

الطيبة تمتزج بسخاء وكرم الانباريين



الانبار : اذاعة العراق الحر
للإبائي رمضان في محافظة الانبار نكهة خاصة، وطعم مختلف عن باقي ليالي السنة، إذ تنتعش الحياة في شوارع مدن المحافظة بشكل لافت، ويسهر الناس حتى الثانية عشرة ليلاً موعداً حظر التجوال.
ويضيئ الناس فترة ما بعد الصلاة والافطار أما بزيارة الأقارب والإصدقاء أو بالتوجه الى المقاهي والاماكن العامة والمنتزهات.
وفي شوارع مدينة الرمادي يعرب عدد من المواطنين، عن الارتياح لاستتباب الوضع الأمني عموماً. وطالب بعضهم بالغاء حظر التجوال الليلي من الساعة الثانية عشرة ليلاً وحتى الخامسة فجراً، لا سيما وأن معظم الناس يمضون ساعات النهار الطويلة في الصوم.
وفي محافظة الانبار هناك التزام بالعادات والتقاليد القديمة والجميلة
ففي السحور يتجمع عدد من اهالي الانبار ، شبيبا وشبابا، لتناول وجبات سحور مشتركة في المساجد وعدد من الاماكن الخاصة في بيوت احد المواطنين، ثم يتم بعد ذلك اقامة المباريات الشعرية، وتبادل النكات، ويختتم طقس السحور بالصلاة جماعة.
وفي الصباح تغمر المدينة حالة من الهدوء تمتد الى وقت الضحى لتفتتح المحال التجارية والورش ابوابها وتنب الحياة في شوارع

أفكار لتسهيل الطبخ في رمضان

1- لأطفاك الصغار ولا ترمي ما يتبقى منه بل أعطيه لمن هم في حاجة له من الفقراء والمساكين.
2- إذا بقي عندك خبز، قطعيه وأقلبه أو حصصه في الفرن للفتوش والشورية.
3- إذا كنت تعملين، يمكنك الاستعانة بصحون بلاستيكية لتخفي عن نفسك أعباء الوقوف أمام الجلي.
4- ابدئي بتنظيف مطبخك قبل إعداد أي طعام.
5- اقتني قارورة غاز احتياطية خوفاً من انتهاء القارورة فجأة وأنت تطبخين وعلى مقربة من موعد الإفطار.
6- لتقشير البصل بطريقة سهلة، ضعيه في التلاجة لمدة نصف ساعة، أو في قدر فيه ماء، وهذا يخفف من تدميع عينيك عند التقطع.
7- للتخلص من رائحة الخوم والبصل العالقة على يدك، افركيهما بالليمون. وللتخلص من الرائحة من فمك تناولي عيدان البقدونس.
8- للحد من رائحة قلى السمك غير المحببة، اضيفي قطرات من الخل أو عصير الليمون إلى زيت القلي. كما أن إضافة قليل من قشر الليمون الطازج للزيت يعطي السمك مذاقاً جميلاً.
9- لقتل الميكروبات عند غسل الخضراوات والغاكية، انقعها بالخل (بمقدار ملعقة لكل لتر ماء).
10- عن موقع سيدتي نت الالكترونى

