



صيف - صيف

سمك مقلي بالبصل والكزبرة طبق خليجي

المقادير: سمكة يتراوح وزنها بين الكيلو والكيلو ونصف وبصلة كبيرة مقطعة الى شرائح . اربعة فصوص ثوم مهروسة . كوب من الزيت النباتي للقلي ليمونة حامض واحدة مقطعة الى شرائح .ملعقتا طعام من عصير الليمون .نصف ملعقة صغيرة من العقدة الصفراء . نصف ملعقة صغيرة من الثومي المطحون .ملعقة صغيرة من الكمون .ملعقتان صغيرتان من التوابل المتنوعة (قرفة) خولجان هال . ملح . فلفل اسود ثلاث ملاعق .طعام من الدقيق .نصف باقة من الكزبرة الطازجة المبرومة .كوب من الماء .

طريقة التحضير

تنظف السمكة وتغسل ثم تجفف بواسطة حمارم المطبخ الورقية .يهرس الثوم مع نصف ملعقة صغيرة من الملح اضافة الى الكمون والثومي .تنقع السمكة في هذا المزيج لمدة نصف ساعة ثم تغمس في الدقيق وتقلي في الزيت الساخن حتى يصح جلدتها هشا .

ترفع السمكة من المقلاة وتوضع جانبا يقلى البصل في المقلاة نفسها حتى يصبح ذهبيا ثم تضاف اليه الكزبرة المبرومة وتقلي لبعض الوقت قبل ان ترفع وتوضع جانبا يوضع كوب من الماء في المقلاة نفسها وتضاف اليه التوابل المتنوعة تطهى التوابل فوق النار حتى يغلي المزيج يحتفظ بالقليل من هذا المزيج جانبا ويضاف البصل الى الكمية الباقية في المقلاة يطهى الكل لمدة دقيقتين الى ثلاث دقائق . توضع السمكة في طبق التقديم وتسكب فوقها الصلصة تزين السمكة بمزيج البصل والكزبرة المحتفظ به جانبا وكذلك بشرائح الليمون .تقدم السمكة ساخنة مع الارز المسلوق او البطاطا .



شريكة الحياة وذاكرة الرجل

نورا خالد

على اختلاف الرجال وطبيعتهم .. هناك صورة لامرأة لا يستطيع الرجل ان ينساها ويرى هذه المرأة دائما متجسدة في صورة شريكة الحياة

المرأة الصنمية

هي المرأة التي تنتمي إلى واقع هذا الرجل وحياته .. تشاركه وتحضره في كل لحظة وتشعر بكل تفاصيل المرأة التي تشعر الرجل بأنها منتمية إلى عالمه الخاص .. امرأة لا ينساها الرجل لأنها مرتبطة بجميع ذكريات حياته .

المرأة الصبور

الرجل لا ينسى امرأة صبرت وتحملت شاركت أحداثا وضغوطات معه .. بل كانت طوق النجاة والحضن الدافئ الذي يلجأ إليه في الأزمات .. المرأة التي ترفع عنه همومه وتعلم جيدا متى يجب ان تكون حاضرة وما الذي يجب ان تقوله بحنان وحب وتصبر حتى على طبيعته و تتعامل معها بحكمة .. فهذه المرأة لا يستطيع الرجل نسيانها مهما كان .

المرأة الذكية هي التي تعرف

جيدا كيف تتعامل مع الرجل الشريك وتفهيم ان لكل رجل طبيعته وعقله الخاص به فتعلم متى تتحدث اليه و متى تطلب منه و متى تصمت و تستمع و ليس هذا فحسب بل تعلم كيف تجعل زوجها يظهر و يبرز و يتقدم للأمام لأنها تدعم الثقة في نفسه و تعزز شخصيته

دائما .. هذه المرأة لا ينساها الرجل فهي شريكة نجاح قائم ويشعر بأنه يفكر بشكل أعمق و أوضح حين يكون معها . يحب الرجل تلك المرأة التي تتصرف و تفكر بعفوية .. فلا تتكلف و لا تتصنع في كلامها وتصرفاتها فيشعر بأن حياته معها كتاب مفتوح يبذلها فيه الصراحة والوضوح ليكون على قدر ذلك الصفاء و تلك البراءة فالرجل يفضل أن تكون شريكته بريئة و عفوية أكثر من كونها جميلة .

