

آشپزی

پیتزا خورشیدی خوشمزه با خمیر خانگی
طرز تهیه پیتزا خورشیدی ساده بوده این پیتزا نوعی پیراشکی خوشمزه است که با یک خمیر خانگی می توانید ان را تهیه کنید.

مواد اولیه:

گوشت چرخي: ۲۵۰ گرم

لفل دلمه ای: نصف عدد

قارچ: ۲ عدد

ژامبون: به میزان لازم

پیاز: ۱ عدد

رب: ۱ قاشق غذاخوری

ذرت: به میزان لازم

کاری، زردچوبه، فلفل، نمکف پاپریکا: به میزان لازم

ذرت: چند عدد

پنیر پیتزا: به میزان لازم

مواد خمیر:

خمیر ماهیه: یک قاشق غذاخوری

آب ولرم: ۱ لیوان

روغن مایع: ۵ قاشق

شکر: یک قاشق غذاخوری

تخم مرغ: ۱ عدد

نمک: اندکی

آرد: ۳ لیوان

طرز تهیه:

شما می توانید برای داشتن یک پیتزای ساده تر از خمیر فوری و آماده نیز استفاده کنید. در غیر این صورت می توانید رسیی خمیر پیتزای ارگا را مطالعه کنید. آب ولرم، شکر، خمیر ماهیه را با یکدیگر مخلوط کرده و هم بزنیـد.
کنار یک بشقاب روی ان قرار داده و کنار بگذارید. تخم مرغ، آرد و نمک را اضافه کرده و ترکیب نمایید. مقداری هم روغن مایع به آن اضافه کنید.وقتی خمیر به عمل آمد، باید ان را کمی روز دهید. شما با کوبیدن خمیر به ظرف نیزمی توانید به روش ساده ای آن را ورز دهید. خمیر را به مدت نیم ساعت در کناری قرار دهید. در این بخش به سراغ تهیه مواد پیتزای خود بروید. پیاز را به صورت نگینی برش داده و درون تابه ای با روغن تفت دهید. بعد گوشت چرخي را به همراه ادویه ها اضافه کنید.بعد از اینکه گوشت تغییر رنگ داد باید مقداری رب به ان بزنیـد. رب را تفت داده تا بوی خامی آن از بین برود. خمیر را روی یک کاغذ پهن کرده و با وردنه سلطح آن را باز کنید. روی خمیر کمی سس بمالید و بعد از مقداری از ژامبون های ورقه ای شده روی آن قرار دهید. شما می توانید قاچر و فلفل دلمه ای را نیز به همراه مواد تفت دهید یا به طور جداگانه روی خمیر بریزید. در این مرحله از طرز تهیه پیتزای خورشیدی باید زیتون های حلقه ای شده و ذرت ها را نیز اضافه کنید.
روی سطح مواد را مقداری پنیر پیتزا ریخته و وسط خمیر را برش دهید. تکه های خمیر را روی اطراف کشیده و مانند یک خورشید درست کنید. این پیتزا را باید در دمای ۱۸۰ درجه ساتی گراد فر به مدت ۲۰ دقیقه قرار دهید. بعد از گریل شدن روی پیتزا می توانید ان را سرو کرده و از سس های مورد نظر و دلخواه نیز برای ان استفاده کنید. این پیتزا خوشمزه بوده و تفاوت آن در نوع خمیر و شکل ظاهری ان می باشد. شما با همین رسیی می توانید انواعی از پیتزاها را تهیه کنید و همچنین می توانید از رسیی خمیر آن نیز استفاده کنید. این رسیی ساده بوده و یک خمیر لطیف و پف دار به شما می دهد.

کوفته سلغم یک غذای گیاهی

طرز تهیه کوفته سلغم فوق العاده ساده است. این کوفته گیاهی بوده و ترکیبی از گوشت چرخی نیز به دلخواه در آن اضافه می شود.

