خوراکی شناسی

دانستنی‌هایی در مورد میگو

■ میگو یکی از لذیذترین غذاهای دریایی است. ۱۰۰ گرم میگو حاوی ۷۷ میلی‌گرم آب، ۹۹ کالری انرژی، ۱۸/۱ گرم پروتئین، ۰/۸ درصد چربی، ۱۶۳ میلی‌گرم کلسترول و ۹۱ میلی‌گرم قند است.

از نظر مقایسه‌ای نسبت به سایر غذاهایی که پروتئین زیادی دارند، نظیر گوشت ماهی و گروه ماکیان، میگو، کالری کمتری دارد. پروتئین موجود در میگو کیفیت بالایی داشته و حاوی تمام اسید آمینه‌های لازم جهت رشد است. پروتئین میگو همانند سایر جانوران دریایی به دلیل نداشتن بافت هم بند به راحتی هضم می‌شود. برای گروه‌هایی از مردم نظیر افراد مسن که در جویدن و هضم غذا مشکل دارند، غذای حاوی میگو گزینه مناسبی برای تامین پروتئین روزانه آنهاست.

میگوها در کل دارای چربی کمی بوده، اسیدهای چرب امگا ـ ۳ که از دسته اسیدهای چرب غیراشباع بوده و برای سلامتی مفید هستند در میگوها به وفور یافت می‌شوند. این دسته از اسیدهای چرب می‌توانند در کاهش خطر بیماری‌های قلبی موثر واقع شود. اسیدهای چرب امگا ـ ۳ همچنین اجزای ضروری برای غشا سلول مغز و بافت چشم است. میگو منبع غنی از ویتامین‌های A، B6 ، B12، C، D، E و املاحی چون کلسیم، آهن، منیزیم، پتاسیم، سدیم، روی، مس، منگنز و سلنیم است. علاوه بر این کلسیم، آهن، روی، منیزیم و فسفر میگو نسبت به سایر آبزیان بیشتر است.

روش تشخیص مقایسه‌ای میگو سالم و فاسد

میگوها معمولا در دریا توسط تورهای ترال Trawl از کف دریا و در زمان طولانی صید می‌شود، طولانی بودن زمان تورکشی موجب خواهد شد که رسوبات همراه تور به سطح آب کشیده شوند و میگوها آلودگی زیادی داشته باشند که در این صورت اگر میگو در شرایطی قرار گیرد که محیط برای رشد و تکثیر میکرو ارگانیسم فراهم باشد، میکرو ارگانیسم‌ها سریعا تکثیر می‌یابند و در چنین حالتی چون میگو نسبت به فساد حساس است در صورت وجود آلودگی زیاد در مدت کوتاه فاسد خواهد شد. در روش تشخیص مقایسه‌ای میگوی سالم و فاسد موارد زیر از اهمیت برخوردار است.

۱ـ بو: در میگوی سالم بوی مخصوص میگو استشمام می‌شود در حالی‌که در میگوی فاسد بوی ضخم با بوی شدید آمونیاک و سولفید هیدروژن استشمام‌می‌شود.

۲ـ رنگ: رنگ میگوی سالم بر حسب گونه میگو فرق می‌کند. در میگوی پرورشی که از گونه سفید

هندی است، رنگ پوسته سبز زیتونی است. در گونه موزی که گونه غالب میگوی دریای خلیج‌فارس است رنگ پوست صورتی روشن است. در میگو سر تیز، رنگ سفید و میگوی سبز، تیره رنگ است. میگوی فاسد، پوسته رنگ طبیعی خود را از دست داده و اکثرا به رنگ سفید و گاهی اوقات کدر می‌شود.

۳ـ استحکام پوسته در ناحیه سر و بدن: در میگوی سالم پوست سفت و سخت بوده و سر محکم به بدن چسبیده و رنگ آن نیز تغییری نکرده است. بافت گوشت، حالت طبیعی داشته و پوسته و گوشت در هنگام طبخ به رنگ نارنجی متمایل به قرمز در می‌آید. در میگوی فاسد در ناحیه سر تغییر رنگ ایجاد شده و سر در حال جدا شدن از بدن است. پوسته روی بدن نرم می‌شود و به راحتی از گوشت جدا می‌شود. پیدایش رنگ نارنجی متمایل به قرمز بستگی به درجه فساد میگو دارد یعنی هر اندازه که میگو بیشتر فاسد شده باشد، مقدار پیدایش رنگ قرمز کاهش می‌یابد.