المرأة الحنون

المرأة الحنون هي امرأة ذات مشاعر فياضة و أحاسيس مرهفة تستطيع أن تغرق الرجل في بحر من الحنان و العطف يشعر معها و كأنها ليست الزوجة و الحبيبة فقط .. بل هي الأم أحيانا .. فالرجل في حقيقته طفل كبير و لكن مع فارق أن متطلبات هذا الطفل تفوق كثيرا متطلبات طفل صغير فهو ينتظر من شريكته ان تغمره كليا بالحنان و العطف الدائم .

المرأة الصماء والمضحية

هذه المرأة تترك انرا لا ينسى لدى الرجل فهو يشعر بوجودها و بإنها حاضرة دائما لتمده بكل ما تملك و كل ما تستطيع .. تقدم التضحيات وتعطي من دون حساب .. الرجل بطبعه يرغب دائما بأن يكون صاحب الحق في الحصول على كل ما يمكنه الحصول عليه دون شروط مقابلة و دون مصالح متبادلة .

كيف تتخلصين من تجاعيد الرقبة؟

في هذه المنطقة خاصة ازالة الجلد المتهدل عند الرقبة ومن ثم بعد ذلك تنعيم البشرة وليس لها الاثار بسيط على التجاعيد الراسية المحيطة بالأنف والتم .

السيدة سلوى تقول انني اجريت عملية تجميل لشد التجاعيد الظاهرة في الرقبة ولكن الطبيب الجراح قام بعمل فتحة تحت الاذنين ليقوم بفصل الجلد عن طبقات العضلات والدهون الموجودة تحته ثم قام بفصل العظم وقد كانت هذه العملية لها تاثير كبير على اجراء تغيرات في وجهي ولكن كان ذلك له اضافة جمالية على وجهي . تؤكد الدكتورة انعام ان هذه الطرق لها عدد من العمليات الفرعية مثل سحب الزائد قبل اعادتها الى موقعها الجديد فمن الاكيد سوف تحدث تغيرات جذرية على البشرة والوجه وقد تحدث بعض الندوب بالمقارنة مع العمليات الأخرى ويعود ذلك الى ان اجزاء من هذه الاعصاب قد تمت ازالتها مع الجلد الزائد وتكون المريضة في حالة تقبل تدريجية مع التغير الذي طرأ عليها .

ظهور التجاعيد في منطقة الرقبة وخصوصا ان عمري هو الثامنة والثلاثون ولكن اشعر بالحرص عند التكلم وخصوصا هذا الامر جعل زوجي ينتبه الى التغيرات التي بدأت تحدث نتيجة تقدم العمر وحسب تحديد الدكتورة التي طلبت منها اجراء عملية بسيطة لازالة تلك التجاعيد التي اخبرتني ان التغيرات في البشرة نتيجة تقدم العمر لا يمكن السيطرة عليها ويجب الانتظار قليلا قبل التسرع في اجراء العملية لان هناك تجاعيد تظهر على البشرة لسبب اول اخر ويجب اعطاؤها المجال ليصبح من السهل ازالتها مع تجاعيد الرقبة ..