5- قطعي الجزر بعد تقشيريه حسب الرغبة ووزعيه حصصاً (للسلطة، الشورية، البخنخي...)
6 - أعصري الليمون الحامض وصفيه بمصفاة ناعمة وعبئي به في قوالب الثلج، لاستعماله عند الحاجة.
7 - تجبني تكديس التلاجة بالأواني، لأن من شأن ذلك أن يرفع من درجة حرارة الأطعمة وبالتالي يعرضها للتلوث.
8- تجبني وضع أكياس بلاستيكية بها مواد سائلة، كالشورية والعجين على الرف العلوي داخل المجمد، لأنها ستسبب من بين الفضيان وستتجمد مما سيصعب عملية استخراجها فيما بعد. لذا ينبغي وضعها في الرف السفلي لتتجمد قبل نقلها حينما نشاء.
9- أحفظي الطعام المجمد بالأكياس الشفافة، بسهولة التعرف على محتواها، دون الحاجة إلى فتح الكيس.
10- فكري قبل كل يوم صوم بنوع أو بانواع الأطعمة التي تودين طهيها ليتسنى لك إخراج اللحم من التلاجة في الوقت المطلوب.
11- جهزي طقم سفره كامل ونظفيه ورتبيه في خزانة قريية. وانقي الأدوات الفضية في إبراء به ماء مضاف إليه مبروش الصابون وقليل من الشامبو، أو ادعكها بقتل البطاطس النيء واشطفها جيداً.
12- غطي سطح الفرن بورق الألمنيوم لتتمكني من تنظيفه من رواسب القلي وللمحافظة على نظافته بدليه عند الاتساع.
13- لا تنسي إبقاء طعام اليوم السابق

غالباً ما تشعر السيدات بالتعب خلال شهر رمضان المبارك، وقد يرجع ذلك إلى عدم الاستعداد المسبق، وترك كل الأمور المتعلقة بتحضير الطعام وشراء الأغراض إلى اللحظة الأخيرة.
فكيف يمكنك استقبال رمضان وأنت مرهقة؟
نفذي هذه الأفكار البسيطة التي تساعدك في مطبخك وتهون عليك إعداد الطعام مهما بلغت صعوبته.
1- بداية، وقبل نحو أسبوع من حلول شهر الصوم الكريم، نظفي التلاجة وخزائن المطبخ من كل ما هو فاسد وغير صالح للاستعمال.
2 - توجهي إلى السوق لشراء بعض الحاجيات التي ستحتاجينها لإعداد الأطباق الخاصة بالشهر الكريم. اشترى اللحوم ووزعيها إلى حصص مع كتابة الاسم على كل حصة ليسهل عليك انتقاء ما تريين.
كذلك اشترى كمية معينة من الدجاج، نظفيها وقطعيها وصنفيها، أو تبليها كما يحلو لك، وبالكيفية التي تناسب أفراد أسرتك. يمكنك الاحتفاظ ببعضها كاملاً للحمشو أو لتحضير الملوخية والأرز باللحم وغيرها. ومن الخضراوات، اشترى ما يناسبك وزلمك.
3 - قطعي عدداً من باقات الكزبرة والبقدونس واحفظيها في علب أو أكياس محكمة الإغلاق في التلاجة.
4- قشري الفوم وتلجيه في أكياس صغيرة، أو افرميه مع قليل من الملح. لا تنسي إغلاق الكيس بإحكام لعدم نفاذ الرائحة إلى بقية الطعام.



طبخ رمضان



خبز بالحلم
يُمزج الزيت في وعاء مع الدقيق العادي، الدقيق الأسمر، الملح، الحليب البودرة وحب البركة ثم تُضاف الخميرة المذوبة وتمزج معها.
تُضاف غالبية كمية الماء وتُرص العجينة ثم يُضاف المزيد من الماء بحسب الحاجة للحصول على عجينة ناعمة ولصقة قليلاً ثم تُرص العجينة بواسطة اليد لمدة 8 دقائق تقريباً.
تُقرص العجينة على شكل كرة واحدة ثم تُغطى وتترك إلى أن تنتفخ وترتفع في مكان دافئ لمدة 30 دقيقة.
في هذه الأثناء، يُحشى الزيت ويُقلى البصل فيه إلى أن يصبح طرياً ثم يُضاف إليه لحم الغنم المغروم ويطهى إلى أن يصبح بني اللون ومطبوخاً جيداً. يُضاف إليه المعيان المفتتان من مرقة الخروف ماجي (الطعم الأصلي) واللؤلؤ الأسود المطحون وتُحرك المكونات لمدة دقيقتين على نار خفيفة. تُضاف لطيفة.



