

چگونه برای سفره هفت سین سبزه‌ای متفاوت و دوستدار محیط زیست داشته باشیم

نارنجتوسبزکن

برای کاشت سبزه نارنج در آب باید برای دو روز دانه‌های نارنج را در آب بریزید و بعد پوست آنها را جدا کنید. حالا یک ظرف شیشه‌ای را پر از آب کنید. کف یک ظرف پلاستیکی چند سوراخ ایجاد کرده و آن را روی ظرف شیشه‌ای قرار دهید.

حالا ظرف پلاستیکی سوراخ‌دار را روی ظرف شیشه‌ای پر از آب قرار دهید و دانه‌های نارنج را داخل ظرف سوراخ‌دار بریزید. سپس یک پارچه نخی روی دانه‌ها قرار دهید و آن را هر روز اسپری کنید. بعد از این‌که دانه‌ها رشد کرد و ریشه داد، ریشه‌ها را داخل سوراخ وارد آب می‌شود.

نکاتی در مورد کاشت سبزه نارنج و مرکبات

جدا کردن پوست هسته نارنج موجب می‌شود جوانه‌های نارنج زودتر رشد کنند.

■ بعد از کاشت نارنج حواس‌تان باشد که خاک گلدان همیشه مرطوب باشد و با اسپری خاک را مرطوب کنید.

■ سبزه نارنج در آب به خوبی رشد نمی‌کند و برای بزرگ شدن باید آن را در خاک بریزید.

■ در طرز تهیه سبزه عید با هسته پرتقال و نارنج بهتر است از خاک معمولی سبک و خاک برگ استفاده کنید. به منظور سالم‌تر ماندن خاک بهتر است کمی زغال نیز به خاک برگ اضافه کنید. بهترین خاک برای کاشت سبزه هسته نارنج استفاده از ترکیب ۶۰ درصد کوکوپیت یا پیت ماس با ۳۰ درصد پرلیت و ۱۰ درصد پوکه صنعتی برای زیر گلدان است.

تا زمان جوانه‌زدن هسته نارنج، گیاه برای رشد به نور و دمای مناسبی نیاز دارد اما بعد از سبز شدن دانه‌های گیاه دیگر به نور مستقیم نیازی ندارد.

■ برای کاشت سبزه هسته نارنج سعی کنید از دانه‌های سالم و بزرگ‌تر استفاده کنید.

■ برای کاشت سبزه نارنج در خاک حتماً از گلدانی استفاده کنید که انتهای آن سوراخ است. این کار از پوسیدگی و فساد هسته نارنج جلوگیری می‌کند.

■ برای افزایش و حفظ رطوبت بهتر است از پلاستیک روی گلدان سبزه نارنج استفاده کنید. رطوبت موجب می‌شود تا هسته نارنج سریع‌تر جوانه بزند.



به‌طور معمول برای تهیه سبزه عید از گندم و برخی انواع غلات و حبوبات استفاده می‌شود که بعد از ۱۳ روز عید شروع به پوسیدگی و خراب شدن می‌کند. از طرفی ریختن این سبزه‌های پوسیده موجب زشت شدن محیط اطراف ما و از بین بردن مقدار زیادی منبع غذایی می‌شود.

به همین خاطر در چند سال اخیر پیشنهاد شده که به جای استفاده از این نوع سبزه‌ها از هسته نارنج و مرکبات استفاده شود. ماندگاری این سبزه‌ها بسیار زیاد است و امکان انتقال آنها به داخل خاک و کاشت یک نهال پرتقال و نارنج نیز به راحتی وجود دارد.

هسته‌ها بمانید. معمولاً بین دو هفته تا یک ماه طول می‌کشد تا هسته‌ها جوانه بزنند و از دل خاک بیرون بیایند. بعد از این‌که هسته‌ها جوانه زد، کاور پلاستیکی را از دور گلدان بردارید.

بعد از این‌که مراحل کاشت سبزه نارنج کامل شد، آن را در محلی پرنور و دور از نور مستقیم خورشید قرار داده مقداری آب به دانه‌ها بدهید. بهتر است تا ۱۰ روز اول روی گلدان پلاستیک بکشید و روزی چند بار با اسپری به دانه‌ها آب دهید.

کاشت سبزه نارنج با پوست

جدا کردن پوست هسته نارنج موجب می‌شود سبزه شما زودتر رشد کند و بزرگ شود اما اگر چند ماه زودتر در فکر کاشت سبزه نارنج افتاده‌اید، بهتر است هسته‌های نارنج را بدون جدا کردن پوست دور آن سبز کنید. برای این کار باید سه تا چهار روز هسته‌های نارنج را در آب بخیسانید.