روش‌های عرضه میگو در بازار

۱ـ عرضه میگو با سر: در صورتی‌که صید میگو به طور کامل بهداشتی بوده و در حمل و نقل و نگه‌داری آن تمامی موارد بهداشتی رعایت شده باشد میگو را می‌توان با سر کامل در بازار عرضه کرد. در این حالت میگوی خریداری شده دارای کیفیت بالایی بوده و هیچ تغییر شیمیایی دیگری نیز در آن ایجاد نشده است. عرضه میگوهای پرورشی کاملا بهداشتی و کنترل شده انجام می‌گیرد بنابراین خرید میگوی با سر و با کیفیت بالاتر ساده‌تر خواهد بود.

۲ـ میگوی بی‌سر: در صید دریا به دلیل نحوه صید و خطر افزایش آلودگی و فساد در میگو بلافاصله پس از صید یا پس از انتقال به کارخانه عمل‌آوری، میگو بی‌سر شده و به صورت معلق در محلول نگه دارنده منجمد می‌شود. بی‌سر کردن میگو و عمل آوری آن باید کاملا در مراکز عمل آوری میگو و زیر نظر دامپزشک متخصص انجام شود تا سلامت میگوی مورد استفاده جهت بسته‌بندی تایید شده باشد.

۳ـ میگوی بدون سر و پوسته: در حالی‌که میگو از نظر استحکام پوسته و سر دچار مشکل باشد سر و پوسته میگو را جدا کرده و میگو را به صورت پاک کرده در بازار عرضه می‌کنند.

رونمایی از بزرگ‌ترین همبرگر جهان

هفت ساعت انتظار برای یک ساندویچ

عکس: cnn

این اولین‌بار بود که جریان پخت یک همبرگر به صورت تلویزیونی و اینترنتی در بسیاری از کشورهای جهان پخش می‌شد. به هر حال این همبرگر یک همبرگر خاص بود؛ همبرگری با وزن ۳۵۰ کیلوگرم که توسط مقامات کتاب رکوردهای جهانی گینس به عنوان بزرگ‌ترین همبرگر جهان شناخته شده است.

در مراسم جشن سالانه‌ای که در منطقه آلمیدا کانتی برگزار شد این همبرگر غول‌پیکر پخته شد. اسکات هاگرتی، مدیر شهری آلمیدا در این مورد گفت: «این همبرگر فوق‌العاده بود، نتیجه یک کار گروهی و پر از زحمت.»

رکورد قبلی بزرگ‌ترین همبرگر جهان در دست کانادایی‌ها بود که همبرگری به وزن ۲۲۰ کیلوگرم پخته بودند، اما همبرگر غول‌آسای آلمیدا با فاصله‌ای زیاد رکورد این همبرگر را پشت‌سر گذاشت. همبرگر آلمیدا توسط یک اجاق مخصوص که به‌صورت برقی کار می‌کرد، به مدت ۱۴ ساعت پخته شد تا آماده شود. البته شرط جای‌گرفتن «بزرگ‌ترین‌ها» در گروه مواد غذایی در کتاب رکوردهای گینس این است که آنها توسط مردم عادی خورده شوند؛ برای همین بود که چند صد نفر از مردم آلمیدا و توریست‌ها در میدان اصلی گرد آمده و منتظر بودند تا مراسم طبخ این همبرگر تمام شود و بتوانند دلی از عزا دربیاورند. بالاخره ساعت ۹ شب انتظارها به سر رسید و همبرگر آماده‌شده بین افراد منتظر پخش شد. برت ان رایت، صاحب اجاق‌گاز غول‌پیکری که این همبرگر را سرخ کرد، پس از این مراسم گفت: «این یک کار باشکوه بود، خوشحالم که این‌بار اشتباهی نکردیم و همه‌چیز عالی بود.»