مواد اولیه:

سلغم: ۲ عدد

نخود پخته: نصف لیوان

پیاز: ۱ عدد

گندم: ۴/۱ لیوان

سیر: ۲ حبه

کشنیز: ۱ قاشق چای خوری

جو دو سر: ۲ قاشق غذاخوری

پیازچه: ۲ عدد

لفل سیاه، نمک، زردچوبه، پودر سیر: به میزان لازم

هویج: ۱ عدد

آرد نخودچی: ۱ قاشق غذاخوری

طرز تهیه:

ابتنا باید آماده سازی مواد را داشته باشید. نخود را باید از شب قبل خیس کرده و چند مرتبه آب آن را عوض کنید. حالا نخود را به همراه مقداری آب درون قابلمه ریخته و روی حرارت بگذارید تا پخته شود. شما در صورت کمبود وقت می توانید از زودپز هم برای پخت استفاده کنید. سیر را در این مرحله پوست کنده و له کنید. حالا باید گندم را به همراه مقداری آب خیس کرده و با ۴/۳ پیمانه آب روی حرارت بگذارید تا گندم نیز پخته شود. بعد از اینکه آب اضافی گندم ها تبخیر شد، می توانید ان را از روی حرارت برداشته و کنار بگذارید. در صورتی که حس می کنید، گندم ها کمی خشک است باید مقداری آب اضافه کرده و مجدد زمان هدیدت تا بپزد. در این بخش پیازها را نگینی کرده و درون تابه ای به همراه مقداری روغن و زردچوبه تفت دهید و حالا سیر را اضافه کنید. بعد از اینکه عطر سیر بلند شد، سلغم های رنده شده را به همراه کمی کشنیز و ادویه اضافه کنید. زیر حرارت را کم کرده تا سلغم ها با حرارت ملایم نرم شود. در صورتی که حس کردید، سلغم ها ته می گیرد، مقداری آب افزوده تا با حرارت آب پخته شود. حالا بعد از نرم شدن سلغم ها باید آن را درون کاسه‌ای بریزد و نخودهای پخته شده را نیز اضافه کنید. نمک، جو و آرد نخودچی را به همراه کمی پودر سیر به آن اضافه کرده و مواد را درون غذاساز ریخته تا به خوبی میکس شود. در صورتی که مواد شما حالت چسبندگی داشته، باید از مقداری آرد نخودچی استفاده کنید. مقداری از مواد برداشته و به اندازه یک گردو گرد کنید. در این مرحله از طرز تهیه کوفته سلغم باید مواد گرد شده را درون یخچال قرار دهید و زمان داده تا مواد کمی منسجم شود. در این بخش نیز پیاز را درون تابه ای تفت داده و اندکی ادویه نیز به آن اضافه کنید. هویج های نگینی شده را نیز اضافه نمایید.

خانواده

لوازم التحریر بوی اول مهر می دهد ؛

هجوم سیل لوازم التحریر به خانه ها



تعریف نشده بود.

من وخواهرم یاد گرفته بودیم کیف چرخ دار به دردمان نمیخورد. دفتر فانتزی پارسال را اگر از وسط چسب بزنیم باز هم جا دارد تویش بنویسیم، ما به هیولاهای صنعت لوازم التحریر همان سالهای اول مدرسه «نه» گفته بودیم. چیزی که الان خیلی از پدر و مادرها با آن سرشاخ شدهاند. حالا که اول مهر شده دوباره با یادآوری اش دلم غنج می زند.

من، مامان ، خواهرم و بابا، سوار ماشین شدیم و دم یک لوازم التحریر فروشی تقریبا کوچک پیاده شدیم. شاید یک هفته مانده بود به بازگشایی مدارس. آن قدر ذوق داشتم که لهپایم گل انداخته بود و وقتی پایم را گذاشتم روی آسفالت خیابان، بنظم جایبی روی ابر پنجم از هفت آسمان بودم. چندان خودکار، دفترهای فانتزی، پاک کن و حتی لاک غلط گیر که برای من باکلاس ترین وسیله محسوب می‌شد، همه را خریدیم و دم آخر مامان یادش آمد برایمان خط کش فلزی بگیرند. بابا آن را هم خرید و برگشتیم. توی ماشین به پلاستیک های توی دستم نگاه می‌کردم و از روی ابر پنجم به ابرهای ششم و هفتم صمود کرده بودم.

جامدادی پارسالم را آوردم و همه چیزهای نو را ریختم تویش. کنارپایم را داداشم جلد کرده بود و در مرتب ترین حالت ممکن آماده بودم که اول مهر شود و بدوم تا سرکوپه‌ای که مدرسه مان تویش بود.