سپس آنها را داخل دستمال نخی و نم‌داری قرار دهید و در مکانی گرم و نورگیر بگذارید. اجازه دهید دو تا سه هفته هسته‌ها داخل آب بمانند و در این مدت هر روز آنها را با اسپری خیس کنید. بعد از جوانه‌زدن هسته‌های نارنج می‌توانید آنها را داخل خاک بکارید.

این روزها که فصل پرتقال، نارنج و البته لیمو شیرین است، بعد از میل کردن این مرکبات تخم یا همان هسته آنها را دور نیندازید، چون برای سبز کردن سبزه عید حسابی به دردتان می‌خورند.

سبزه نماد تولد دوباره طبیعت و یکی از اصلی‌ترین سین‌های سفره هفت سین است که معمولاً به روش‌های مختلف و با استفاده از دانه‌ها و غلات متفاوت تهیه می‌شود. یکی از زیباترین انواع سبزه برای هفت سین، سبز کردن هسته نارنج است.

به علاوه با این روش شما می‌توانید در روز سیزده به در به جای دور ریختن سبزه‌های پوسیده عید، یک نهال زیبا و سبز به طبیعت هدیه دهید و با این کار به محیط زیست نیز کمک کنید.

شما می‌توانید بعد از کاشت این سبزه آن را در گلدان بزرگ‌تر بکارید و بعد به باغچه منتقل کنید. در ادامه می‌توانید با مراحل سبز کردن هسته نارنج آشنا شوید.

بهترین زمان کاشت سبزه عید با هسته نارنج و سایر مرکبات برای سفره هفت سین، ۳۰ بهمن یا روزهای ابتدایی اسفند است.

جوانه‌های نارنج کم‌کم بزرگ خواهد شد و به نهال تبدیل می‌شود و بعد از دو سال می‌توانید آنها را به باغچه منتقل کنید.

چون حدود دو هفته طول می‌کشد تا سبزه هسته مرکبات جوانه بزند، بنابراین برای تهیه سبزه هفت سین با هسته پرتقال، نارنج و لیمو شیرین ابتدا هسته‌ها را به مدت یک روز در آب خیس کنید.

خیس کردن هسته را به این دلیل انجام می‌دهیم که پوست هسته به راحتی جدا شود. بعد از یک روز خیس خوردن پوست هسته به راحتی جدا می‌شود و کوچک‌ترین آسیبی به هسته وارد نمی‌شود.

در یک گلدان که زیر آن دارای سوراخ است و زهکشی دارد، مقداری خاک سبک بریزید. گلدان را با خاک سبک پر کنید و هسته‌ها را به آرامی و دقت روی خاک بریزید. فاصله هسته‌ها از هم نه خیلی زیاد و نه خیلی کم باشد. در این مرحله از تهیه سبزه با هسته مرکبات باید روی هسته‌ها یک لایه نازک خاک سبک بریزید. گلدان را با پلاستیک کاور کنید و منتظر جوانه‌زدن

توضیح برای رمز جدول:

پس از حل کامل جدول از پشت سرهم قرار دادن حروف خانه‌هایی که با عدد مشخص شده‌اند رمز جدول به دست می‌آید.

تعداد حروف رمز جدول در هر شماره می‌تواند متغیر باشد.

جدول

طراح: بیژن گورانی

هترمند	خواهر پدر	الفت	روحانی	رستگار	بله فرانسوی	بله عرب	روزآمد
حاکم	غلاف شمشیر	پازگشت	دانه کش	از خود	جواب های	غله برافشان	
۱	۳	۷	۲	۵	۸	۴	۶
برانگیختن	همبازی لورل	هوشیار و دقیق	بزرگترین	میدان شهر	مخترع سینما	رود آرام	
۱	۵	۸	۳	۷	۲	۴	۶
ضمیمه‌ری	توجه و دقت	مرتعش	بزرگترین	میدان شهر	مخترع سینما	رود آرام	
انگلیسی	تندرسی	۱	۵	۸	۳	۷	۲
تندرسی	۱	۵	۸	۳	۷	۲	۴
همراه قوری	نامادری	۹	۳	۷	۲	۴	۶
امیدواری	مکان	۶	۳	۷	۲	۴	۶
حرمسرای	قصر	۶	۳	۷	۲	۴	۶

رمز جدول شماره قبل:

همبرگر