وتضيف الدكتورة انعام ان طبيعة البشرة ذاتها هي التي تحدد العملية التجميلية لانه قد يحتاج الوجه الى عملية شد الجلد ما فوق العضلات نتيجة تغيرات فيسولوجية ونفسية تحدث للمرأة في عمر معين نتيجة سبب ما او انقطاع الدورة الشهرية التي تؤثر بصورة كبيرة في بشرتها التي قد تصبح شاحبة او غير ذلك وبالنسبة الى التخلص من التجاعيد المنتشرة

المدا/ ايناه طارح يمكن المرأة ان تكون خائفة من تقدم العمر وكل ذلك يدفعها الى حساب سنين العمر القادمة التي قد تجعل بعض النساء في عزلة عن كل ما يحيط بهن وهناك بعض النساء يلجأن الى الطيبية الخاصة للوقوف على طبيعة وكيفية علاج هذه التجاعيد . تقول الدكتورة انعام مجيد طبيبة نسائية واختصاص تجميل .. احيانا تظهر تجاعيد عبارة عن خطوط طويلة على عنق المرأة وخصوصا عند التكلم وبعض النساء يجدن صعوبة في تقبل هذا الامر ويلجأن الى العمليات الجراحية التي أصبحت تجرى هنا وينجح ولكن يتوقف ذلك حسب امكانية الطبيب الجراح .وكذلك أصبحت عمليات التجميل الآن متاحة لان النساء في كل مكان لها مطلق الحرية في اختيار العملية المناسبة . السيدة امل تقول انني بدأت تضايق من

لوف الشيك ولاته

٣- يضاف البيض الواحدة بعد الأخرى مع الخفق المستمر
٤- يضاف الطحين والحليب تدريجيا والتعاقب حتى ينتهي المقدار
٥- يقسم المزيج قسمين ويضاف الى احدهما مزيج الكاكاو والمذاب والشيكولاته المذابة وتمزج جيدا
٦- يصب المزيج في قالب اللوف بالملعقة بالتناوب مع العجينة البيضاء والبنية وتشى في فرن معتدل الحرارة ٣٧٥ ف لمدة ساعة .
٧- للتبويب .
٨- تضاف ملعقة كوب مبروش قشر البرتقال او الليمون او اللون البرتقالي الى العجينة البيضاء
٩- يستعمل ٢ ملعقة اكل دبس وملعقة كوب الدارسين ونصف ملعقة كوب من الهيل والقرنفل بدلا من الكاكاو والشيكولاته .



المقادير:
٢ كوب طحين (٢,٣) كوب دهن .
١,٢٥ كوب سكر .
١,٢٥ كوب حليب .
٣ بيض (٢,٥٠)ملعقة كوب بيكنج باور ربع ملعقة كوب ملح .
ملعقة كوب فانيلة (اونس من الشيكولاته غير حلوة او نصف كوب كاكاو مع نصف ملعقة كوب دهن .. العمل .
١- ينخل الطحين ثم يقاس وينخل مرة اخرى مع البيكنج باور والملح .
٢- يخفق الدهن جيدا ثم يضاف اليه السكر تدريجيا حتى يصبح كالكريم .

في اوصاف المرأة

- او صاف عديدة خص بها العرب المرأة الجميلة منها:
- زهرء - بيضاء الدر او القمر
- ادماء - سمراء
- برجاء - واسعة العينين
- البضة - اذا كانت رقيقة الجلد ناعمة البشرة
- الباهرة - الفانقة على غيرها فجا الجمال
- جيداء - طويلة العنق باعداد وحسن
- حساء - جميلة المحيا
- حصان - اذا كانت عفيفة
- خفرة - اذا كانت حيية
- زرعوبة - لينة العود والقذ
- خود - الجميلة اذا توسطت الشباب
- ذلفاء - صغيرة الانف مع استواء القصبية والارنية
- الرائعة - التجا تسر كل من ينظر اليها
- زجاء - دقيقة الحاجبت ممدتها
- زينة - البارعة الحسب
- ريا - الممتلئة
- شماء - طويلة الانف دقيقتة
- شموم - اللعوب . الضحوك . المزاحة
- الشبناء - رقيقة الاسنان
- طفلة - الناعمة