اشاره این مرد به تلاش قبلی برای شکستن رکورد بزرگ‌ترین همبرگر جهان در تگزاس بود. در آن مقطع تلاش شد تا یک همبرگر ۲۵۰ کیلوگرمی پخته شود، اما آن همبرگر روی اجاق‌گاز غول‌پیکر از هم وا رفت و تلاش برای به سرانجام‌رساندن آن شکست خورد و مقامات کتاب رکوردهای گینس آن را ثبت نکردند. اما در آلمیدا همه‌چیز طبق برنامه پیش رفت و در نهایت یک رکورد جهانی در کتاب گینس ثبت شد.

گروهی از موسیقیدانان و مجریان تلویزیونی در میدان وس‌فیر گرد هم آمده بودند تا مردم گرسنه منتظر پخته‌شدن این همبرگر غول‌آسا را سرگرم کنند. قرار بر این بود که به افراد جمع‌شده هیچ غذایی داده نشود تا تمام همبرگر غول‌آسا خورده شود اما این کار، ساده نبود. لیام مک الیم، کمدین حاضر در این مراسم می‌گوید: «از ساعت هفت به بعد عموم مردم بی‌حوصله شده بودند، آنها گرسنه بوده و صبرشان را از دست داده بودند. کار ما خیلی سخت بود.

براساس تخمین دکتر والریا فاسیونی، متخصص تغذیه که یکی از حاضران در محل بود، کل این همبرگر با سیب‌زمینی سرخ‌کرده‌ای که با آن همراه شد حدود ۱/۳۷۵ میلیون کالری داشت. درواقع اگر یک انسان عادی که روزی ۲۰۰۰ کالری غذا می‌خورد می‌خواست این همبرگر را بخورد، ۲۲ ماه زمان نیاز داشت

خوشبختانه ساعت ۹ همبرگر آماده شد. اگر آن موقع همبرگر آماده نمی‌شد، نمی‌شد این مردم گرسنه را آرام کرد.»

همبرگر آلمیدا، پس از پخته‌شدن روی ترازویی غول‌آسا که توسط یک جرثقیل حمل شده بود، قرار گرفت و پس از اعلام وزن آن و پذیرش آن توسط نماینده گینس، موجی از خوشحالی، مردم حاضر را فرا گرفت. این همبرگر بیشتر از یک و نیم متر قطر و یک متر ضخامت داشت و درواقع گوشت به‌کاررفته برای پخت آن معادل گوشت یک گاو گوشتی بود. برای پخت این همبرگر غول‌آسا از ۲۰ کیلوگرم پیاز و ۱۲ کیلوگرم سس قرمز و پنج کیلوگرم سس سفید استفاده شد. نان مخصوص هم که در آتن باکینگ پخته شده و با تریلی به آلمیدا فرستاده شده بود ۵۵ سانتی‌متر ضخامت داشت.

براساس تخمین دکتر والریا فاسیونی، متخصص تغذیه که یکی از حاضران در محل بود، کل این همبرگر با سیب‌زمینی سرخ‌کرده‌ای که با آن همراه شد حدود ۱/۳۷۵ میلیون کالری داشت. درواقع اگر یک انسان عادی که روزی ۲۰۰۰ کالری غذا می‌خورد می‌خواست این همبرگر را بخورد، ۲۲ ماه زمان نیاز داشت. این همبرگر همچنین می‌توانست غذای حدود هزار نفر در یک وعده باشد. اما در آلمیدا فقط حدود ۶۰۰ نفر این همبرگر را خوردند و بخش بزرگی از آن باقی ماند. فرانچسکو سرگی ۱۷ ساله ساکن دانویل که با دوستانش حدود ۹۰ کیلومتر رانندگی کرده بود تا در مراسم حاضر باشد، گفت: «این یک همبرگر غول‌آسا بود. ما از چند روز قبل با هم صحبت کردیم تا در این مراسم حاضر باشیم. این فرصتی بود که نباید آن را از دست می‌دادیم.»

کالیو مورستیر ۱۰ ساله که همراه پدر، مادر و برادرش از اکلند آمده بود، هم گفت: «ما شش ساعت منتظر ماندیم تا همبرگر حاضر شد و بعد یک ساعت در صف انتظار کشیدیم تا سهم خودمان را بگیریم، آن یک ساعت آخر واقعا عذاب‌آور بود. من واقعا گرسنه بودم، اما حالا هم خوشحالم هم سیر هستم.»