وقتی سر کلاس، دوستم خودکارهای هفت رنگش را از توی کاور پلاستیکی شان بیرون می‌کنیدم من چشمهایم برق می افتاد ولی حتی یک ذره هم احساس نمی کردم که یکی از آنها

چیزیست که تو نداری و نسخه تازه تری از آن را می‌خواهم. شاید یک وقتهای نادری چرا…اما اینکه از دلم راه بیفتد و بیاید تا زانم، اصلا پیش نمی آمد. نه من، نه خواهرم. بابای من مهندس بود و ما سر کلاس جزو دسته ممتازان بودیم که همیشه خط اتوی لباسمان هندوانه قاچ می کرد

و کیف و کفشان اغلب نو یا در حد نو بود. اما هیچ وقت برایمان اینطور خرج کردن و خواستن

دود می شود و جلوی چشم ما پدر و مادرها به هوا می رود. اینها را خودش که نمی خرد. ما والدین برایش می خریم، بی اینکه فکر کنیم حالا وقتی بیست ساله شد چطور می‌خواهد از پس خرج خودش بربیاید و یاد بگیرد که نیاز یک چیز است، « دلم می‌خواهد» یک چیز دیگر! دوران دبیرستان هروقت میخواستم کلاسورم را دور بیندازم و یکی دیگر بخرم، فکر می‌کردم این کلاسور چه عیبی دارد؟! هرقدر کلنجار می رقتم به نتیجه دلخواهم نمی رسیدم. من ماندم و همان کلاسور و شاید همان هم الان توی انباری خانه مان یک بقایایی ازش پیدا شود. اما دور و برم پدر و مادرهای زیادی می شناسم که وقتی بچه شان به چیزی اشاره می کند و پایش را توی یک کشف می‌کند که برایش بخرند، ته دلشان می لرزد، از اینکه نکند فردا این بچه سر نداشتن یک کلاسور دیگر و شیرنگ بیشتر عقده ای شود. از خودشان می پرسند نکند دوستانش داشته باشند و او با حسرت نگاهشان کند؟! و بدین ترتیب وارد بازی دو سر باختی می شوند که خودشان هم میدانند تمامی ندارد. اما من اینجور مواقع به همه «یک وقتهایی» فکر می‌کنم که در زندگی ام صاحب چیز خاصی شده ام. مثلا صاحب آن قاب گوشی زل‌های خوشرنگ، یا آن یک جفت کشف چرمی که خیلی هم گران بود اما سالها بود که دوست داشتم یا کتم وبالاخره وقتی خریدمش به خودم قول دادم چند سال از آن خوب کار بکشم. به لحظه ای فکر می‌کنم که بابا برابیم دفتر فانتزی می‌خرید و ذوق مرگ می‌شدم، دفترهایی که با دقت تویشان می نوشتیم و حتی دلم نمی‌آمد غلط گیر تویشان بزنم. زمان ما کیف های چرخ دار تازه مد شده بود اما من و خواهرم هیچ وقت وسوسه نشدیدم از آنها داشته باشیم. چمتان هم می‌دانستیم کارایی‌شان اصلا خوب نیست و اتفاقا در دسترزش های خوبی هستند. ما به همین سادگی از همان سن کم می‌توانستیم کم کم معایب و مزایای لوازمی را که می‌خواهیم سروقتشان و حسابی هم کیف می‌کنند.

سبک زندگی درس املاء نیست که من از رو بخوانم و دخترم زود یاد بگیرد. سبک زندگی همان خودکاری است که من وقتی برمی‌دارم و توی کیفم می‌گذارم دخترم هم میداند نباید گمش کنیم. گاهی حتی پسر کم دل و روده این خودکار ایرانی را بیرون می‌ریزد و مغزی خودکار و آن قسمت گرد ابی‌اش را از هم جدا می‌کند، من و دخترم روی فرش می‌گردیم و دوباره این خودکار را سرهم می‌کنیم. اینطوری دختر و پسرم یاد می‌گیرند وسایلشان ارزش دارد. بچه های الان جامدادی شان را که رو می‌کنند آدم فقط ده دقیقه وقت نیاز دارد تشخیص بدهد این چیزهای رنگی پنگی به چه کاری می آیند و اصلا راستش را بگویم خیلی هایشان فقط قیافه قشنگی دارد و آن کارایی را که می‌خواهیم ندارد. پاک کن بخواهید سه مدل دارند، یکی کار می‌کند، یکی فانتزی تر است، آن یکی را فقط برای اینکه با جامدادی اش ست باشد خرید! به همین راحتی مدیریت نیاز

