشانه ماه سنبله تحلیل گر و همچنین در پنجمنج خانه شما، یعنی خانه عشق قرار می‌گیرد، شما به سوی خیال‌پردازی و رویا پردازی کشیده می‌شوید. اما امروز ارتباطش با نتپون تیره و تاریک می‌تواند باعث آشفته شدن افکار شما شده و شما را تشویق کند که خواسته‌هایتان را فراموش کنید. شما زیاد به خودتان مطمئن نشینید، بنابراین امکان دارد تصمیم نادرستی بگیرید. هم اکنون به جای اینکه به غرایز خود اطمینان کنید، بر پایه واقعیت تصمیم گیری کنید.

خرداد

امروز روز رضایت‌بخشی نخواهد بود، چرا که شما فکر می‌کنید زندگی دیگران از شما بهتر است. شما از تصویری که در ذهن خود مجسم کرده بودید، دور افتاده‌اید و نمی‌توانید به تکامل برسید. اگر شما نتوانید به خاطر داشته‌های خود شکر گزار باشید، مطمئنا ناامید خواهید شد. یادتان باشد که آشفته شدن ذهن‌تان، برای اینکه بفهمید باید دیدتان را مثبت کنید کفایت می‌کند.

تیر

اگر یکی از دوستان نزدیک شما بخواد بر خلاف حدودی که شما برای خود تعیین کرده‌اید خودش را بالا بکشاند و پیشرفت کند، شاید شما از نظر احساسی خودتان را کنار بکشید و یا شاید فقط به طور کامل از این شرایط فاصله بگیرید. شما با این نوع رابطه احساس خواهید می‌کنید و البته به تفسیراتی که صمیمیت بیشتر در زندگی تان پدید می‌آورد اطمینان ندارید. اگرچه شما راحت‌تر هستید که مشاهدات خود را نادیده بگیرید، اما بهتر است در مورد نگرانی‌های خود با دیگران صحبت کنید.

مرداد

شما امروز خیلی احساس ناامنی خواهید کرد، بخصوص اگر یکی از دوستان نزدیکتان و یا شریکتان با بهتر جلوه دادن چیزهایی که خیلی هم خوب نیستند شما را خوب راهنمایی نکنند. اگرچه شما هم اکنون می‌توانید به وضوح ببینید که یکی از اطرافینتان تلاش می‌کند شما را بغریند، اما امکان دارد دلیل این عصبانیت اخیر شما بیشتر ترس‌های خودتان باشد نه رفتار آنها، پس قبل از اینکه عجلولانه تصمیم بگیرید، تمام حقایق را بررسی کنید.

شهریور

شما امروز مطمئن نیستید که چه چیزهایی برایتان بیشترین اهمیت را دارا هستند، چون که شما موقتا توانایی تجزیه و تحلیل کردن اتفاقات و تشخیص دادن دروغ از واقعیت را از دست داده‌اید. درحال حاضر شما واقعا می‌خواهید به دور و بریهای خود اطمینان کنید که این موضوع می‌تواند سبب ناامیدی و سرخوردگی‌تان بشود.

اگر چه قصد و نیت شما همیشه خیر بوده است، اما تصمیم گیری کردن بر اساس اولویت‌های شخصی می‌تواند منجر به بیراهه رفتن شما شود.

مهر

ونوس سیاره بخت شما در دوازدهمین خانه‌تان، یعنی خانه خیال و رویا قرار گرفته است و امروز به شما توانایی عشق ورزیدن و در رویا و خوشی زندگی کردن را می‌دهد. اما نتپون بین شما و پنجمنج خانه‌تان یعنی خانه احساسات عاشقانه فاصله انداخته است و شما را تشویق می‌کند که واقعیت را به تخیلات خود ترجیح بدهید.

آبان

امروز وقتی که شما به خاطرات دوران کودکی خود فکر می‌کنید ذهنتان آشفته می‌شود، چرا که متوجه شده‌اید شما تا بحال فقط یک روی سکه را دیده‌اید. اما هرقدر بیشتر سعی می‌کنید این قسمت‌های گمشده را پر کنید، می‌فهمید که تا بحال هیچ چیز نمی‌دانستید. این موضوع باعث ناامیدی‌تان شده است، برای اینکه آرزوی شما برای دست یافتن به اطلاعاتی خوب تبدیل به دل مشغولی همیشگی‌تان شده است.

آذر

نقش هدایت‌کننده شما در منزل و یا در اجتماع امروز برای خودتان خیلی اهمیت دارد، اما می‌تواند شرایط سختی را نیز برایتان به وجود آورد. شما می‌دانید که چه چیزی برای اطرافیان‌تان بهتر است، اما ممکن است آنها با نظرت شما مخالفت کنند. در حالیکه سعی می‌کنید هرکسی را متقاعد کنید که شما درست می‌گویید، استفاده کردن از منطق اصلا کارساز نخواهد بود.

دی

حتی اگر شما در زمینه مسائل مالی همیشه تصمیمات درستی گرفته باشید، اما امروز که نتپون در دومین خانه شما، یعنی خانه مادیات قرار گرفته و حواس شما را از روش‌های منطقی منحرف می‌کند، شما این لیاقت و کاردانی خود را از دست می‌دهید. اگر شما چیزی را ببینید که ارزش خوشتان بیاید، فکر می‌کنید که شایستگی داشتنش را دارد، اما شما نباید پول‌هایی را که با سختی به دست آورده‌اید به خاطر خریدن چیزهای خیلی گران که نیازی نیز بهشان ندارید تمام کنید.

بهمن

شما فکر می‌کنید قصد و نیت عاطفی خود را خیلی واضح و روشن بیان می‌کنید، اما امکان دارد یک نفر گفته‌های شما را کاملا اشتباه متوجه شود. رابطه برقرار کردن زمانی با مشکل مواجه می‌شود که احساسات داشتنش را دارد، اما شما نباید پول‌هایی صحبت کردن در موردش عاجز بماند.

بنابراین وقتی درحال صحبت کردن هستید از دیگران بپرسید از گفته‌های شما چه فهمیده‌اند تا بفهمید که آیا پیام خودتان را درست ا را رسانده‌اید یا نه.

اسفند

شما امروز به حدی دلسوز شده‌اید که سعی می‌کنید تمام خواسته‌های اطرافیان‌تان را برآورده کنید. اما این کاری که می‌کنید اصلا کار درستی نیست، چرا که پایان خوشی برای شما نخواهد داشت. اگر نمی‌توانید میزان توقعات افراد دیگر را بسنجید نگرانی به دل‌تان راه ندهید. برای اینکه دوست و یا نامزدتان از شما توقعات غیر معمول دارد.