در کنار این مراسم، جمع‌آوری اعانه برای کمک به نیازمندان هم انجام می‌شد. براساس اعلام رسمی مقامات آلمیدا هرکس که در مراسم حاضر بود، می‌توانست با پرداخت ۹۹ سنت، شش تکه از همبرگر را بخرد، اما اگر کسی می‌خواست می‌توانست با قیمت بیشتری همبرگر را خریداری کند. در پایان آن روز حدود پنج هزار دلار برای کمک جمع‌آوری شد.

منبع: نیوآرک پچ / ترجمه: امیر صدری

اسموتی

نوشیدنی تابستانی

■ **مخلوط میوه‌های گرمسیری**

مواد لازم: هندوانه هشت پیمانه (هسته‌های آن جدا شود)، موز سه عدد، یک عدد آب آناناس بدون شیرینی، یک پیمانه آب پرتقال بدون شیرینی، یک پیمانه توت فرنگی بزرگ، شش عدد قطعات کنسروشده آناناس

طرز تهیه: ابتدا هندوانه را به دو نیم تقسیم کرده سپس آنها را به قطعات کوچک تقسیم کنید. دوتا از موزها را پوست کرده و به قطعات ریز تقسیم کنید. قطعات موز و هندوانه را درون دستگاه همزن ریخته و آنها را به صورت پوره درآورید و درون یک پارچ بزرگ بریزید. آب آناناس و آب پرتقال را به درون پارچ اضافه کنید و هم بزنید. توت فرنگی‌ها را با آب سرد شسته و سر آنها را جدا کنید و به قطعات کوچک تقسیم کنید. آخرین موز را نیز پوست کرده و به تکه‌های کوچک تقسیم کنید. در قوطی کنسرو آناناس را باز کرده و تکه‌های آناناس را از آب بیرون آورید. در این قسمت از کار می‌توانید از آناناس تازه نیز استفاده کنید. تکه‌های توت فرنگی و آناناس و موز را به مخلوط درون پارچ اضافه کنید و درب پارچ را بگذارید و حدود دو ساعت آن را درون یخچال قرار دهید با این کار آبمیوه خنک شده و تکه‌های میوه درون آن نرم می‌شوند. آبمیوه را درون لیوان‌های بلند بریزید و با نی آنها را بنوشید. فراموش نکنید برای خوردن تکه‌های میوه درون آبمیوه، درون هر لیوان یک قاشق شربت خوری قرار دهید.

اسموتی هندوانه و توت فرنگی

مواد لازم برای دو نفر: هندوانه یک هشتم یا یک عدد کوچک (۵۰۰ گرم با پوست)، توت‌فرنگی ۱۵۰ گرم

روش تهیه: پوست و هسته هندوانه را جدا کنید و به وسیله آب‌میوه‌گیری آب آن را بگیرید. توت فرنگی را در مخلوط کن بریزید و کاملا پوره کند. آب هندوانه و پوره توت فرنگی را مخلوط کنید. تکه‌های یخ را در دو لیوان بریزید، لیوان‌ها را از مخلوط حاصل پر و با توت فرنگی تزیین و سرو کنید.

شربت‌هایی خنک برای سلامت شما

در گرمای تابستان بیشتر از همه چیز انواع شربت و خوراکی‌های خنک مشتری دارد. یکی از مهم‌ترین گزینه‌ها، استفاده از شربت‌هایی است که با انواع عرقیات گیاهی تهیه می‌شوند. این عرقیات هم خوش‌عطر و خوش‌طعم است و هم خاصیت دارویی و تقویتی دارد؛ آنقدر که در طب مکمل هم از آن استفاده می‌کنند. بخش مهمی از درمان‌های طب سنتی با تجویز عرقیات گیاهی – که خواص گوناگون و موثری دارد – انجام می‌شود اول این نکته‌ها را بدانید.

– بعضی عرقیات معطر مثل گلاب، هل و... اگر در مقابل نور خورشید باشند، عطر خود را از دست می‌دهند؛ پس بهتر است این نوع عرقیات را پشت پنجره آفتاب‌گیر قرار ندهید.