استباهات رایج مسافران ؛
۱.بیش از حد بستن چمدان
یکی از اشتباهات رایج مسافران، بستن چمدان با وسایلی است که در نهایت به آن‌ها نیازی ندارند. چمدان سنگین نه‌تنها حرکت شما را سخت‌تر می‌کند، بلکه ممکن است هزینه‌های اضافی بابت حمل بار به شما تحمیل شود.
۲.راهکار: لیستی از وسایل ضروری خود تهیه کنید و سعی کنید تا حد امکان سبک سفر کنید. به یاد داشته باشید که بسیاری از وسایل را می‌توانید در مقصد تهیه کنید.
۳.نادیده گرفتن تفاوت‌های زمانی
وقتی به مناطق مختلف جهان سفر می‌کنید، تغییرات زمانی می‌تواند بر خواب و استراحت شما تاثیر بگذارد. برخی مسافران به‌دلیل بی‌توجهی به تفاوت زمانی دچار مشکلات خواب می‌شوند و لذت سفرشان را از دست می‌دهند.

اینگونه سفری بی‌دردسر را تجربه کنید



۴.بیش از حد بستن چمدان
یکی از اشتباهات رایج مسافران، بستن چمدان با وسایلی است که در نهایت به آن‌ها نیازی ندارند. چمدان سنگین نه‌تنها حرکت شما را سخت‌تر می‌کند، بلکه ممکن است هزینه‌های اضافی بابت حمل بار به شما تحمیل شود.

۵.بیش از حد بستن چمدان
یکی از اشتباهات رایج مسافران، بستن چمدان با وسایلی است که در نهایت به آن‌ها نیازی ندارند. چمدان سنگین نه‌تنها حرکت شما را سخت‌تر می‌کند، بلکه ممکن است هزینه‌های اضافی بابت حمل بار به شما تحمیل شود.
۶.راهکار: لیستی از وسایل ضروری خود تهیه کنید و سعی کنید تا حد امکان سبک سفر کنید. به یاد داشته باشید که بسیاری از وسایل را می‌توانید در مقصد تهیه کنید.

۷.نادیده گرفتن تفاوت‌های زمانی
وقتی به مناطق مختلف جهان سفر می‌کنید، تغییرات زمانی می‌تواند بر خواب و استراحت شما تاثیر بگذارد. برخی مسافران به‌دلیل بی‌توجهی به تفاوت زمانی دچار مشکلات خواب می‌شوند و لذت سفرشان را از دست می‌دهند.

فال روزانه

فروردین

شرایط کهنایی موجود باعث شده اند که امروز رفتار خیلی منطقی و عاقلانه ای نداشته باشید. ممکن است داستان های بی سر و ته برای دیگران تعریف کنید و یا برای به دست آوردن تحسین آنها چیزهایی بگویید که از حقیقت فاصله دارند. متاسفانه دروغ های کوچک و به خیال خودتان مصلحتی می توانند مشکلات پیچیده ای برای شما ایجاد کنند. بهتر است اگر نمی توانید واقعیت ها را به زبان بیابورید به جای گفتن حرف های بیهوده و از روی بی احتیاطی سکوت کنید.

اردیبهشت

امروز داشتن نظم و ترتیب در کارهایتان می تواند بسیار دشوار باشد، اما خوشبختانه این وضعیت شما شکوه و شکایت دیگران را برایتان به همراه نخواهد داشت، چرا که آنقدر سرگرم کارهای خودشان هستند که حتی متوجه این حالت شما نخواهند شد. با وجود این که مسائل عاطفی به توجه شما نیاز دارند، عملی کردن ایده هایی که برای این کار نیاز دارید کار سختی خواهد بود.

خرداد

شما ترجیح می دهید بر اساس واقعیت های قطعی و تغییر ناپذیر تصمیم گیری کنید. با این وجود در حال حاضر منتظان امروز خیلی خوب کار نمی کند و می تواند باعث شود تصمیمات اشتباهی بگیرید. آنچه می بینید با واقعیت فرق دارد و ممکن است از آنچه می شنوید برداشت اشتباهی داشته باشید. شاید بهتر باشد فعلا در مورد مسائل مهم تصمیم گیری نکنید.

تیر

امروز ممکن است دوستانتان طوری رفتار کنند که انگار برای ناراحت نکردن شما موضوع مهمی را نادیده گرفته اند. با این حال شما به طور غریزی وقتی دیگران دارند رازی را از شما مخفی می کنند متوجه این مسئله می شوید و اصلا دوست ندارید کسی برایتان نقش بازی کند. متاسفانه در حال حاضر ممکن است انگیزه و دلیل کارهای دیگران را اشتباه برداشت کنید، پس بهتر است به تردیدهای خود اهمیت ندهید.