صينية البيض بالخضراوات في الفرن
المقادير
ست بيضيات + نصف كأس حليب سائل + حبة بطاطس + حبة كوسا + حبة فلفل بارد+ ربع كوب بقسماط+ حبة بطاطس+ نصف كأس جبن كرفت مبروش+ جزر+نصف كأس بازبلا+ ملعقة زبدة + فلفل أسود + بهارات + ملعقة ملح
الطريقة
تقشر الخضراوات وتقطع البصلة قطعاً صغيرة والطماطم والفلفل وبرش الجزر والبطاطس والكوسا، يوضع الحليب في إناء عميق ويضاف البيض إلى الحليب ثم تضاف الخضراوات والبهارات والملح والزبدة ويحرك المزيج جيداً.. تدهن الصينية بالزبدة وترش بالبقسماط ويضاف الخليط في الصينية وتدخل الفرن لمدة نصف ساعة تقليب الصينية



رمضان الأمس
الضيافة والكرم والوفاء
باسم عبد الحميد حمودي
يتخذ المضيف وضعه الاجتماعي والسياسي - أحياناً - والاقتصادي والثقافي - والديوان يؤدي في المدن ذات الوظيفة- من وضع وشخصية صاحب المكان.
فإذا كان المضيف قد بني وسط قبيلة اختص شيخها بمأثرة ما مثل الشيخ صلال الموح شيخ عشيرة الفضول - الذي شارك في ثورة العشرين بقوة بالاتفاق مع عشائر عك وجليحة الأخرى وعشائر الأكرع - في الدغارة السنوية، إذ أمسى مضيئه مكاناً للقاعات أفراد العشيرة - كما هي العادة - ومنتدى سياسياً وإعلامياً في سنوات لاحقة، بسبب حضور عدد من الباحثين والساسة والصحفيين إليه وحواراتهم مع الموح الذي لقب بهذا اللقب لكرمه وسخائه، وهو بهذه الصفات واحد من أهم مندوبيات رمضان في منطقته التي تقع جنوب جلعة شختر (ناحية سومر اليوم) وإلى اليسار من ضفة نهر الدغارة -الذاهب إلى عك وآل بدير، فيما تقع على الجانب الأيمن مضافي الشيخ حارث أبو عزام شيخ السعيد والشيخين عثمان ومظهر الصكب، وهي دواوين خير ومحبة وسهرات رمضان لطيفة.
إلى الشمال من مكان الشيخ صلال وفي ناحية سومر يقع مضيف الشيخ شخير الحاج فرهود وغيره من مضافي الجلعة، فإذا تابعت مجرى النهر منحتها شمال الدغارة وعلى بعد سبعة كيلو مترات من ناحية سومر وصلت مضافي الشيخ موجد الشعلان وأولاده وأخوته وهم زعماء عشيرة آل شبيبة الذين أتت اليهم رئاسة عشائر الأكرع، وقد شهدت سهرات هذا المضيف زمن الشيخ موجد في سبعينيات القرن الماضي وحضرت النقاشات العشائرية الممتعة فيه.
إلى الجانب الأيسر من ضفة النهر في الدغارة وإلى الجنوب من محلة الخنساء يقع بيت العلامة الشيخ عبد الكريم شبر (أبو ضياء) ومضيفه المختص بالدراسات الفقهية والثقافية واستقبال المواطنين لغفتيا الدينية بينهم، فإذا دخلت المدينة وجدت دواوين السادة القزاونة وسواهم، فإذا اتجهت غرباً باتجاه مدينة الديوانية ، وجدت -وأنت في الطريق إليها - على الجانب الأيمن مضيف السادة العوادية ومزارعهم، وعلى الجانب الأيسر مضافي آل عمر (بفتح العين) وأرضهم الخيرة.
فإذا جاوزت كل ذلك منحتها إلى بلدة السنوية وجدت في أفئتها مضيف البوركة وجلساءه وزواره في رمضان وغيره من الأشهر
هذه المضافات تزدهن تألقاً في رمضان وتمتد سهراتها إلى وقت السحور حيث ينصرف السامر بعد هذا الأداء فريضة الفجر .