– عرقیات به علت تبخیر شدن آبشان هنگام جوشاندن و غلیظ بودنشان، فسادناپذیرند اما تاریخ مصرف بعضی از آنها سه‌ساله و بعضی دیگر یک‌ساله است و این یعنی بعداز گذشت تاریخ مصرف، خاصیت‌شان از بین می‌رود، نه اینکه خراب شوند.

– مکان گرم و مرطوب، زودتر خاصیت انواع عرقیات را از بین می‌برد بنابراین آشپزخانه به دلیل داشتن فضای گرم و مرطوب مکان مناسبی برای نگه داشتن آنها نیست.

–معمولا خاصیت عرقیات گیاهانی که طبیعت گرم یا مایل به گرم دارند، زودتر از بین می‌رود و معمولا تاریخ مصرف آنها یک ساله است.

– نگهداری عرقیات در کمد اتاق‌های خواب، انباری و حیاط خلوت – که فضایی خشک و خنک دارند – مناسب است؛ در ضمن می‌توان آنها را در یخچال هم نگه داشت.

– اگر خواهان خرید عرقیاتی هستید که به روش سنتی تهیه می‌شود، حتما از عطاری‌های معتبر و قابل اعتماد که محصولات جهان گلاب (گلاب اکسیر) را می‌فروشند، خرید کنید تا به شما جنس تقلبی یا عرق فوق‌العاده رقیق بی‌خاصیت قالب نکنند.

شربت‌های شیرین

تهیه این شربت‌ها بسیار ساده است. یک دوم از پارچ یا لیوان را از عرق پر کرده و بقیه را آب و شکر اضافه کنید. شربت شما حاضر است. اگر مایل باشید، می‌توانید خاکشیر یا تخم شربتی را با هر یک از این عرقیات میل کنید.

شربت بیدمشک: شربت عرق بیدمشک از پرطرفدارترین نوشیدنی‌ها در جنوب ایران است زیرا خوردن میوه‌های تابستانی و نوشیدنی‌های سرد بعد از چندین ساعت گرسنگی در هوای گرم، معده را حساس می‌کند و باعث بروز سردرد در افراد کم خون می‌شود. اما عرق بیدمشک درست برای همین موضوع آفریده شده زیرا این عرق تقویت‌کننده قلب و معده، خون‌ساز، ضد سردرد و دردهای عضلانی است.

شربت عرق شاتره: اگر خیلی گرمایی هستید و اگر زیاد بیرون منزل و در آفتاب کار می‌کنید، حتما در روز یک لیوان شربت عرق شاتره بنوشید؛ شاتره خاصیت بسیار قوی ضدعطش و گرمازدگی دارد، خون را تصفیه می‌کند و صفرابر است.

شربت گلاب: گلاب تقویت‌کننده اعصاب است. شاید به خاطر رایحه خوب گل محمدی می‌تواند آدم را آرام کند. گلاب نشاط آور هم هست و برای تقویت قلب هم سفارش شده. شربت گلاب به تنهایی یا با کمی تخم شربت یا خاکشیر نوشیدنی سالمی است.

شربت نعنا: اگر خاصیت هیچ کدام از عرقیات را ندانید، حتما عرق نعنا را می‌شناسید. اهالی خانه که هندوانه و میوه و شربت می‌خورند، بد نیست برای جلوگیری از معده درد و نفخ، یک لیوان شربت عرق نعنا هم بنوشند.

شربت بهارنارنج: شربت بهارنارنج که از عرق بهار نارنج همراه با آب نبات یا شکر درست می‌شود، از نوشیدنی‌های رایج در جنوب کشور است. خاصیت آرام‌بخشی بهارنارنج جدا از بوی مدهوش‌کننده و طعم خوشایند آن باعث شده تا این شربت طرفداران بسیاری در بین کسانی که شغل یا زندگی پراسترسی دارند داشته باشد. بهارنارنج، گرم، مقوم معده و قلب است و البته خاصیت ضد نفخ هم دارد.

شربت‌های تلخ

حالا که بحث عرقیات گیاهی شد، بد نیست اطلاعات‌مان را کمی بیشتر کنیم. بعضی از این عرقیات کمی تلخ و گس‌اند و به همین دلیل برای شربت مناسب نیستند اما می‌توان آنها را با آب و شکر قابل خوردن کرد.