مرداد

شما از صمیم قلب می خواهید وعده و وعیدهای زیادی که تحت فشار قرار گرفته و به دیگران داده اید را عملی کنید. متاسفانه اگر منطقی رفتار نکنید خودتان را در این راه دچار نا امیدت خواهید کرد. موضوع به آن پیچیدگی که فکر می کنید نیست، آنچه که می خواهید تنها با برنامه ریزی و سخت کوشی به دست خواهد آمد.

شهریور

امروز هیچ محدودیتی برای افکارتان وجود ندارد و می توانید خیلی فراتر از زمان حال بروید. شما می توانید هر کجا که نگاه می کنید فرصت ها و موقعیت های بسیاری را ببینید، اما اگر ببینید در موقعیت دشواری گرفتار شده اید و کسی هم از شما حمایت نمی کند به طرز ناخوشایندی غافلگیر خواهید شد.

مهر

به نظر می رسد که رابطه عاطفیتان در حال حاضر دارد نقطه عطفی را پشت سر می گذارد و ناگهان مت‌جه خواسته هایی می شوید که پیش از این نیازی به آنها حس نکرده بودید و این موضوع شما را معذب کرده است. تفکر آشفته شما ممکن است باعث شود که احساس کنید فوریتی در کار است. گمان میرید که تنها یک راه برای رسیدن به هدفتان وجود دارد و همین حالا باید دست به کار شوید.

آبان

امروز اشتباه در برقراری ارتباط می تواند لحظات خجالت آوری را به وجود بیاورد، به ویژه اگر نیاز دیگران به آزادی یا نیازی که شما به داشتن ثبات احساس می کنید در تعارض باشد. خوشبختانه شما این انرژی و آمادگی را دارید که پروژه کاری تازه ای را شروع کرده و آن را تا پایان ادامه دهید.

آذر

امروز تفکرات شما بیش از این که دقیق و واقع بینانه باشند تحت تأثیر اتفاقات اطرافتان قرار دارند. شنا کردن در دریای احساسات می تواند خطرناک باشد، با این حال می تواند شما را از عمیق ترین خواسته هایتان آگاه کند و اگر بدانید که در زندگیتان چه می خواهید با شور و اشتیاق بیشتری به دنبال خوشبختی خواهید بود. به نگرش خود اعتماد داشته باشید و وقت گران بهای خود را با گوش کردن به برنامه هایی که دیگران برایتان دارند هنر نکنید؛ تنها کسی که مهم است خود شما هستید.

دی

شما باید به وضعیت روحی خود اهمیت داده و بیشتر به مسائل معنوی بپردازید. با این حال، پرداختن به معنویات در حالی که دارید برای رسیدن به اهداف بلند مدت خود تلاش می کنید، به ویژه با توجه به قضاوت هایی که دیگران از رفتار شما می کنند، کاری دشوار و چالش برانگیز به نظر می رسد. شاید شما حاضر باشید در مورد عقاید معنوی خود به بحث و گفتگو بپردازید و فکر کنید که دوستان و اطرافیانتان شما را مورد تشویق و حمایت خود قرار خواهند داد.

بهمن

امروز در وجودتان بین تمایلی که به حفظ شرایط فعلی دارید و میلی عجیب به زیر و زبر کردن همه چیز چالشی به وجود آمده اس که باعث می شود افکارتان از حالت معقول و عمل گرا خارج شده و بیشتر حالت خیال و رویا به خود بگیرند. با وجود این که تغییرات غیر قابل اجتناب به نظر می رسند، نیازی که به حفظ کنترل اوضاع احساس می کنید باعث می شود که از ناشاخته ها وحشت داشته باشید.

اسفند

شما احساس می کنید که به کمی هیجان نیاز دارید و اعتقاد دارید که کارها و تفکر خلاقانه شما را از این احساس سردرگمی رها کرده و حالتان را بهتر خواهند کرد. اما اگر واقع بینانه بخواهید نگاه کنید موضوع چیز دیگری است، شما به کمی هیوای آزاد و تنهایی نیاز دارید تا بتوانید با خودتان فکر کنید کدام یک از اهدافتان غیر واقع بینانه هستند و باید از زندگیتان حذف شوند. در هر صورت کمی شور و هیجان هیچ ضرری برای هیچ کس ندارد، پس دست از ماجراجویی برندارید.