

## خانواده فرهنگی

## ویولون زن روی پل

«ویولون زن روی پل» روایت سفری از ظلمت به نور نوشته خسرو باباخانی است. این نویسنده برگزیده کتاب سال و معلم داستان نویسی در این کتاب تجربه های خود را از اعتیاد ۳۰ ساله و سپس توفیق در ترک این بلا روایت کرده است. کتاب از شانزده فصل تشکیل شده است. مولف فصل نخست را به خستگی و فصل آخر را به بهشت اختصاص داده است، فصل پانزدهم که عنوان کتاب از آن گرفته شده ویولون زن است. در این فصل آمده است: «زنگ

زد. همیشه با جمله «دور سرت بگردم» شروع می کرد. بعد می گفت: «خاک پاتم»، بعد می گفت: «دردت به قلبم» و چنان با خلوص می گفت و صمیمانه، که من را به رعشه می انداخت از فرط شکر و شوق.



می گذاریم تا هم کمی خنک شود هم مزه سس به خورد مواد برود. در آخرین مرحله سالاد را در ظرف مناسبی ریخته و سرو می کنیم. این سالاد به دلیل داشتن مواد مغذی و مقوی و ارزش غذایی بالا یک وعده غذایی محسوب می شود.

بسیار خوبی به سالاد می دهد. این سالاد خوشمزه را می توانیم با سویا هم تهیه کنیم که کاملاً گیاهی و رژیمی می شود. اما پروتئین حیوانی آن را خوشمزه تر می کند.

## چطوری درست کنیم؟

سینه مرغ را شسته و به اندازه دلخواه خرد کرده و در قابلمه ای ریخته و با کمی آب، نمک و ادویه روی حرارت کم گذاشته می پزیم. رشته فرنگی یا نودلایت را در آب جوش ریخته و حدود ۵ دقیقه جوشانده و با آب سرد آبکش کرده و کنار می گذاریم تا آب اضافه اش گرفته شود. سویاسس، روغن کنجد، عسل، ارده، سیر رنده شده ریز و آب لیموترش تازه را در ظرف بزرگ و مناسبی ریخته و خوب با هم مخلوط می کنیم و به شکل سس درمی آوریم. کاهو، اسفناج، پیازچه و فلفل دلمه ای ها را هم به اندازه دلخواه خرد کرده و همراه نودلایت به سس اضافه کرده و به آرامی و طوری که رشته ها خرد نشود مواد را خوب با هم مخلوط می کنیم تا کاملاً به سس آغشته شود. سالاد آماده شده را نیم تا یک ساعت در یخچال

ریختن عسل و ارده اختیاری بوده و می توانیم آنها را حذف کرده و کمی شکر جایگزین آن کنیم. به جای روغن کنجد می توانیم از روغن زیتون هم استفاده کنیم البته روغن کنجد طعم و عطر

## این هفته:

## سالاد رشته فرنگی

مزده مظهری - چاردیواری

## چه می خواهیم؟

**سینه مرغ:** ۱۰۰ گرم  
**رشته فرنگی یا نودلایت:** یک بسته  
**فلفل دلمه ای رنگی:** از هر کدام یک برش کوچک  
**کاهو پیچ کوچک:** نصف  
**اسفناج:** ۱۰۰ گرم  
**پیازچه:** ۵ عدد  
**روغن کنجد:** ۲ قاشق غذاخوری  
**سیر تازه:** ۲ حبه  
**لیموترش:** ۲ عدد  
**سویاسس:** ۲ قاشق غذاخوری  
**نمک، زردچوبه و ادویه:** به میزان لازم  
**عسل:** یک قاشق غذاخوری  
**ارده:** یک قاشق غذاخوری

## پرسیکا؛ عجیب و زیبا

شده باشد. اگر خاک خیس بماند موجب ایجاد صدمه در قسمت ریشه پرسیکا خواهد شد. در زمستان اما باید گیاه را خشک نگه داشت زیرا در صورت خیس ماندن خاک در زمستان گیاه شما آسیب خواهد دید. در محیط داخلی رطوبتی حدود ۴۰ درصد برای گیاه لازم است و غبارپاشی منظم پرسیکا در هر دو محیط داخل و خارج خانه توصیه می شود.

## ■ خاک مناسب

برای نگهداری پرسیکا نیاز به خاکی غنی، ارگانیک و دارای زهکشی مناسب است. دو قسمت ماسه، دو قسمت پیت و یک قسمت لوم برای این گیاه مناسب است. دقت داشته باشید، خاک کاکتوس شما باید طوری باشد که بعد از آبیاری به سرعت خشک شود. گلدان هم باید دارای سوراخ های زهکش مناسبی باشد. در صورت عدم زهکشی مناسب گلدان و خاک گیاه دچار پوسیدگی و له شدگی خواهد شد.

## ■ تکثیر

تکثیر پرسیکا از طریق بذر در اوایل بهار امکان پذیر است. برای این کار مخلوطی از پیت ماس، پرلیت آماده کنید تا بتوانید بذرها را روی آن بکارید. سطح این مخلوط را باید مرطوب نگهداری کنید تا بعد از ۲۰ تا ۳۰ روز جوانه ها نمایان شوند. یکی دیگر از روش های تکثیر کاکتوس استفاده از قلمه است و از برش پرسیکا می توان برای قلمه زدن کاکتوس نیز استفاده کرد.

پرسیکا کاکتوسی دارای برگ بوده که این برگ ها ظاهری عجیب به گیاه می بخشد. برخی از انواع این گیاه دارای برگ های طلایی رنگ هستند که

مرکزی سبز دارند. برخی دیگر دارای برگ های زرد-طلایی هستند. بیشتر انواع این کاکتوس دارای رشدی به اندازه ۳ تا ۶ متر هم خواهند رسید. برخی هم بلندتر خواهند شد. برگ های این کاکتوس نیز تا ۲۰ سانتی متر هم می توانند رشد داشته باشند. ولی هنگام سرد شدن هوا خواهند ریخت.

## ■ نور و دمای مناسب

همانند بسیاری از کاکتوس ها پرسیکا نیز نیاز به محیطی روشن خواهد داشت. این کاکتوس در مقابل آفتاب و نور مستقیم خورشید نیز به راحتی به رشد خود ادامه می دهد و دچار آفتاب سوختگی نخواهد شد. اگر نور مناسب نگهداری پرسیکا را نتوانید فراهم کنید، برگ های این کاکتوس سبز تیره خواهند شد که این به معنی ناسالم بودن آن است. اگر ریشه این گیاه را گرم نگهداری کنید و خاک آن خشک باشد تا دماهای پایین تر از صفر هم زنده خواهد ماند.

## ■ آبیاری

در طول فصول رشد برای نگهداری پرسیکا باید آبیاری منظمی انجام دهید. ولی باید برای آبیاری مطمئن شوید که خاک گیاه به خوبی خشک

## 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 نگارانی 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