عرق بومادران: بومادران را شاید با گل قشنگ زرد رنگش بشناسید اما این گیاه علاوه بر زیبایی، خواص زیادی دارد: بومادران درمانگر ضعف عضله قلب (میوکاردیت)، احساس گرفتگی و درد در ناحیه قلب است. اگر دست‌هایتان گزگز می‌کند و خواب می‌رود، حتما از این گل استفاده کنید.

عرق برگ چنار: اگر دل‌تان می‌خواهد کمی چاق شوید یا تب دارید یا دچار تنگی نفس هستید، عرق برگ چنار نوشیدنی خوبی است.

عرق آویشن: مقوم بدن و معده و تقویت‌کننده بینایی است. ضد تشنج و نفخ، درمان‌کننده سرفه، تنگی نفس، درد مفاصل، سیاتیک، خونریزی‌های رحمی، کوفتگی عضلات و ضدعفونی‌کننده مجاری تنفسی است. اصولا آویشن یک گیاه همه‌فن حریف است.

عرق بابونه: مقوم معده، بادشکن، اشتهاآور، هضم‌کننده غذا، صفراُبر، ضد تشنج و ضدعفونی‌کننده است. در استعمال خارجی تقویت‌کننده مو است و در رفع بیماری‌های پوستی و محفوظ نگه داشتن زخم از آلودگی بسیار موثر است.

عرق خار شتر: اگرچه اسمش خنده‌دار است اما خواص زیادی دارد؛ تصفیه‌کننده خون وکبد، شست‌وشودهنده کلیه‌ها و مفید برای دفع سنگ کلیه و مثانه است.

عرق زیره: کمی تند و تلخ است اما این تلخی را به نتایج شیرین‌اش ببخشید؛ چون زیره ضدچاقی، هضم‌کننده غذا، بادشکن و رافع ناراحتی‌های معده است. این عرق حتما باید بعد از غذا و با نصف لیوان آب مصرف شود.

منبع: پایگاه انجمن تحقیقات طب سنتی ایران

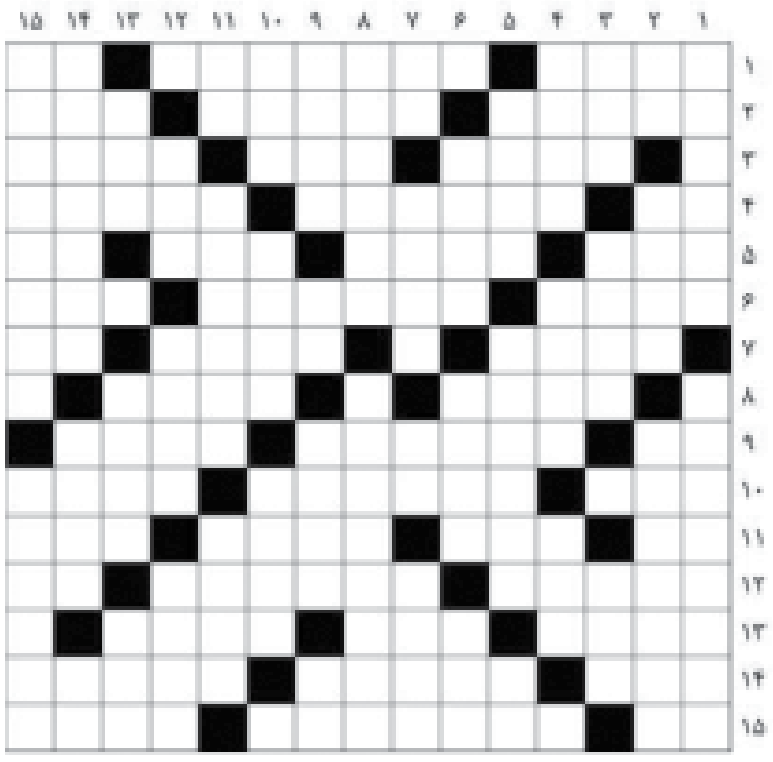
جدول ۱۲۶۳

افقی:

۱- واحد پول میانمار- تنقلات بچه‌ها- نفس خسته ۲- سالی که در آنیم- ملول- نام جزیره ایرانی ۳- پراکندگی- ولیکن- مثل و مانند ۴- الف روی الف- شهرت تیم گولدن استیت در NBA- عروسک آمریکایی ۵- سوراخ کردن- ساز سیمی که ۴۶ سیم دارد وبا دست نواخته می‌شود- خانه شعری- ترمز چارپا ۶- کتابی ازلرد بایرون نویسنده انگلیسی- ابلاغ پیام- ظرف آب پوستی ۷- بوی خوش- رویای تشنه لب- حرف فاصله ۸- پارچه نخی- فیلمی به کارگردانی محمد درمنش ۹- مرکز ایتالیا- سنگ آتشفشانی- شب بلند ۱۰- درختی که بار ندهد- لقب باتیستوتا- فکر ۱۱- وحشی- سخن به نظم درآمده- سنگ ترازو- درجه حرارت ۱۲- جمع هاله- ارسنیک- قلیل و اندک ۱۳- پایین آمدن- زیر انداز خفته- یار وامق ۱۴- نمایشنامه‌نویس نوبل گرفته ایرلندی در سال ۱۹۶۹- همان شلوار- خوراکی از تخم مرغ ۱۵- پول ژاپن- سدی در استان آذربایجان شرقی- حفر کردن

عمودی:

۱- نوعی دسر- کتابی از موریس مترلینگ ۲- دریا- همنام- قوی، پر زور ۳- از افعال ربطی- خدای تجارت و سفر یونان باستان- کویر مرکزی ۴- نوعی صندلی- بازگشتن- بستنی به کمر ۵- پاره- پیروی کردن- خیس ۶- موج دریا- لاغر ونحیف- مزه فلفل ۷- نت ششم موسیقی- واحد طولی روسی- گوشت آذری- شبکه دار ۸- حشره قطاری- سنگربان نامدار بایرن مونیخ و تیم ملی آلمان ۹- نام جزیره‌ای در کشورمان- گرداگرد لب و دهان- باران منجمد- چوب خوشبو ۱۰- کتاب مقدس هندوان- کیسه پول، همیان- درخشان ۱۱- زیر پا مانده- حس باصره- اذان‌گو ۱۲- استخوان- فوق- سهیم ۱۳- هم در آسمان است وهم اسمی زنانه- طولانی و دراز- بی‌خطر، جای آسوده، اطمینان ۱۴- اثر امیر خسرو دهلوی- مترسک- جای پا ۱۵- جای نمایش دادن کالا یا محصولات- نویسنده «ویکتوریا»



حل جدول ۱۲۶۲

سودوکو Sudoku یک واژه ترکیبی ژاپنی به معنای عددهای بی‌تکرار است و امروزه به جدولی از اعداد گفته می‌شود که به عنوان یک سرگرمی رایج در نشریات کشورهای مختلف به چاپ می‌رسد.

سودوکو ۲۷۱

			۴			۲	۷	
۷		۸	۱					
۲	۱				۷	۳		
۹	۸				۵			
	۲		۳		۶		۵	
		۵			۸		۶	۷
		۱			۲			۴
۶		۹				۵		
				۳	۴			۶

قانون‌های حل جدول سودوکو:

۱- در هر سطر و ستون باید اعداد یک تا ۹ نوشته شود. بدیهی است که هیچ عددی نباید تکرار شود.

۲- در هر مربع ۳×۳ اعداد یک تا ۹ باید نوشته شود و در نتیجه هیچ عددی نباید تکرار شود.

حل سودوکو ۲۷۰

۲	۱	۶	۷	۴	۵	۹	۸	۳
۹	۸	۷	۲	۱	۳	۵	۶	۴
۵	۴	۳	۹	۸	۶	۲	۷	۱
۱	۲	۵	۴	۶	۷	۳	۹	۸
۳	۷	۸	۱	۲	۹	۴	۵	۶
۶	۹	۴	۵	۳	۸	۷	۱	۲
۴	۶	۹	۸	۷	۲	۱	۳	۵
۸	۵	۲	۳	۹	۱	۶	۴	۷
۷	۳	۱	۶	۵	۴	۸	۲	۹